

Escalade à l'école – Moulinette: Assurer/Acquérir: Nœuds d'assurage

Objectif d'apprentissage: les élèves savent faire un demi-nœud d'amarre et comprennent que, grâce à ce système, le frottement de la corde va générer l'effet de freinage recherché.

Demi-nœud d'amarre (ou nœud de demi-cabestan)

- Nouer la corde. La vidéo montre une des très nombreuses variantes!
- Passer le nœud dans le mousqueton. Veiller à ce que la corde de freinage se trouve du côté de la main de freinage. Avec un mousqueton normal, la fermeture à vis doit se trouver à l'opposé de la corde – et de la main – de freinage.
- Bien serrer la vis.
- Contrôle fonctionnel: le corde coulisse bien dans les deux directions.

Précisions méthodologiques

- Bien expliquer aux élèves qu'ils doivent tenir les deux brins de corde en «V» déjà lors du contrôle fonctionnel. Les pouces des deux mains pointent dans la direction opposée au mousqueton.

Moments critiques et conduites à adopter

- **Nœud incorrect (ne remplit pas sa fonction de freinage)** → Vérifier lors du contrôle du partenaire!
- **Mousqueton pas verrouillé** → Vérifier lors du contrôle du partenaire!
- **Fermeture à vis du mousqueton du côté de la main de freinage** (la vis pourrait se desserrer avec le frottement de la corde) → Tourner le mousqueton de manière à ce que l'ouverture ne soit pas du côté de la main de freinage.

Listes de contrôle

«Règles de conduite pour l'assureur»

- **Contrôle du partenaire:** Avec les yeux et les deux mains.
- Placement: A l'écart de la ligne de chute du grimpeur.
- Mouvement d'assurage: Position correcte des mains (les pouces à l'opposé du mousqueton), prise et tenue correctes de la corde, «prise tunnel» et surtout: ne jamais lâcher la corde de freinage!
- Concentration: Bien avaler la corde! Si le grimpeur va trop vite, lui demander d'attendre.
- Réaction aux ordres: A l'énoncé «bloque!», tirer tout de suite sur la corde, reculer d'un

pas et s'asseoir dans la corde.

- Faire descendre: Placer les deux mains sur la corde de freinage et laisser glisser lentement et régulièrement!

→ [Liste de contrôle des manœuvres d'assurage](#) (pdf)

«Règles de conduite pour le contre-assureur»

- **Contrôle du partenaire:** Avec les yeux.
- **Concentration:** Observer le grimpeur et saisir la corde qui vient de l'assureur; toujours tenir la corde à deux mains!
- **Placement:** Légèrement décalé (env. 1 mètre) par rapport à l'assureur, hors de la ligne de chute du grimpeur!

«Règles de conduite pour le grimpeur»

- **Contrôle du partenaire:** Avec les yeux et les deux mains.
- Annoncer quand je veux m'asseoir dans le baudrier: Crier «bloque!» et s'asseoir seulement lorsque je sens que la corde est tendue.
- Ne pas grimper trop vite.
- Ne pas trop se décaler sur les côtés afin d'éviter une chute pendulaire.
- Pour la descente, placer les jambes perpendiculairement à la paroi et «marcher» vers le bas.

Source: Markus Kūmin, Association suisse d'éducation physique à l'école ASEP



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO