

AGREMENT ESCALADE DE BLOC

Compétence minimale demandée : être capable de cerner les bases du déplacement sur une structure artificielle d'escalade de bloc. Cette compétence sera évaluée sur un parcours proposé sans matériel donc à une hauteur de pieds maximum comprise entre 1 mètre et 1 mètre 20 du sol (adaptation en fonction de la prise suivante).

La validation des situations proposées permettra l'accompagnement et la prise en charge en responsabilité d'un groupe pour une pratique de l'escalade **uniquement sur bloc**. Se référer aux modalités départementales en escalade <https://eps07.web.ac-grenoble.fr/circulaires-et-modalites-departementales>

1- situation non réalisée 2- situation correctement réalisée 3- situation maîtrisée

Capacité	Validation des compétences
Se déplacer latéralement	Le bénévole est capable d'effectuer des transferts d'appui : 1 – 2 - 3 Le bénévole est capable d'anticiper et de réaliser une séquence de mouvements pieds et mains en vue d'une traversée, repérer et choisir les prises puis se déplacer latéralement sur quelques mètres : 1 – 2 - 3
Savoir se réceptionner au sol (maîtriser la chute à partir d'une hauteur maximum de pieds à 1 mètre)	Le bénévole amortit son poids à l'arrivée sur le tapis et protège les membres supérieurs en regroupant les bras si besoin : 1 – 2 - 3
Savoir désescalader	Le bénévole est capable de réaliser des mouvements descendants (descendre les mains avant les pieds) : 1 – 2 - 3
Savoir parer une chute	Le bénévole est capable d'accompagner le retour sur le tapis d'un autre grimpeur : 1 – 2 - 3

La présence aux 2 parties de l'agrément est obligatoire pour obtenir l'agrément + la vérification de l'honorabilité.

Partie 1, agrément théorique → visio en amont de la partie pratique avec un conseiller pédagogique à partir d'un support diaporama

Partie 2, agrément pratique → temps de pratique escalade de bloc

Déroulé de l'agrément pratique :

- **Echauffement** collectif proposé par le conseiller pédagogique
- Faire vivre aux bénévoles des **situations** qu'ils pourront réutiliser avec les élèves
- **Déplacement sur un parcours**

Rituel d'échauffement	Traversée et chute : lors d'une traversée latérale au ras du sol, au signal, se laisser tomber vers l'arrière « pieds – fesses – épaules avec les bras rentrés ».	Twister couleur : départ sur le tapis, à l'annonce d'une couleur de prise, s'accrocher au mur avec au moins un appui sur la couleur annoncée et s'immobiliser. Variables : imposer main droite ou main gauche ou pied... Proposer cette situation en relais par équipe (permet de gérer la dépense énergétique).	Déplacement en opposition : 2 groupes un à droite et un à gauche du mur → déplacement en continu vers un point central. Arrivée au centre, le retour se fait au sol pour rejoindre son groupe. Variables : relais par équipe en traversée convergeant vers la même prise avec un anneau de corde, pour y accrocher un mousqueton (le 1 ^{er} qui arrive).
Situations	Accrocher/poser : en binômes repartis au pied du mur : le 1 ^{er} va accrocher ou poser un objet (anneau de cordelette/foulard/balle molle...) sur une prise et le 2 nd va le chercher.	Toucher des anneaux de cordes (ou autres objets) fixés au préalable sur le mur. Variables : toutes les prises sont autorisées ou seulement certaines couleurs, ou formes. Limiter les prises de mains et les prises de pieds.	1,2,3 Soleil : départ au pied du mur, au signal grimper et s'immobiliser. Variables : choix de voies plus difficiles pour éviter d'atteindre trop vite la limite fixée pour les appuis pieds.
	Jeu du pharaon : se déplacer de profil sur le mur le plus longtemps possible sans remettre un pied au sol.	Jeu de l'imitateur : utiliser les mêmes prises que son binôme pour réaliser le parcours.	Jeu de l'artiste : par équipe, avec un dessin à reproduire sur une ardoise suspendue, 1 élément à dessiner autorisé par grimpeur
Déplacement	Effectuer latéralement un parcours à une hauteur de pieds maximum comprise entre 1 mètre et 1 mètre 20 du sol (repère visuel type anneau de corde pour la prise de départ et la prise d'arrivée). Le parcours proposé devra permettre au bénévole d'effectuer des transferts d'appuis pieds/mains. Il repérera et choisira ses prises pour effectuer ce parcours en maintenant son équilibre sans appui au sol. Le retour au sol se fera en désescaladant.		