|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **BGT** | **ESCALADE** | **CA 2** |



|  |
| --- |
| Principe d’élaboration de l’épreuve. |
| Le candidat proposera 3 voies dont deux seront tirées au sort et sur lesquelles il sera évalué (un tirage au sort pour les AFL 2 et 3 et un pour l’AFL 1). L’évaluation de l’AFL 2 et 3 se fera sur l’avant dernière et/ou l’antépénultième séance du cycle. L’évaluation de l’AFL 1 se fera lors de la dernière séance.Le mode de pratique est ‘’après travail’’, le mode de réalisation est au choix de l’élève : Mouli-tête ou tête.Les élèves travaillent par groupes de 3 pour les AFL 2 et 3 : les rôles d’assureur- contre assureur (qui sera aussi coach évaluation AFL 2) sont tenus à tour de rôle. Lors du test final, il n’y a plus de coaching, après le début de la prestation. Lors de chaque ascension le grimpeur peut être pris sec une fois ou chuter une fois. A la seconde, l’épreuve s’arrête. Une erreur de prise utilisée entraine une décote de la voie d’un niveau de difficulté. Une voie non terminée mais abandonnée dans son dernier tiers entraine également une décote d’un niveau de difficulté. Ceci sera aussi un indicateur de la maitrise du choix de déplacement. Le temps imparti au grimpeur est de 3 mn (mur de 10 mètres). Le dépassement entraine la fin de l’épreuve et une décote comme indiqué précédemment : un niveau de difficulté sur les 2 éléments. (entre 0.5 et 1.5 points maximum).*La notion d’incertitude résidera dans le seul tirage au sort de 2 voies sur 3 proposées par l’élève. La notion de voie après travail nous semble pertinente dans le cadre sécuritaire demandé par l’école, de même qu’amener les élèves à choisir des voies de niveau offrant une sécurité quasi-totale lors d’une ascension en tête.* |
| AFL programme | Eléments prioritaires pour atteindre les AFL (programme) | Déclinaison dans l’APSA pour une 2ème séquence d’enseignement/2ème cycle (équipe EPS) |
| AFL 1 : S’engager à l’aide d’une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain. | Développer des appuis adaptés à l’itinéraire choisi et utiliser les principes mécaniques d’une motricité efficace.Choisir, mettre en œuvre et réguler un projet de déplacement. | Assurer des poses de pieds précises. Optimiser les transferts de poids, adapter les poussées, utiliser éventuellement des pas d’adhérence au regard des supports de pieds utilisés. Optimiser les équilibres, les PME (position de moindre effort) et manipulations lors des phases de mousquetonnage.Evoluer dans des voies proches de son meilleur niveau de difficulté et d’engagement physique et psychologique.Effectuer un choix cohérent : tête ou mouli-tête, ainsi qu’un choix de difficulté de voie alliant le meilleur compromis difficulté/risque. |
| AFL 2 : S’entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité. | Sélectionner et prendre en compte les informations utiles pour définir son itinéraire.Répéter et persévérer pour améliorer l’efficacité de ses actionsS’entraider pour donner confiance | Du pied de la voie, identifier les parties faciles, les zones de temporisation, les passages difficiles à rythmer, les passages engagés, les zones de mousquetonnage. (verbalisation de ces éléments).L’activité lors des séances ; la tenue du carnet d’entrainement atteste, du volume et de la qualité de travail du trio.Rôle du contre assureur : coacher le grimpeur, sur les choix de déplacement, de placement pour mousquetonner, de repos, de maitrise de son rythme de sa vitesse de déplacement |
| AFL 3 : Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité. | Comprendre et mettre en œuvre, seul et/ou à plusieurs, les principes et procédures d’une pratique qui garantit la sécurité de tous |  Lors d’une escalade en tête ou mouli-tête : être capable d’assurer la sécurité du grimpeur, en prévoyant et en anticipant les évolutions du grimpeur sur la voie choisie   Connaissance mutuelle du trio de cordée, connaissance et maitrise des rôles, en tant que grimpeur, assureur, ainsi que : contre assureur (reste proche de l’assureur, gère le mou sans gêner l’assureur. Ou assureur en moulinette lors de la mouli-tête (assure sans prendre sec- gère correctement le mou, reste vigilent).  Connaître et respecter le protocole de sécurité (auto-vérification et autorisation systématique de l’enseignant avant d’engager la voie). S’engager dans des voies et des pratiques compatibles avec le niveau du grimpeur et des assureurs. |

**l’AFL1** « S’engager à l’aide d’une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain. »

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Elément 1 Lire et analyser les caractéristiques des éléments du milieu pour choisir et conduire son itinéraire  | Evoluer dans des voies proches de son meilleur niveau de difficulté et d’engagement physique et psychologique. | Degré 1 :Progression lente et/ou crispée. Choix aléatoire des voies sans prise en compte de ses ressources. La voie peut être non terminée ou abandonnée rapidement ou être hors délai.Regard focalisé vers le haut. Choix de prises souvent hésitant ou inapproprié. Prise d’information, faible ou tardive.Crainte, appréhension qui limitent la progression et les tentatives. | Degré 2 :Progression enchainée, avec des arrêts ou blocages possibles.Choix des voies peu approprié à ses ressources. La voie peut être non terminée ou abandonnée dans son dernier tiers, ou légèrement hors délai.Le regard se porte peu sur les pieds. Les émotions sont mieux maitrisées mais la crainte de la chute reste assez forte.  | Degré 3Progression fluide et enchainée.Choix approprié des voies au regard de son niveau de ressource. Voies terminées dans son intégralité et dans le temps imparti.Recherche des infos, adapte son déplacement aux difficultés.La chute possible est envisagée sans crainte | Degré 4 :Progression rythmée par choix, par anticipation et par ajustement en fonction de la difficulté.Choix optimisé des voies au regard de son niveau de ressource. Voies terminées dans leur intégralité et dans le temps imparti.Prises d’informations diversifiées voir anticipées. Intégrées au déplacement.La possibilité de chute fait partie de l’évolution sur la paroi. |
| Filles | Tète  | 3C | 4A | 4B-4C | 5A | 3C | 4a | 4b-4c | 5A-5C | 4B | 4C | 5A | 5B-5C | 4C | 5A | 5B | 5C |
| Garçons | Tète  | 3C | 4A | 4B-4C | 5A | 3C | 4a-4b | 4c-5a | 5B-5C | 4B | 4C | 5A-5B | 5C-6A | 5A | 5B | 5C | 6A |
|  | Points  | 0.5 | 1 | 1,5 | 2 | 2,5 | 3 | 3,5 | 4 | 4,5 | 5 | 5,5 | 6 | 6,5 | 7 | 7,5 | 8 |
|  | Mouli-tête | Les points obtenus en mouli-tête sont ceux obtenus en tête multiplié par 0.8. exple : 4 X 0.8= 3.2 Pts |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Elément 2 Adapter son déplacement en fonction des caractéristiques du milieu et de son projet d’itinéraire | Développer des appuis adaptés à l’itinéraire choisi et utiliser les principes mécaniques d’une motricité efficace. | Degré 1 :Utilise surtout la plante du pied. Appuis peu dynamiques. Peu de relâchement, lors de la progression. Grimpeur crispé Mousquetonnage mal placé et/ou hésitant. | Degré 2 :Appuis plante du pied, talon bas, parfois pointe ou carres. Le bassin se déplace peu au-dessus de l’appui.La poussée des jambes est utilisée mais évite les déséquilibres potentiels.L’escalade est relativement fluide et ordonnée tant qu’il n’y a pas de difficulté majeure.Mousquetonnage souvent avec une main préférentielle. | Degré 3Appuis variés. Talon haut. Le bassin se déplace vers l’appui (transfert). Des déséquilibres sont acceptés et maitrisés.Progression de face et de profil. Appuis dynamiques.Progression enchainée et avec du relâchement. Prend des repos (PME), l’escalade tend vers l’économie. Les positions pour mousquetonner et le mousquetonnage sont bien réalisés. | Degré 4 :Appuis précis et dynamiques. Utilise des pas d’adhérence si besoin varie ses placements utilise bien les différentes surfaces d’appuis. Prises variées et utilisées de façon économique (moindre énergie).S’équilibre dans des situations complexes. Provoque des déséquilibresL’évolution est fluide et relâchée.Mousquetonnage rapide et efficace. |
| Filles | Tète  | 3C | 4A | 4B-4C | 5A | 3C | 4a | 4b-4c | 5A-5C | 4B | 4C | 5A | 5B-5C | 4C | 5A | 5B | 5C |
| Garçons | Tète  | 3C | 4A | 4B-4C | 5A | 3C | 4a-4b | 4c-5a | 5B-5C | 4B | 4C | 5A-5B | 5C-6A | 5A | 5B | 5C | 6A |
|  | Points  | 0,25 | 0,5 | 0,75 | 1 | 1,25 | 1,5 | 1,75 | 2 | 2,25 | 2,5 | 2,75 | 3 | 3,25 | 3,5 | 3,75 | 4 |
| Mouli-tête | Les points obtenus en mouli-tête sont ceux obtenus en tête multiplié par 0.8. exple : 4 X 0.8= 3.2 Pts |

**AFL 2 et AFL 3 : NOTE SUR 8 POINTS répartition au choix de l’élève.**

**L’AFL2** « S’entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité »

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Choix de répartition | Degré 1 | Degré 2 | Degré 3 | Degré 4 |
| Sur 6 Pts | 1,5 | 3 | 4,5 | 6 |
| Sur 4 Pts | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Sur 2 Pts | 0,5 | 1 | 1.5 | 2 |
| Identifier échanger.Investissement et tenue du carnet d’entrainement.Rôle de coach.  | Pas d’échanges ni de prises d’information préalables.Ne s’engage pas ou peu dans les séances.Carnet d’entraînement non tenu ou de manière irrégulière.« Coach inattentif et passif » | Echanges et prise d’information rapides. S’engage dans les tâches selon sa motivation.Carnet d’entraînement tenu régulièrement, mais de façon incomplète, peu précise ou approximative.« Coach attentif, supporter, aux conseils simplistes » | Le trio échange et défini une stratégie.S’engage avec régularité dans les différentes tâches.Carnet d’entraînement tenu régulièrement. Identification de manière pertinente des points forts et faibles et pertinence du travail effectué.« Coach attentif, supporter, aux conseils pertinents »  | Le trio échange et défini une stratégie. Se remémore les points clefsS’engage de manière soutenue et constante lors de la totalité des séancesCarnet d’entraînement tenu régulièrement, pertinemment. Identification de plusieurs axes de progrès, et des exercices pertinents.« Coach attentif, dynamique, conseil avisé aux moments clés de l’activité » |

**L’AFL3** « Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité »

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Choix de répartition | Degré 1 | Degré 2 | Degré 3 | Degré 4 |
| Sur 6 Pts | 1,5 | 3 | 4,5 | 6 |
| Sur 4 Pts | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Sur 2 Pts | 0,5 | 1 | 1.5 | 2 |
|  Maitrise de la sécurité et des techniques d’assurage  | Contrôles mutuels inexistants ou erronés. Inattentif.Techniques d’assurage très mal maitrisées. Pas de communication ou communication inadaptée.  | Contrôles réalisés mais parfois avec erreur. Concentration et attention insuffisante ou limitée.Gestes d’assurages imprécis et mal coordonnés. Communication limitée ou tardive.  | Contrôles effectués. Elèves impliqués et responsabilisés.Assurage bien réalisé. La sécurité est assurée. Le groupe communique et se concerte. | Contrôles systématiques, prise d’information sur l’environnement ou les partenaires sans faille.Assurage bien maitrisé. Gestes précis et efficaces. Bonne anticipation échange et communication. |