Escalade sportive: Grimper avec assurance

C'est le boom dans les salles de sport. Outre l'aspect aventurier, la sécurité de cette discipline joue aussi un rôle central.

Il est important que les élèves soient constamment surveillés, surtout lorsqu'ils débutent (photo: Joël Schweizer).

L'escalade sportive a pris ses quartiers à l'école. On trouve de plus en plus souvent un mur d'escalade à côté des barres fixes ou des espaliers dans les salles de sport. Bien des aspects de cette discipline sont compatibles avec le programme scolaire: elle développe les compétences sociales, car les élèves qui assurent leurs camarades doivent en prendre la responsabilité, et ceux qui grimpent doivent faire confiance aux premiers.

C'est pourquoi on a souvent recours à l'escalade pour renforcer l'esprit d'équipe ou avec des élèves qui ont des problèmes de comportement ou d'anciens toxicomanes. Il faut une bonne dose d'initiative personnelle pour résoudre une tâche, ce qui encourage l'autonomie d'action.

Renforcer les muscles, améliorer la souplesse et apprendre à coordonner ses mouvements permettent d'améliorer sa position et de mieux sentir son corps et sa mobilité. L'escalade sportive est bien adaptée aux élèves peu performants, car les résultats sont visibles pour tous dès le début. Même les élèves peu adroits ou en surpoids jouent un rôle essentiel lorsqu'ils assurent leurs camarades.

Une formation gage de sécurité

L'escalade comporte aussi des risques. Ses adeptes doivent répondre à de grandes exigences de sécurité; toutefois, elle n'est pas qualifiée de sport à risques. «L'escalade semble dangereuse de prime abord», explique Monique Walter, responsable des sports de montagne au bpa – Bureau de prévention des accidents. «Le déplacement vertical est inhabituel, le risque de chute tangible et effrayant. Mais grâce à une formation et à un

encadrement adaptés, l'escalade en salle peut être très sûre.»

Une introduction minutieuse des techniques d'assurage est essentielle. Des études ont révélé que 30 à 50% des grimpeurs sont mal assurés. «Le mieux est d'assister à un cours d'introduction tel qu'il est proposé dans la plupart des salles d'escalade. On peut aussi y louer le matériel nécessaire: baudrier, corde et chaussures.»

→ Tous les contenus consacrés à l'escalade sportive

Une vue dégagée sur les élèves

Aucune réglementation n'existe à l'échelle nationale en matière d'escalade à l'école. Certains cantons ont établi des directives, notamment Fribourg: depuis août 2010, les enseignants ne peuvent grimper avec les élèves que s'ils sont guides de montagne ou moniteurs J+S Alpinisme ou Escalade sportive, ou s'ils sont titulaires d'un diplôme cantonal spécial.

La canton d'Uri, qui autorise le bloc avec matelas (un type d'escalade sans corde à faible hauteur du sol) sans formation complémentaire, réserve la moulinette (la corde est passée dans un relais situé en haut de la voie; le partenaire assure le grimpeur depuis le sol) aux enseignants spécialisés.

Il est important que les élèves soient constamment surveillés, surtout lorsqu'ils débutent. Selon les directives J+S, un moniteur en salle peut superviser au maximum 12 élèves. Les groupes plus grands requièrent la présence d'un moniteur supplémentaire. Un moniteur ne peut surveiller que quelques cordées selon l'aménagement de la salle. Or, les cordées devraient toujours être à portée de vue et non pas dispersées dans l'espace.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO