Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 52 (1995)

Heft: 6

Artikel: L'escalade avec les enfants : une aide pour la pratique

Autor: Meier, Ruedi

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-997833

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

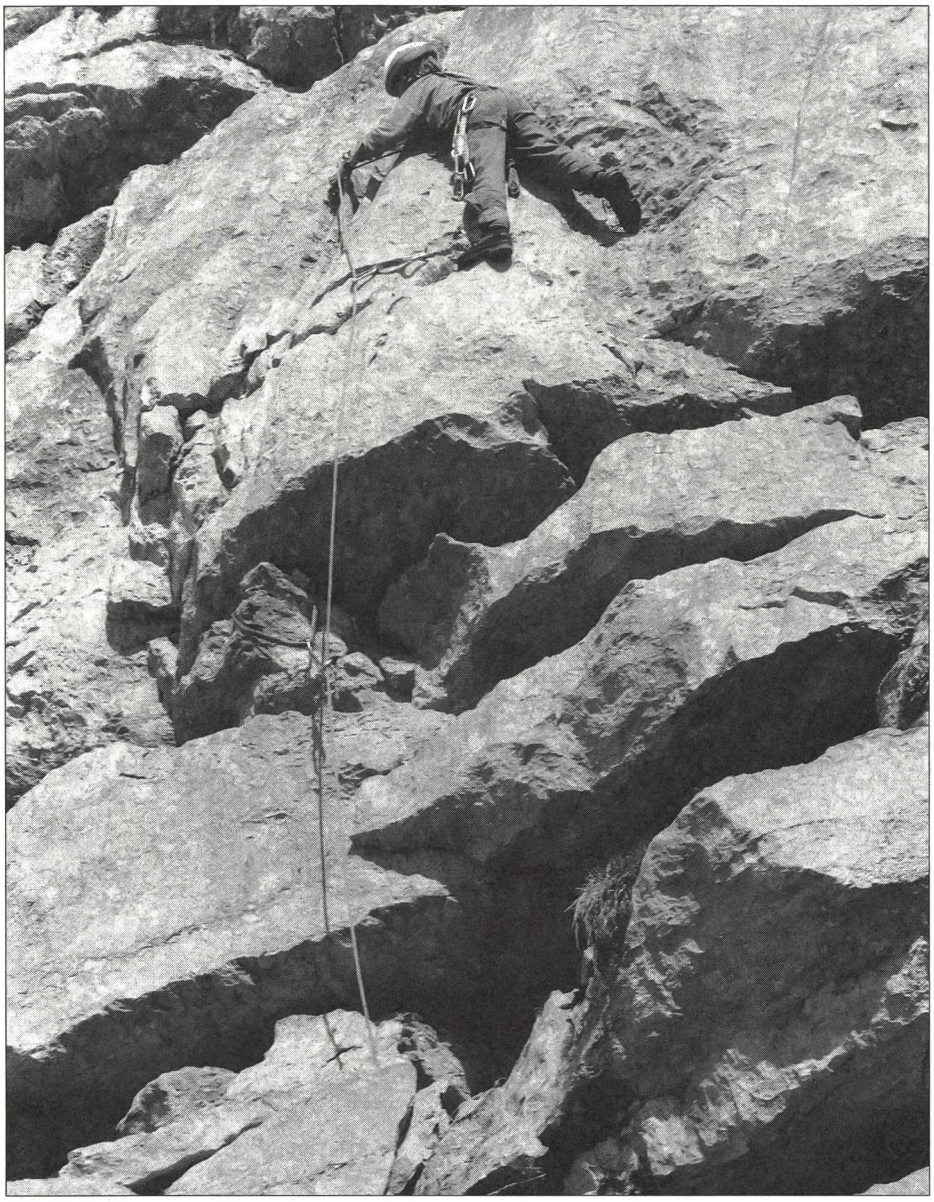
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 28.08.2025

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



L'escalade avec les enfants

Une aide pour la pratique

Ruedi Meier, expert J+S Alpinisme

En escalade, la technique ne pose généralement pas de problème au moniteur lors d'activités avec des enfants. Les difficultés surgissent plutôt quand il s'agit de préparer une leçon, une journée d'escalade ou encore un camp. Bien sûr, la «moulinette» est une solution de facilité, mais il existe encore beaucoup d'autres possibilités. Par cet article, l'auteur en dévoile quelques-unes et incite grandement le moniteur à «inventer» d'autres formes d'exercices. Toutefois, les détails techniques ne sont pas pris en compte parce qu'ils sont supposés être connus.

Toutes les propositions présentées sont basées sur le modèle d'un groupe dit normal, c'est-à-dire composé au maximum de 6 enfants âgés entre 10 et 14 ans et d'un moniteur ayant une formation adéquate. L'assistance d'un *accompagnant* va se révéler indispensable dans la majorité des cas. Les règles ci-après sont également valables pour l'enseignement aux adolescents (14 à 20 ans). Elles prennent toutefois une importance toute particulière dans le travail avec les enfants.

Règles de base

- **Peu d'explications – beaucoup de pratique.**
- **Activités variées.** Plutôt que d'insister longuement sur un thème, alterner avec des activités telles que: «cache-cache», jeux d'escalade et, quand cela s'avère possible, jeux dans la neige.
- **Le plus grand nombre d'enfants (tous!) sont actifs.** Les enfants qui attendent (ou qui s'ennuyent) représentent une source de risques d'accidents!
- **Eviter la peur.** Sans elle, les enfants peuvent mieux se concentrer sur la matière à apprendre. Exemple: la corde d'assurage lors du rappel est une sécurité visible.
- **Laisser les enfants pratiquer.** Le moniteur montre, aide, contrôle. Il n'intervient qu'en cas de danger.
- **Utiliser le succès comme encouragement.** Un passage, même de moindre difficulté, mais maîtrisé par ses propres moyens est plus motivant qu'un passage (trop) difficile, surmonté en grande partie à l'aide de la corde.

Prendre toujours en considération l'effet de l'exemple. Nos actes sont plus importants que nos paroles!

Enseignement systématique

Avant chaque entraînement, réfléchir au but à atteindre, c'est-à-dire se fixer des objectifs. Cela ne devrait évidemment pas empêcher d'adapter ces derniers en cours d'exercice, par exemple en fonction des conditions atmosphériques ou de la motivation des enfants! Cela demande de la flexibilité de la part du moniteur, mais aussi de la fantaisie et des idées! Chaque étape de l'apprentissage se construit pas à pas; les étapes doivent être adaptées aux enfants. Si le cours est d'une certaine importance, il convient d'examiner dans quelle mesure un système de chantier de travail pourrait apporter des avantages. Quoi qu'il en soit, il importe que tous les moniteurs et les accompagnants appliquent les mêmes techniques, que l'utilisation des terrains d'exercices soit clairement discutée et réglée, et que la rotation des groupes soit parfaitement organisée dans un système de chantier de travail.

La corde dans l'enseignement:

Bases de l'escalade	→	apprendre *sans* corde (blocs, jeux d'escalade)
Bases du maniement de la corde	→	exercer dans un terrain *facile*.

Choix du terrain

- Le «secret» d'une leçon réussie réside en grande partie dans le choix de l'exercice et du terrain!

- Priorité à la sécurité: il faut inspecter d'un œil critique, non seulement l'endroit où se déroulera l'exercice, mais aussi le terrain situé en dessus et en dessous de celui-ci (risque de chutes de pierres et de chutes)!
- La configuration du terrain doit permettre de garder bien en vue tous les enfants à chaque instant!

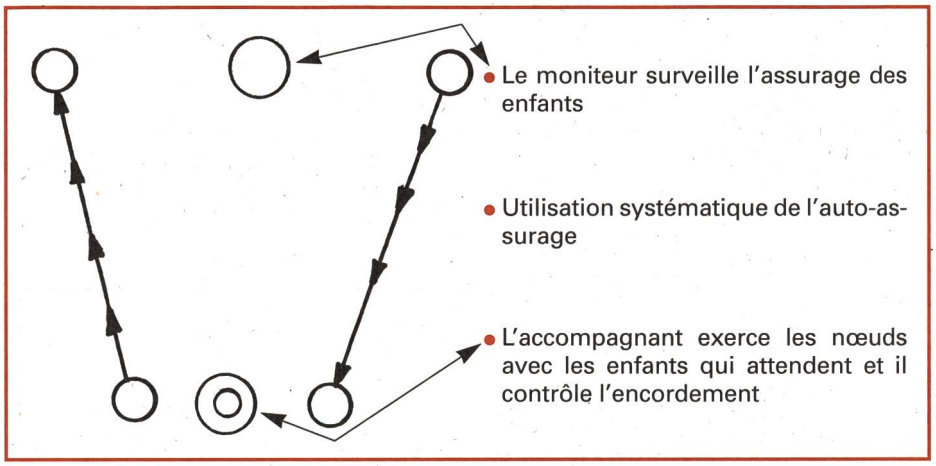
Exemple 1

Assurage, escalade facile

Conditions préalables:

Les enfants ont déjà assimilé les nœuds principaux, l'assurage et les notions de base d'escalade.

Principe:
- Escalade d'une falaise, assurage par le haut par les enfants;
- Descente;
- Organisation permettant l'activité simultanée de quatre enfants.



Déroulement:
- L'élève N° 1 monte, assuré par le moniteur;
- L'élève N° 2 monte, assuré par l'élève N° 1;
- L'élève N° 1 installe l'assurage pour la descente; l'élève N° 3 monte, assuré par l'élève N° 2;
- L'élève N° 4 monte, assuré par l'élève N° 3; l'élève N° 2 descend, assuré par l'élève N° 1;
- Et ainsi de suite, en intervertissant les rôles.

Exemple 2

Escalade en tête de cordée

Conditions préalables:
- Les enfants connaissent l'assurage, l'utilisation des assurages intermédiaires ainsi que le rappel;
- Voie équipée pour enfants (ou à équiper).

Principe:

Construction systématique:
1. Parcours de la voie, avec assurage par le haut (ou avec renvoi).
2. Parçours en tête, les dégaines, etc. étant en place (après chaque passage, on retire la corde).
3. Parcours en tête, en plaçant les dégaines (attention: les enfants «oublient» facilement de crocher les mousquetons!)

Déroulement (3e parcours):
- L'élève N° 1 monte, assuré par l'élève N° 2 (en bas);
- L'élève N° 2 monte, assuré par l'élève N° 1 (en haut) et récupère tout le matériel;
- Les élèves Nos 1 et 2 descendent en rappel, assurés par le moniteur pendant que les élèves Nos 3 et 4 démarrent;
- Poursuivre ainsi en intervertissant les rôles.

- Le moniteur (en haut) vérifie l'assurage du second de cordée.
- Le moniteur (en bas) contrôle l'assurage du premier de cordée et occupe les enfants qui attendent.

- La voie doit être équipée de telle manière qu'un enfant ne coure pas de risque, même en chutant. Il doit donc pouvoir atteindre le point d'assurage suivant, peu après avoir quitté le précédent.

Un «truc», pour le cas où il serait difficile d'équiper une voie par des assurages intermédiaires: une corde munie de nœuds de huit, installée à une distance appropriée, pourra servir d'assurage intermédiaire.

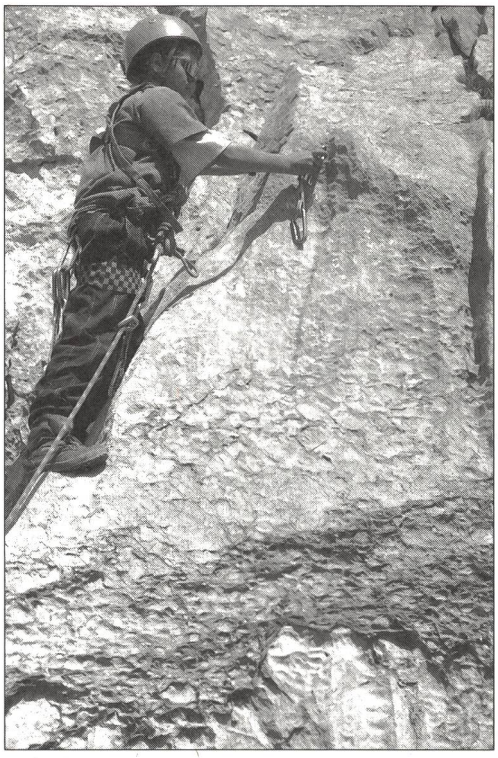
Exemple 3

Parcours d'escalade

Conditions préalables:

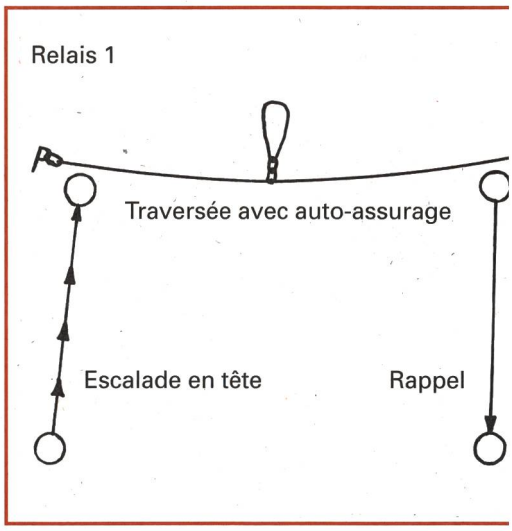
Les enfants maîtrisent l'utilisation du relais et l'assurage.

Le manuel d'enseignement «Bergsteigen mit Kindern», du même auteur, vient de paraître aux Editions du CAS, case postale 68, 7007 Coire (la version française est prévue pour 1996).



Escalade en tête de cordée. Attention au crochag cher le rocher!

Principe:

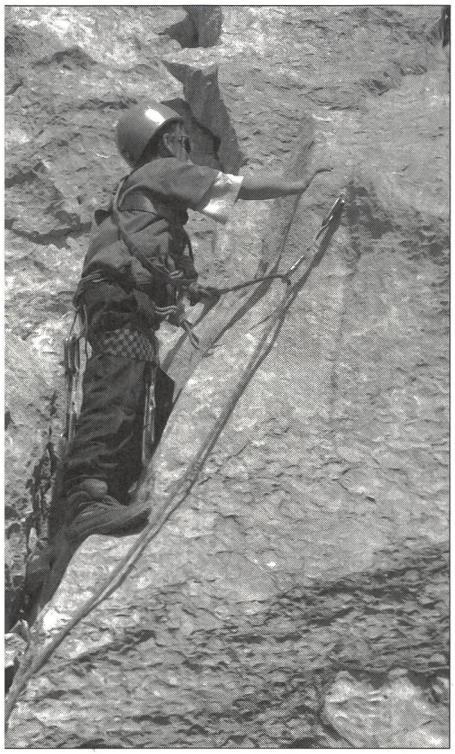


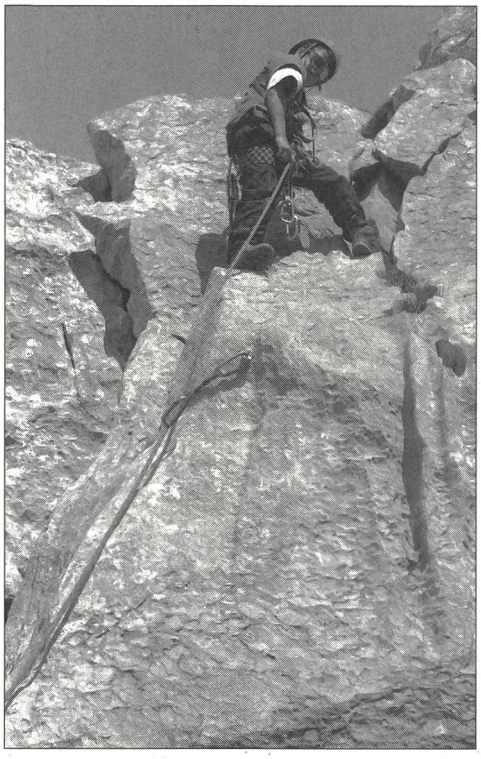
Déroulement:
- Une cordée de deux escalade la paroi jusqu'au relais 1 avec assurage réciproque;
- Chaque élève accroche son auto-assurage et se désencorde. Ainsi, la corde est disponible pour la prochaine cordée;
- Les élèves parcourent la traversée jusqu'au relais 2, en utilisant la technique «via ferrata»;
- Le moniteur placé au relais 2 assure le deuxième élève au rappel;
- Répéter en intervertissant les rôles.

Exemple 4

Escalade en cordée

Conditions préalables:
- Les enfants savent installer un relais et connaissent l'assurage;





rrect des dégaines: contrairement à ce qu'on voit sur ces images, la barette ne doit pas tou-

Raccourcir la corde sur la poitrine est très utile en terrain facile.

Relais 2

- Le moniteur placé au relais 1 doit aussi pouvoir surveiller l'assurage au départ
- Les enfants sont assurés sans interruption!
- Les préparatifs exigent passablement de temps

– Il y a suffisamment de moniteurs et de matériel à disposition.

Principe:

Parcours d'une voie de plusieurs longueurs dans un terrain adéquat.

Déroulement:

– Former des cordées de trois (en raccourcissant la corde);
– Les relais sont préparés avec les points d'assurage nécessaires, mais ne sont pas installés;
– Exécuter soigneusement toutes les manœuvres de corde: l'élève N° 1 assuré par l'élève N° 2 monte jusqu'au relais – installer le relais – 1 assure 2 – 2 assure 1 pour la deuxième longueur – installer le relais – 2 assure 3 – 1 assure 2 – 1 monte la 3e longueur;
– Intervertir les rôles;
– Les moniteurs accompagent les cordées d'enfants et contrôlent l'assurage.

Ce n'est pas l'escalade qui prime ici, mais les manipulations de corde. Il s'agit donc:

- de choisir un terrain facile, offrant de nombreuses possibilités de relais;
- d'escalader des petites longueurs, d'exercer le raccourcissement de la corde.

Technique «via ferrata»: pour passer un point d'amarrage, crocher le deuxième mousqueton avant le premier.

Conception d'un programme

Les quatre exercices présentés ci-dessus, préparés au moyen des instructions détaillées correspondantes et complétés par quelques activités dans la neige et une course d'application, constituent un programme de base pour un camp d'une semaine. Ne pas perdre de vue l'éventualité du mauvais temps; pour y parer, préparer des programmes de remplacement.

Dans un cours fractionné où les exercices sont échelonnés sur une période plus ou moins longue, il s'agira de commencer l'exercice par la répétition de la matière de la leçon précédente.

Même si nous avons de nombreuses bonnes idées en réserve, il ne faut jamais oublier que dans la pratique du sport, le plaisir est, pour les enfants, plus important que la performance. Dès lors: observons leurs réactions et adoptons notre programme à leurs capacités d'assimilation! ■