



escalade L3 EM

Année universitaire 2024 - 2025



**De l'apprentissage de la sécurité en
moulinette à la grimpe en tête.**

En moulinette



**La corde est déjà
installée, le
grimpeur est
assuré du haut**

En tête



**Le grimpeur
« clippe » sa
corde au fur et à
mesure de sa
progression**

En moulinette



La corde est déjà installée, le grimpeur est assuré du haut

Grimpeur

Apprend à faire confiance dans le matériel et à son assureur

Chute essentiellement dans l'espace arrière avec une faible hauteur de chute

Assureur

Assurage en 5 temps pour avaler le mou au fur et à mesure de la progression du grimpeur

Construit une posture d'attention pour bloquer une chute éventuelle

En tête



Le grimpeur « clippe » sa corde au fur et à mesure de sa progression

Grimpeur

Construit de nouveaux apprentissages liés aux phases de mousquetonnage

Apprend à s'engager au dessus du point et à assumer un risque de chute vers l'arrière et le bas

Assureur

Apprend à donner et reprendre du mou pour s'adapter à la progression du grimpeur

Se place en fonction du grimpeur

Notion d'assurage dynamique

Grimper en tête : dans quelles conditions ?

Pour le grimpeur :

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

Pour l'assureur:

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

« Une vigilance renouvelée des enseignants d'EPS est attendue quant à la sécurisation des pratiques **et à la gradation nécessaire des niveaux d'engagement** proposés aux élèves »

« L'évolution de la pratique des élèves de l'escalade en moulinette vers l'escalade en tête doit être très **progressive** et se réaliser seulement à partir du moment où **les élèves ont acquis les compétences nécessaires pour débiter cette pratique en sécurité** »

« La mise en oeuvre de l'escalade en tête suppose que les situations d'apprentissage soient très aménagées et utilisent **des dispositifs de sécurité adaptés tels que, par exemple, l'escalade en « fausse tête ou mouli tête »** avec double assurage afin de **permettre un apprentissage progressif des chutes sans conséquence.** »

L'usage de départs de voies **avec deux dégaines prémousquetonnées** doit permettre d'éviter les retours au sol....



Plutôt 3 dégaines préclippées

Progressivité des apprentissages = sécurité active

Quoi enseigner dans quel ordre ?

Progressivité des dispositifs = sécurité passive

CLIP / mouliclip / moulitête / Demitête

Aménagement des conditions de pratique

= 3 dégaines préclippées =

éviter le retour au sol

Grimper en tête : dans quelles conditions ?

Pour le grimpeur :

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

Pour l'assureur:

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

Intégrer la possibilité de la chute vers le bas

Apprendre à mousquetonner

Séquencer son déplacement autour de PME :

Aspects techniques : comment me mettre en PME ?

Aspects tactiques AVANT : Ou et quand me mettre en PME ?

Aspects tactique pendant : quoi faire ? Quoi regarder ?

Apprendre la gestuelle de l'assurance en tête

**Vers la
grimpe en
tête**

```
graph RL; A[Intégrer la possibilité de la chute vers le bas] <--> B[Vers la grimpe en tête]; C[Apprendre à mousquetonner] <--> B; D[Séquencer son déplacement autour de PME : Aspects techniques : comment me mettre en PME ? Aspects tactiques AVANT : Ou et quand me mettre en PME ? Aspects tactique pendant : quoi faire ? Quoi regarder ?] <--> B; E[Apprendre la gestuelle de l'assurance en tête] <--> B;
```

Progressivité des dispositifs

Clip

Dispositif mouliclip

Dispositif moulitête

Dispositif demi tête

Apprivoiser la peur de la chute !

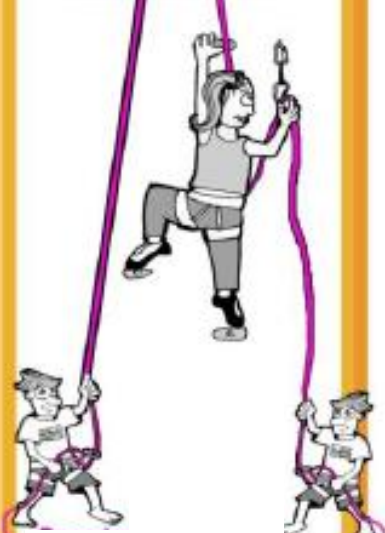


CLIP

Mouliclip CLIP

Mouli tête

Demi tête

 - S'entrainer à mousquetonner au sol, puis sur les parcours  - "clipper" tous les points - Mousquetonnage rapide et avec les deux mains: faire chaque parcours MD puis MG	 - Assurage en moulinette - Une 2e corde différente	 - Assurage en moulinette ET en tête (2 assureurs). - Déclipper les dégaines à la descente	 - Les 3 premiers points sont pré-mousquetonnés - Terminer la voie en tête	 - Grimper seulement jusqu'à la 3e dégaine - Parer au départ - Se placer/ se déplacer selon la position du grimpeur
--	---	---	---	--

Concrètement

Pour le grimpeur

MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

MOUSQUETONNER AU BON MOMENT
AU BON ENDROIT

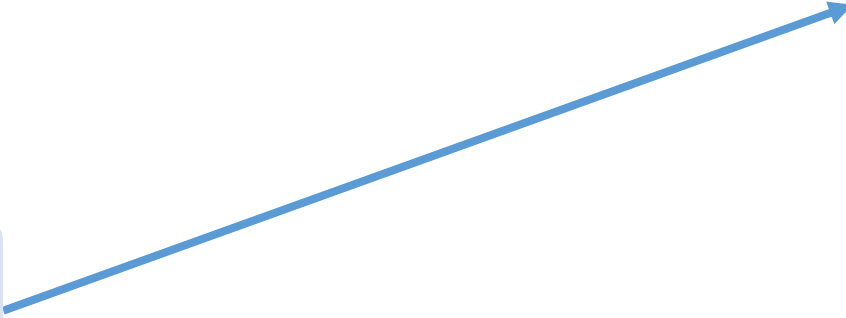
ACCEPTER DE S'ENGAGER AU DESSUS DU POINT

MOUSQUETONNER DANS LA BONNE POSITION

MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

Maîtriser des techniques pour
mousquetonner efficacement
des deux mains

Situation d'échauffement
Traversée CLIP



```
graph LR; A[Maîtriser des techniques pour mousquetonner efficacement des deux mains] --> B[Situation d'échauffement Traversée CLIP]
```

MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

Tout mousquetonner

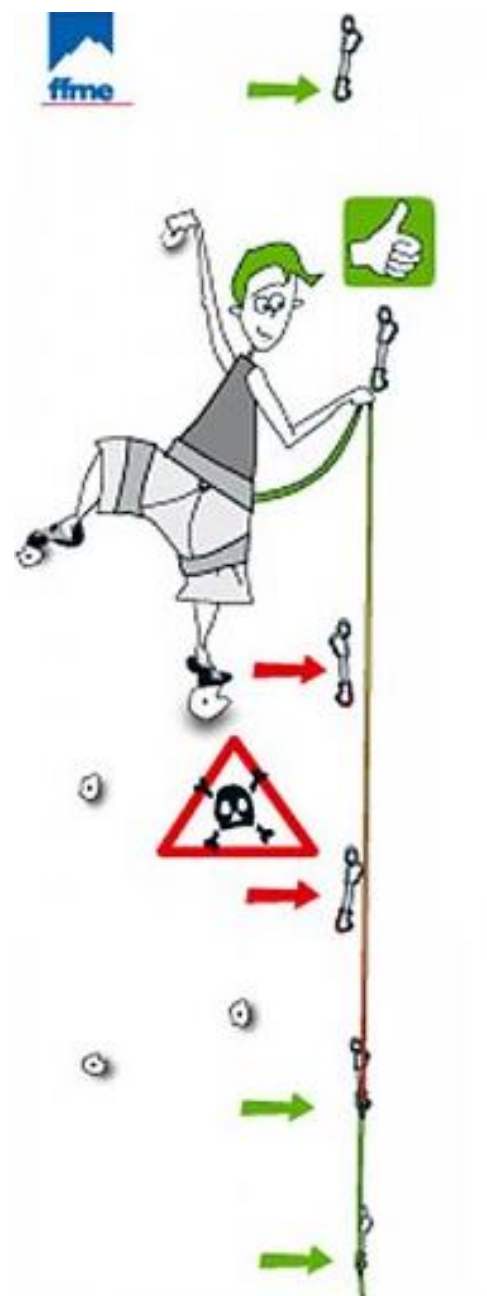
Dans le bon ordre

Dans le bon sens

Maîtriser des techniques pour
mousquetonner efficacement
des deux mains

MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

Tout mousquetonner



MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

Dans le bon ordre

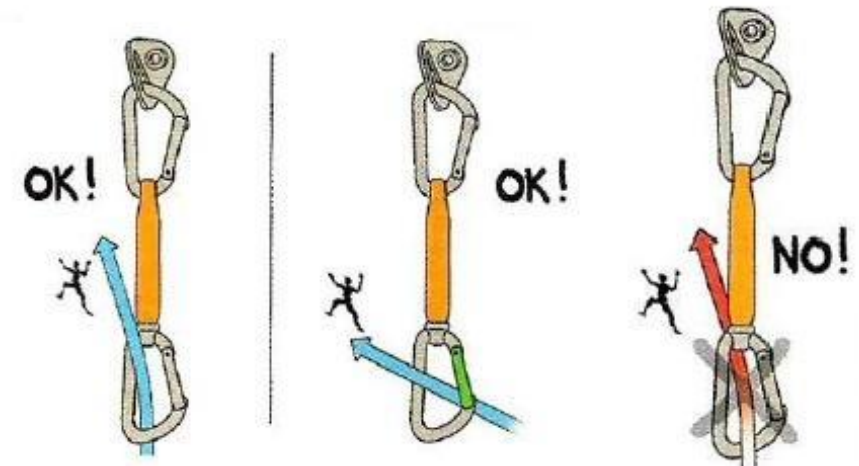


NON "yoyo" : la corde passée dans la dégaine a été prise en dessous de la dégaine précédente.
Déclipper la dégaine du bas + reclipper

MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

Dans le bon sens

La corde sort par l'avant du mousqueton
L'ouverture du mousqueton est à l'opposé
du mousqueton du grimpeur



MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

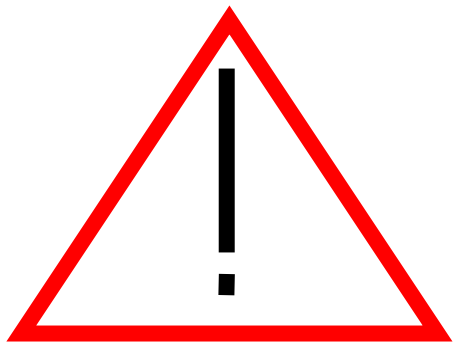
MOUSQUETONNER AU BON MOMENT
AU BON ENDROIT

ACCEPTER DE S'ENGAGER AU DESSUS DU POINT

MOUSQUETONNER DANS LA BONNE
POSITION

Lorsque la dégaine est entre
le front (+/-) et le bassin (+/-)

MOUSQUETONNER AU BON MOMENT
AU BON ENDROIT



Clipper la dégaine bras tendu au dessus de la tête
=
Rassurant mais objectivement plus risqué



MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

MOUSQUETONNER AU BON MOMENT
AU BON ENDROIT

ACCEPTER DE S'ENGAGER AU DESSUS DU POINT

MOUSQUETONNER DANS LA BONNE
POSITION

PME

(position de moindre effort)

Choisir une configuration de prise qui permet
d'être équilibré

Relâchement des membres supérieurs

MOUSQUETONNER DANS LA BONNE POSITION

Lorsque la dégaine est entre
le front (+/-) et le bassin (+/-)

PME

(position de moindre effort)

Choisir une configuration de prise qui permet
d'être équilibré

Relâchement des membres supérieurs

MOUSQUETONNER AU BON MOMENT,
AU BON ENDROIT

MOUSQUETONNER DANS LA BONNE POSITION

MOUSQUETONNER DE LA BONNE FAÇON

MOUSQUETONNER AU BON MOMENT
AU BON ENDROIT

Dispositif mouliclip

ACCEPTER DE S'ENGAGER AU DESSUS DU POINT

MOUSQUETONNER DANS LA BONNE
POSITION

Grimper en tête : mousquetonnage



OUI mousquetonner...

- en **PME** (position du moindre effort), le bras qui saisit la prise est tendu.
- placer le brin rattaché au baudrier vers l'extérieur (la corde doit « sortir du mur »)
- en prenant la corde devant **SOI** (sinon yoyo)
- mousquetonnage de toutes les dégaines
- sans jamais placer la corde derrière la jambe

Grimper en tête : dans quelles conditions ?

Pour le grimpeur :

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

Pour l'assureur:

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

Progressivité des dispositifs

Clip

Dispositif mouliclip

Dispositif moulitête

Dispositif demi tête

Progressivité des apprentissages

S'équilibrer pour clipper

Clipper main droite / main gauche

Clipper dans le bon sens

Tactique AVANT : clipper au bon
endroit au bon moment

Tactique PENDANT : profiter de la PME
pour regarder la suite de l'itinéraire

Mousquetonner tout

Mousquetonner dans le bon ordre

Gerer l'aspect énergétique lié à la prise
de mou

S'engager au dessus du point

Dispositif demi tête

Élément de progressivité :

- Jouer sur la difficulté des itinéraires
- Jouer sur le droit de s'arrêter
- Jouer le caractère connu ou inconnu des itinéraires

Toute prise, obligation de s'arrêter

Toute prise, droit de s'arrêter

Voie facile, connue

Voie facile, inconnue

Voie facile, inconnue, arrêt interdit

Voie difficile, connue

= dominer sa peur en situation de fatigue

Voie difficile, inconnue

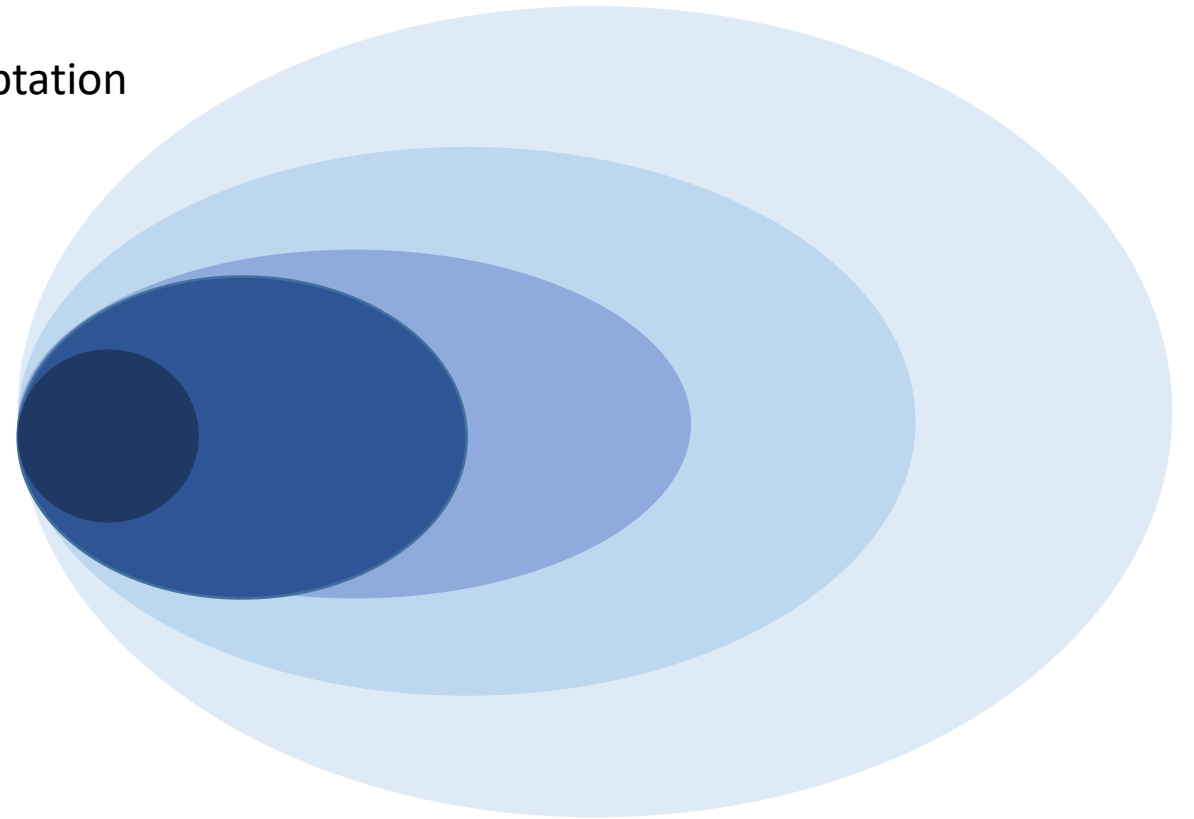
= s'engager jusqu'à la chute au dessus du point

On travaille toujours la même chose dans des conditions de plus en plus contraignantes : répéter & s'adapter

L'évolution des dispositifs introduit de nouvelles contraintes

Chaque contrainte induit une destabilisation qui exige une adaptation

L'enseignant a un rôle de facilitateur dans le processus d'adaptation



Une démarche d'enseignement par imbrication

Grimper en tête : dans quelles conditions ?

Pour le grimpeur :

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

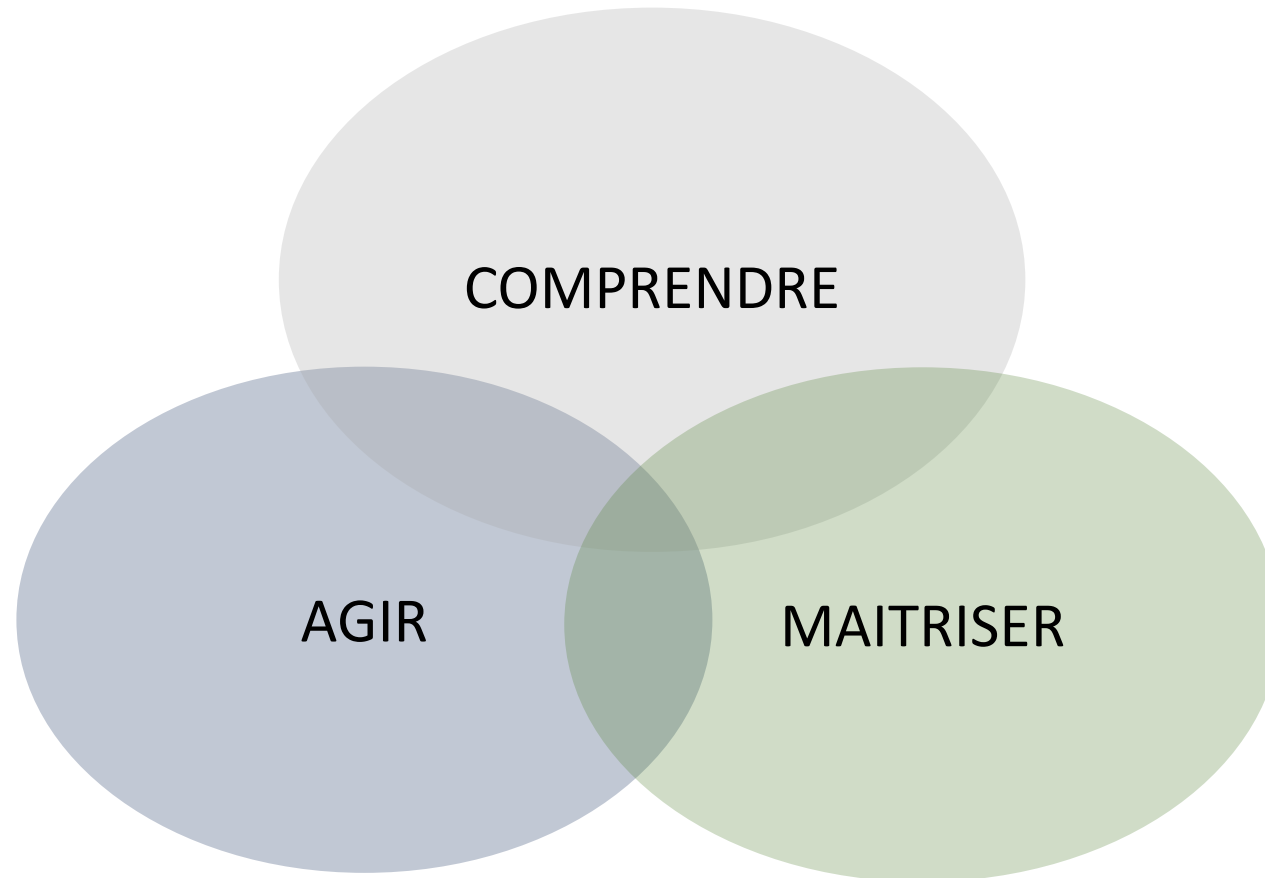
Pour l'assureur:

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

Pour l'assureur

Se placer en fonction de
l'évolution du grimpeur

Décider quand donner et
reprendre du mou



Intégrer une gestuelle
nouvelle pour donner
et prendre du mou

Observer l'évolution du
grimpeur pour anticiper

Rester lucide pour assurer de
manière dynamique en cas de
chute

Se placer en fonction de
l'évolution du grimpeur

Décider quand donner et
reprendre du mou

Intégrer une gestuelle
nouvelle pour donner
et prendre du mou

Observer l'évolution du
grimpeur pour anticiper

Rester lucide pour assurer de
manière dynamique en cas de
chute

DONNER/AJUSTER LE MOU



Intégrer une gestuelle nouvelle pour donner et prendre du mou

Position initiale ou position d'attente. « Main basse contre la cuisse »	Temps n°1 : La main basse pousse la corde vers le frein d'assurage en formant une boucle, et l'autre main tire la corde à travers le frein d'assurage.	Temps n°2 La main haute coulisse sur la corde pour venir se positionner et la serrer juste au dessus du système d'assurage.	Temps n°3 La main basse coulisse sur la corde pour venir se positionner très vite contre la cuisse et serrer la corde à ce niveau là. Retour à la position initiale.

Se placer en fonction de
l'évolution du grimpeur

Décider quand donner et
reprendre du mou

Intégrer une gestuelle
nouvelle pour donner
et prendre du mou

Observer l'évolution du
grimpeur pour anticiper

Rester lucide pour assurer de
manière dynamique en cas de
chute

Se placer en fonction de
l'évolution du grimpeur

Début de voie
De la parade à l'assurage



Assurage de la dégaine 1 à 3

A partir de la dégaine 3

SE PLACER, SE DECALER

Assureur proche du mur
Décalé de l'axe de progression du grimpeur



A 2-3m du mur
Avance en donnant du mou
Reculé en avalant le mou

Se placer en fonction de
l'évolution du grimpeur

Décider quand donner et
reprendre du mou

Intégrer une gestuelle
nouvelle pour donner
et prendre du mou

Observer l'évolution du
grimpeur pour anticiper

Rester lucide pour assurer de
manière dynamique en cas de
chute

Décider quand donner et reprendre du mou

- Le grimpeur progresse : je donne du mou
- Le grimpeur s'arrête : je reprends du mou
- Le grimpeur prend de la corde : je donne du mou
- Le grimpeur a mousquetonné : je reprends du mou

Observer l'évolution du grimpeur pour anticiper

Grimper en tête : dans quelles conditions ?

Pour le grimpeur :

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

Pour l'assureur:

Quels apprentissages ?
Quelle progressivité ?

Gestuelle pour donner du mou +++

Placement - -

Prise de décision - -

Droit à l'erreur +++



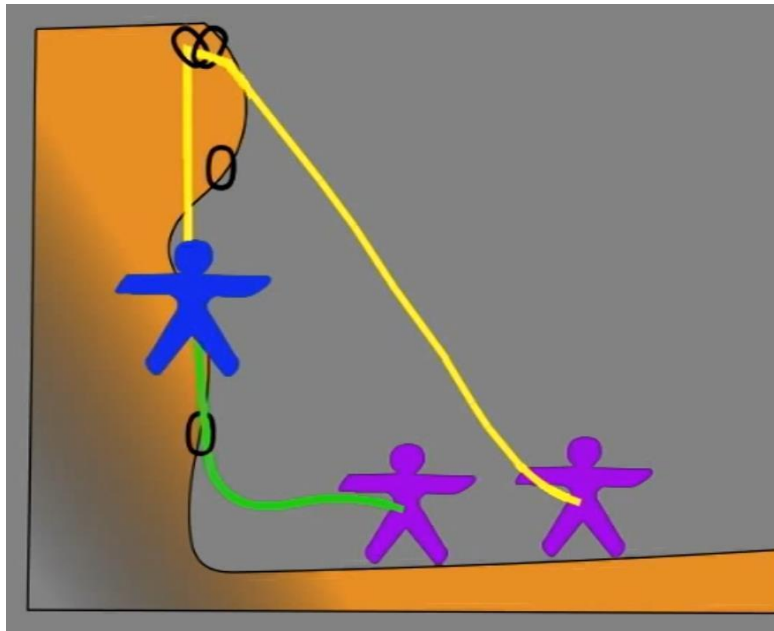
Double assurance
Ou
Assurance en desescalade

Gestuelle pour donner du mou +++

Placement +++

Prise de décision +++

Droit à l'erreur +++



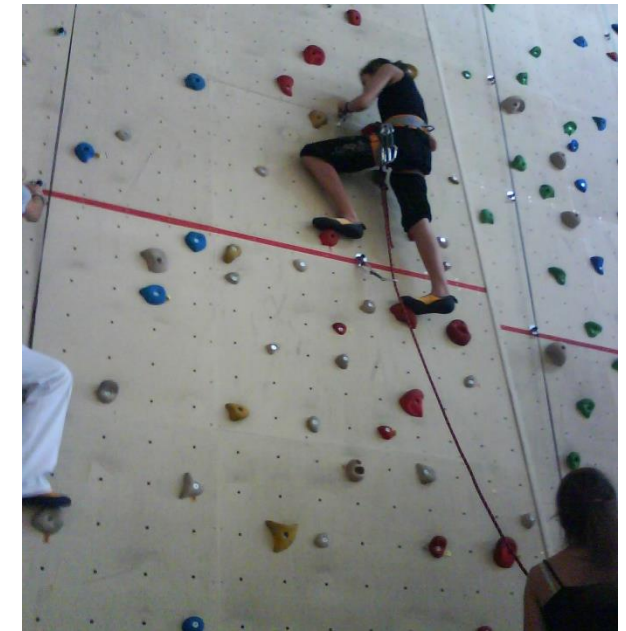
Moultîtête

Gestuelle pour donner du mou +++

Placement +++

Prise de décision +++

Droit à l'erreur - - -



En tête

Progressivité des dispositifs

Dispositif mouliclip

Double assurage
OU
Assurance à la descente

Dispositif moulitête

Dispositif demi tête

Avec arrêt obligatoire

Avec ou sans risque de chute

Progressivité des apprentissages

Avaler du mou à la montée

Donner du mou à la descente

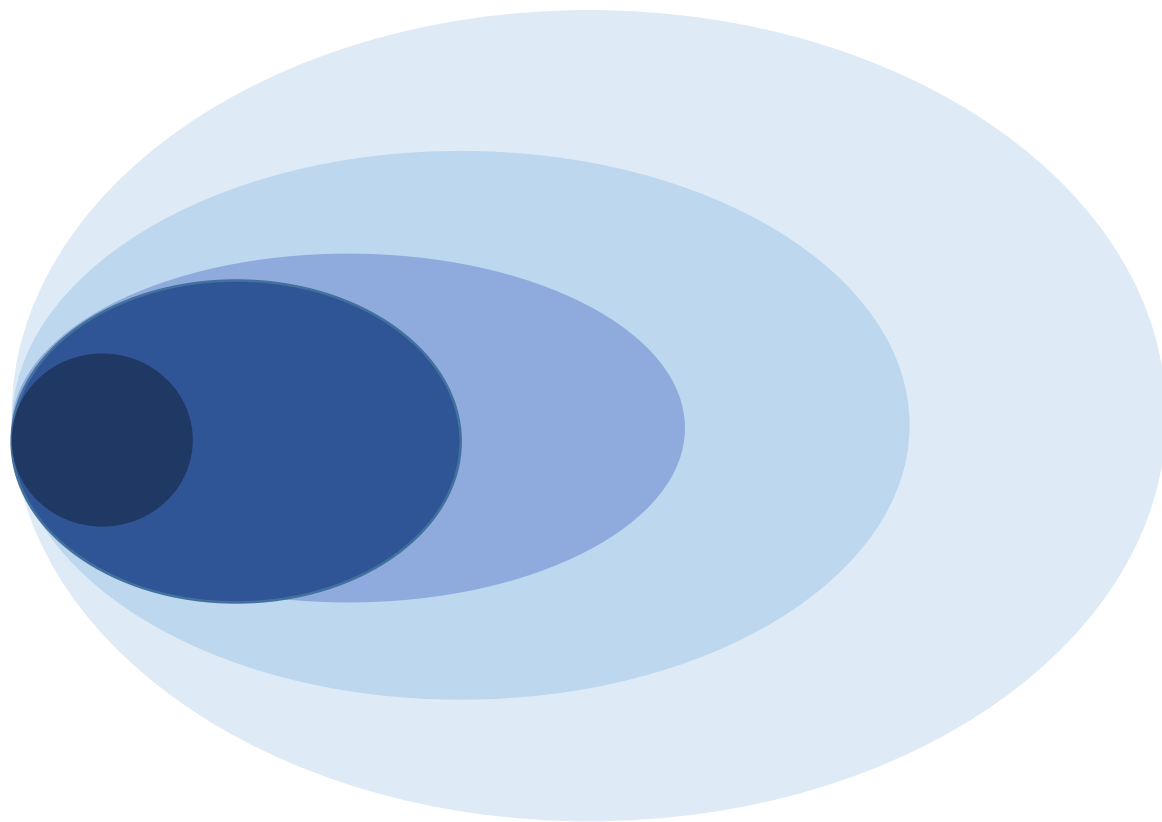
Alterner donner et reprendre du mou

Se placer en fonction de l'évolution du grimpeur

Anticiper

Rassurer le grimpeur

Une démarche d'enseignement par imbrication





La suite en TP ...