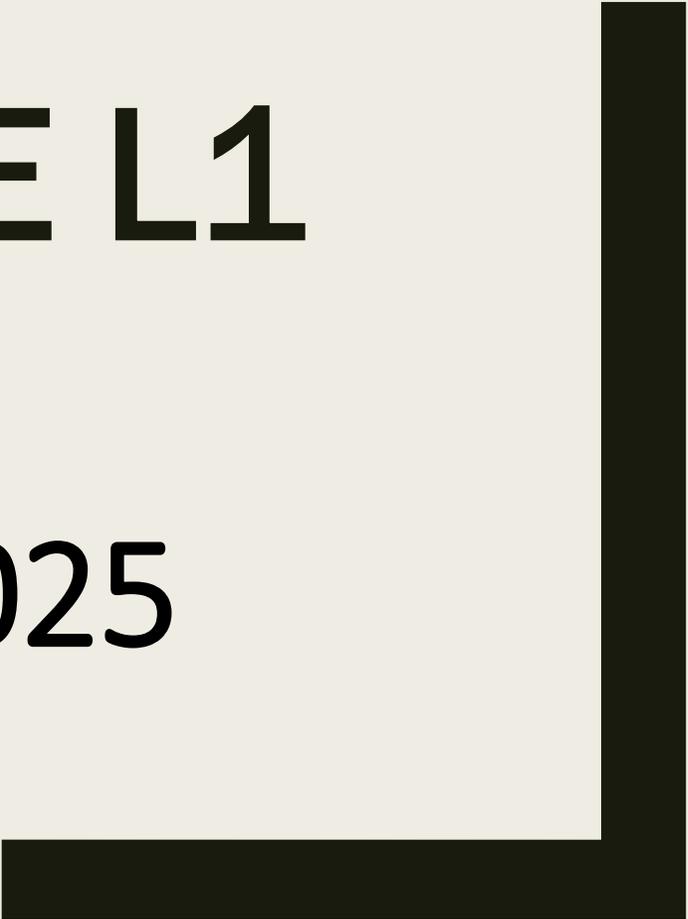


# **SPE ESCALADE L1**

**Rentrée 2024-2025**



# Organisation générale

- Partage des cours sur l'année entre Julien Roux et Damien Jacquet
  - Semaine massée : 4h TD + 14h de TP
  - Puis sur le Semestre : 18h de TD + 36h de TP.
  - Les créneaux de TD et de TP auront lieu les lundis principalement.

**ATTENTION** : certains cours auront exceptionnellement lieu samedi. Je vous préviendrai au moins un mois à l'avance. Ces cours seront obligatoires.

# Finalités première année Licence STAPS

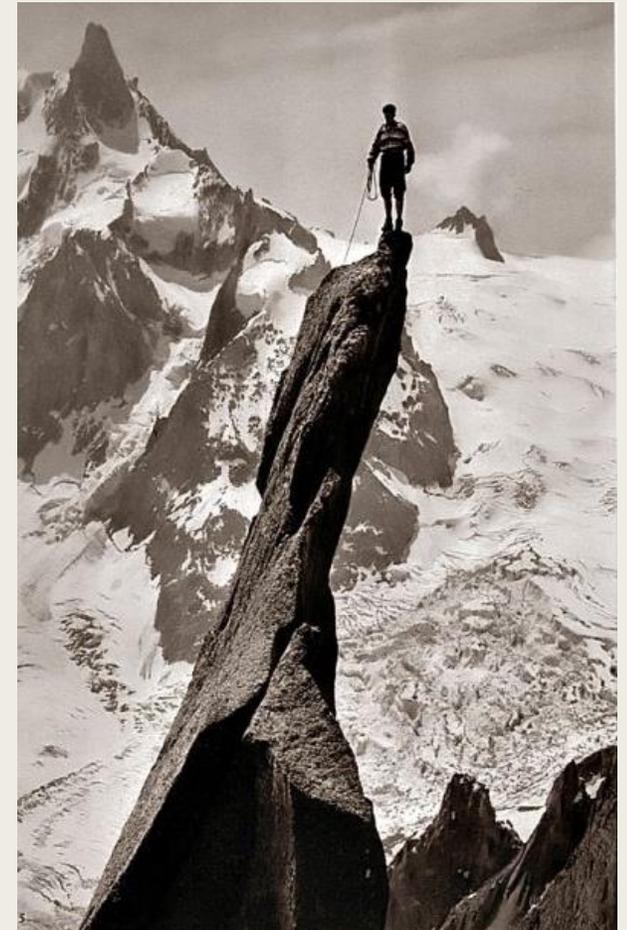
De l'animateur à j'interviens à j'entraîne / j'enseigne

- Semestre 1 : Etre capable d'animer une situation (échauffement ou situation d'apprentissage) en toute sécurité
- Semestre 2 : Être capable d'intervenir et de réguler en proposant une situation en lien avec un thème et/ou un niveau
- Les interventions se feront au cours des TD/TP et *lors du stage*.
- En pratique, nous nous concentrerons principalement sur la progression de chacun

# Contenus TD semestre 1



- Concepts essentiels liés à la sécurité en escalade sportive + Aspects matériels (EPI, normes, tests...)
- Histoire et sociologie de l'activité
- Travail autonome de documentation sur les thèmes du semestre, puis présentation sous forme d'exposé à l'ensemble du groupe.



# Contenus TD semestre 1

## ■ Eval coef 2 : question du type :

- Qui est habilité à vérifier les EPI ? Créez une fiche EPI pour le matériel suivant...
- Pourquoi le facteur de chute permet t'il de relativiser la longueur d'un vol ?
- Expliquez pourquoi les grimpeurs de la vallée de l'Elbe étaient précurseurs de l'escalade libre...

### 4 niveaux de compétence pour l'évaluation notée

0 > 5	5 > 10	10 > 15	15 > 20
Eléments dangereux Réponse HS Culture inexistante	- Certains éléments du sujet sont présents, mais l'ensemble est pauvre et peu argumenté. - Culture scolaire	- Dans le sujet, arguments et éléments de contexte pertinents... - Peu d'apports personnels. - Culture liée aux TD...	- Idem + éléments de recherche personnels. - Culture liée à une documentation Hors TD

Orthographe, lisibilité, syntaxe, clarté du propos.... (+ ou – 2pts)

# Contenus généraux semestre 1

**En TP : Volume d'escalade - Confirmation des compétences liées à l'escalade en tête en salle. Apprentissage en falaise (confirmation au S2).**

- Centration sur les compétences de base en matière de sécu et de manipulations du matériel en vue d'établir un fonctionnement collectif commun.
- S1 - Amélioration du niveau d'escalade en tête, en salle, et découverte en falaise (pas pour tous j'espère...) / Variété des styles, exploration du répertoire gestuel et énergétique. Escalade à vue principalement.
- Interventions au sein du groupe sur des thèmes / moments particuliers (échauffement / situation sur pose de pieds...)
- S2 – Davantage axé sur la performance en milieu naturel, mais toujours dans l'esprit de développer une polyvalence des compétences de grimpeur.

# Contenus TP semestre 1

## L'état d'esprit



- Coopération entre les différents niveaux, entraide et émulation collective...
  - « Esprit de cordée » pour envisager les 3 années en commun...
- Confiance réciproque et sécu avant tout...
- Ethique de l'escalade en falaise...
- Viser l'Autonomie : être capable d'aller sereinement en autonomie, en falaise d'ici la fin de l'année pour ceux qui débuteraient dans ce domaine.

# Le Matériel

- Indispensable : **Chaussons à la bonne taille**, typés falaise.

\*Pas besoin d'acheter le dernier modèle à 180€...

- A acquérir au cours du semestre : **Baudrier double pontet**, système d'assurage type smart ou rama, 2 mousquetons à Vis, 2 dégaines, longe (réglable si possible), sac à pof, maillon rapide de réchappe, Ficellou 7mm, morceau de 2 m .

**\*\*Marquez votre matériel\*\***

- Fourni par l'UFR ou les profs : Cordes, dégaines, casques, sangles, matériel spécifique... si besoin baudriers, syst d'assurage...

# Evaluation pratique L1 :

## BAREME INDICATIF DE PERFORMANCE

### VOIES : BAREME GARCONS

COTATIONS	3	4a	4b	4c	5a	5b	5c	6a	6b	6c	7a	7b
EN TETE Voies enchaînées	4	5	6	7	8	9	10	12	14	16	18	20

### VOIES : BAREME FILLES

COTATIONS	3	4a	4b	4c	5a	5b	5c	6a	6b	6c	7a
EN TETE Voies enchaînées	5	6	7	8	9	10	12	14	16	18	20

BLOC	5a	5b	5c	6a	6b	6c	7a	7b	7c
Filles	8	10	12	14	16	18	20		
Garçons	6	8	10	12	14	16	18	19	20

- Pondération des cotations selon le secteur et l'expérience des profs... (relativisation des cotations dans un sens ou dans l'autre)
- Prise en compte des interventions en séance, et de l'état d'esprit :  $\pm 2$  points

# Evaluation pratique L1 : **La sécu**

**La moyenne du barème de perf S1 est très accessible.**

## ***MAIS LA SECU EST FORTEMENT VALORISEE (ou dévalorisante pour la perf)***

- Coefficient dégressif sur la moyenne de pratique à partir de la fin des semaines massées. Applicable aux 2 membres de la cordée selon le contexte
- Exemple : pas de casque = Note de pratique X 0,9, puis pas de nœud en bout de corde = Coef X 0,8...
- **Nous préférons des étudiants qui posent la question** plusieurs fois pour une manip' ou un doute de réalisation, **plutôt que des grimpeurs précipités, croyant tous savoir, et négligeant...**



# Evaluation pratique L1 : La sécu

## - Les attendus de sécu au S1 :

Logistique pré / post escalade : sécu passive				Sécu active				
Corde préparée proprement avant de grimper+ <b>Nœud en bout de corde</b>	Baudrier ajusté et rangé (dégaines dans le bon sens) + <b>casque en falaise</b>	<b>Encordement Nœud de 8 ou chaise</b> + Nœud d'arrêt réglementaire	En fin de séance : rangement des dégaines dans le bon sens, lovage de la corde ( <b>non pénalisant</b> )	Parade en bloc et déplacements adaptés (ne pas passer sous un grimpeur...)	<b>Contrôle mutuel avant de grimper (vérif encordement / Vissage du Syst d'assurage)</b>	Clippage des dégaines dans le bon sens en tête, yoyo à éviter, ne pas se jeter inutilement sur les dégaines... gestion/réception de sa chute...	<b>Manip de haut de voie en falaise équipée</b>	<b>Maîtrise de l'assurage en tête (parade, donner le mou efficacement, dynamiser la chute)</b>

# Stage

Dans une structure de sa spécialité sportive, de préférence à l'année

## La démarche

- Imprimer 3 exemplaires de la convention  
- Les faire signer par le tuteur

- Poser la convention dans mon casier (ou me la rapporter le lundi en TD) avant le 14 octobre

- Récupérer la convention à l'accueil la semaine suivante

- Donner un exemplaire à la structure

- **Dernier délai pour dépôt de la convention à la scolarité**  
vendredi 25 octobre 2023 à 12h
- Retour des rapports de stage lundi 11 décembre
- Conseils : Gardez le même lieu de stage pour les 2 semestres
- N'oubliez pas de joindre au rapport la fiche d'évaluation stagiaire

# Stage

Dans une structure de sa spécialité sportive, **de préférence à l'année**

- CAF Pic saint loup (JM Gosselin 0684149813= Stage avec un public handi + adultes falaise) ou Montpellier (Nils Escoubas = 0601635702)
- Club FFME bleu vertige, Escalabel, Scalata, Versant Cévennes, GIGN (le Vigan...), escaladonf, Mégalithe, escalagou....
- Moniteurs d'escalade (Corentin Guénoun 0750467396, Safran Despalières 0699228756, Didier Franco 0619140332, Manu G ...)
- Salles d'escalade privées, de préférence à corde si vous vous destinez à une licence Education motricité... Altissimo Odysseum, Bloc session, Boulder line...
- Dans votre club d'origine : Idéal

# Contenu du stage

- L'encadrement et l'intervention, L'animation, la Construction d'une séance
- Connaissance des grandes lignes de l'organisation de la formation du sportif dans la structure : du débutant à l'expert

Notation	
- Présentation de la structure d'accueil, l'environnement... <ul style="list-style-type: none"><li>- Présentation et analyse du cadre d'intervention</li><li>- Evaluation du rapport de stage semestre 1 : à l'oral, durée 5 minutes de présentation avec support (papier ou PPT) puis 5 minutes de questions</li></ul>	/ 8
Appréciation du tuteur / implication dans le stage	/ 8
Clarté de la présentation, expression orale	/ 4

Au premier semestre est attendu un descriptif clair de la structure d'accueil, de son champ d'activité, ses perspectives, son fonctionnement... Vous pouvez également détailler ce que vous y avait fait, les apports personnels, et les projections sur le reste de l'année.

# Implication / progrès

- Il est fortement recommandé de pratiquer en plus des temps de spé...
- L'affiliation à un club est également un atout pour la progression, les possibilités de sorties, éventuellement le stage...
- Essayez dans la mesure du possible d'aller pratiquer à l'opposé de vos pratiques communes : en salle pour les falaisistes, en falaise pour les grimpeurs de salle.

Récap de l'Eval en Spé au S1.

**Pratique coef 2** : Perf et sécu

**Théorie Coef 2** : Ecrit et exposé sur un thème de sécu ou historique

**Stage Coef 1**

Pour TP de demain :

- Vidéo à regarder
- Escalade en tête
- Assurage en tête

<https://www.petzl.com/LU/fr/Sport/Video---Assurer-avec-le-REVERSO?ActivityName=Escalade>

<https://planetgrimpe.com/videos/compilation-de-chutes-ames-sensibles-sabstenir/>

<https://www.petzl.com/LU/fr/Sport/video/Le-plus-mauvais-assureur-du-monde---Mauvaises-techniques-d-assurage>

<https://www.petzl.com/LU/fr/Sport/Bonnes-pratiques-pour-assurer-un-grimpeur-en-tete?ActivityName=Escalade>