Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 12 (2010)

Heft: 6

Artikel: Grimper avec assurance

Autor: Di Potenza, Francesco

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995371

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Grimper avec assurance

C'est le boom dans les salles de sport. Les semaines d'escalade proposées aux écoles par le Club Alpin Suisse CAS rencontrent un franc succès. Outre l'aspect aventurier, la sécurité joue aussi un rôle central.

Texte: Francesco Di Potenza; 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 suisse 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.»

Le bpa et le CAS ont réuni les règles d'escalade ainsi que les connaissances et les normes récentes dans la brochure «Grimper en sécurité» (voir encadré p. 28). Celle-ci aborde de façon claire et détaillée des sujets tels que le contrôle du partenaire, les nœuds, l'assurage ou les mesures de protection. Monique Walter met toutefois en garde: «La brochure sert à compléter les formations spécialisées. Elle n'est pas conçue en tant que manuel pour autodidactes.» Ce n'est donc pas un guide pratique pour débutants.

Responsable du projet «Rivella Climbing» (voir encadré p. 29) auprès du CAS, Andrea Fankhauser abonde dans le même sens: «Nous recommandons aux maîtres de sport le cours J+S escalade sportive pour chefs de groupe ou une formation équivalente, par exemple chef de courses en escalade sportive CAS, afin d'être en mesure de proposer l'escalade en salle aux élèves.» Les deux formations durent six jours et habilitent les candidats qui réussissent les examens à dispenser un cours d'escalade en salle à des groupes. «Si ces conditions ne sont pas réunies, il est conseillé d'engager un responsable ou un guide de montagne du CAS», précise-t-elle. On peut aussi réserver les services d'un expert sur place lorsque l'activité a lieu dans une salle d'escalade.

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 d'une part autorise le bloc avec matelas (un type d'escalade sans corde à faible hauteur du sol) sans formation complémentaire, réserve d'autre part 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.

Téléchargements

«Grimper en sécurité»: Une brochure sur les techniques d'assurage pour être autonome en salle ou sur le mur d'escalade en plein air. Contenu: s'échauffer préalablement, contrôler son partenaire, s'assurer correctement, adopter le bon comportement en grimpant, etc. En outre, on peut se procurer des affiches avec les règles principales de l'escalade. Les écoles peuvent obtenir gratuitement ces documents (dans la limite des stocks disponibles); les frais sont supportés par le bpa.

www.sac.ch > Téléchargements > Grimper en sécurité

Installation d'un mur d'escalade: Souhaitez-vous installer un mur d'escalade dans votre école/salle de sport? La brochure technique 2.009 «Structures d'escalade» offre un premier aperçu. Adressez-vous à des professionnels pour la planification et l'installation.

www.bpa.ch > Commander > Structures d'escalade

bpa

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.

Un mur d'escalade en tournée

Ceux qui enseignent l'éducation physique n'ont pas tous des affinités avec l'escalade ni le temps de s'y former. Et les salles de sport ne contiennent pas toutes un mur d'escalade. Le projet «Rivella Climbing», qui remporte un franc succès depuis onze ans, permet toutefois de ne pas priver les élèves de cette expérience. Le CAS transforme la salle de sport en salle d'escalade pendant une semaine. «Ainsi, les enseignants peuvent essayer cette discipline et constater par eux-mêmes qu'elle se prête très bien au cours d'éducation physique», indique Andrea Fankhauser. «Faire de l'escalade à l'école permet de s'en faire une bonne idée, contrairement au mur d'escalade externe.» Le cours est donné par un professionnel qui répond à toutes les questions sur cette nouvelle discipline scolaire.

Une nouvelle vision des élèves

Nombreuses sont les écoles qui réservent régulièrement le mur d'escalade Rivella, certaines même chaque année. Les enseignants qui sont déjà familiarisés avec cette discipline s'investissent beaucoup pour l'intégrer dans leur enseignement. Les enfants peuvent commencer tôt, au degré primaire, voire à l'école enfantine. «Nous préconisons toutefois la présence de personnes supplémentaires pour assurer la sécurité jusqu'à la 4e année», précise Andrea Fankhauser. Certains élèves de cette tranche d'âge ont encore du mal à se concentrer et sont peu conscients des risques. «Les aides peuvent être des enseignants intéressés ou des parents.» Si cela n'est pas possible, le bloc reste une alternative.

Durant cette semaine, beaucoup d'élèves découvrent ce type d'installations. Ils sont fascinés et enchantés par la nouveauté, tout en ressentant un certain manque d'assurance. L'escalade n'est pas seulement un sport. Il y est question de peur, d'adrénaline et, bien sûr, de confiance en son partenaire. L'ordre naturel de la classe est d'ailleurs souvent modifié. «Les élèves doués ou sportifs ne sont pas nécessairement les meilleurs sur un mur d'escalade, ce qui peut chambouler la hiérarchie dans la classe», confirme Andrea Fankhauser.

La tournée «Rivella Climbing» se déroule de janvier aux vacances d'automne. A la faveur du succès qu'elle rencontre cette année, il a toutefois été décidé de la prolonger. «Le mur d'escalade se déplacera dans les écoles du pays jusqu'en mai 2011», se réjouit Andrea Fankhauser. Et comme c'est parti, il semblerait bien qu'il continuera sa route après les vacances d'été pendant l'année scolaire 2011/2012. Plusieurs écoles en ont fait la demande. ■

Rivella Climbing

Transformer une salle de sport en salle d'escalade pendant une semaine, c'est possible! Le CAS fournit tout ce dont vous avez besoin. Chaque année, le mur d'escalade voyage dans toute la Suisse. Il reste encore quelques disponibilités pour l'année 2011/2012. Plus d'infos:

www.sac-cas.ch > Jeunesse > Rivella Climbing