Thème du mois 01/2016: «climbingiscool.ch»

L'escalade en salle est en plein boom. A l'école aussi, elle connaît un succès croissant. C'est pourquoi nous lui dédions ce thème du mois. La base de ce document repose sur le projet de l'ASEP «climbingiscool.ch» lancé en 2013 dans le but de remettre ce sport au goût du jour.

Durant ces dernières années, l'escalade s'est établie comme un sport populaire. On trouve aussi de plus en plus de parois ou d'infrastructures d'escalade dans les salles de gymnastique. En effet, de nombreuses valeurs qui caractérisent ce sport trouvent un écho dans les exigences fixées dans le plan d'études.

Ce thème du mois d'adresse avant tout aux enseignants d'éducation physique de tous les degrés scolaires, aux moniteurs J+S Sport scolaire, Escalade sportive et Alpinisme. Il s'ancre sur le projet de l'ASEP «climbingiscool.ch» (en allemand). Les contenus présentés ici – issus du site Internet – ne représentent qu'un éventail de la large palette d'exercices et de conseils méthodologiques et didactiques pour l'escalade à l'école.

Bloc et moulinette sous la loupe

Le noyau de la brochure consiste en un recueil d'exercices articulé autour de deux grandes parties. La première section est consacrée au bloc, la nouvelle discipline à la mode qui consiste à grimper sans corde sur des rochers jusqu'à une hauteur qui permet de sauter au sol sans mal. Les différentes formes d'exercices ayant fait leurs preuves garantissent des leçons attractives et variées. La seconde partie thématise l'escalade en moulinette où la corde est déjà installée au sommet. L'accent porte sur les étapes qui permettent aux élèves d'assurer leurs camarades de manière fiable et responsable.

Tous les exercices sont complétés par des vidéos, c'est pourquoi l'utilisation des appareils mobiles – smartphones, tablettes ou ordinateurs – est vivement recommandée si l'on veut exploiter au mieux les contenus de ce thème du mois.

Pour tous, avec quelques restrictions

Les exercices consacrés à l'escalade en bloc conviennent à tous les élèves, quel que soit leur niveau. Pour

l'escalade avec corde, quelques restrictions sont de mise. Les standards de sécurité à l'école fixent la limite de la 7e année HarmoS au plus tôt pour ce qui touche à l'assurage des élèves entre eux. Les exercices pour l'escalade en moulinette sont donc prévus en priorité pour les élèves du secondaire I et II.

En complément aux deux parties pratiques principales, ce thème du mois livre des renseignements sur la sécurité, la formation et la qualification requise pour l'enseignement de l'escalade à l'école.

Gecko Trophy

Le Club alpin suisse CAS a lancé en décembre 2015 un programme de formation, le «Gecko Trophy», qui offre aux enseignants intéressés de nombreuses idées pour leurs leçons. Le «Gecko Trophy» est articulé autour de plusieurs blocs d'apprentissage (unités d'enseignement). Pour chaque étape réussie, les élèves reçoivent un insigne, ce qui représente – surtout pour les plus jeunes – une grande motivation.

Thème du mois

- «climbinigniscool.ch» (pdf)

Articles

- Objectifs d'apprentissage
- La paroi d'escalade idéale
- Qui peut enseigner l'escalade à l'école?
- Gérer la peur
- Bloc: Débuter en douceur
- Moulinette: Débuter en douceur

Exercices

Bloc

- Echauffement
- Challenge
- Coopération
- Technique
- Aux agrès
- Concours

Moulinette

- Assurer – Acquérir
- Assurer – Appliquer
- Effectuer des tâches motrices

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

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO