Spécialité escalade (ESCA501_SPEC)

Composante
UFR Sciences
et Montagne

En bref

- **Langues d'enseignement:** Français
- **Méthodes d'enseignement:** En présence
- **Ouvert aux étudiants en échange:** Oui

Présentation

Description

L'étudiant choisit son activité sportive de spécialité
L'enseignement de chaque activité se compose de :

Semestre 1

* 16h d'enseignement pratique de technologie des activités physiques sportives (note épreuve pratique = 50%)
* 10h d'enseignement théorique. Les pratiques sportives sont considérées comme objets d'étude analysés à l'aide des sciences d'appui et de connaissances technologiques (note épreuve théorique = 50%)

Semestre 2

* 18h d'enseignement pratique de technologie des activités physiques sportives (note épreuve pratique = 40%)

8h d'enseignement théorique visant à expliciter les attentes du dossier, à donner les bases méthodologiques d'élaboration de ce travail et à réguler les productions écrites et orales (noté épreuve théorique = 60%)

Mise en relation théorie / pratique. Utilisation éventuelle d'outils vidéo afin d'analyser les productions motrices des étudiant-e-s. Alternance entre le travail sur le terrain (entraînement, apprentissage, observation) et le travail théorique d'analyse de l'activité. Utilisation de plateforme collaborative (Moodle)

Objectifs

Informations non contractuelles.
Dernière mise à jour le 14 décembre 2023

MINISTÈRE
DE L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR,
DE LA RECHERCHE
ET DE L'INNOVATION
Liberté
Égalité
Fraternité

* Appliquer des connaissances sur l'analyse de sa performance motrice pour s'entrainer et entrainer de manière lucide, critique et raisonnée.
* Mettre en relation des expériences sportives dans une pratique physique vécue avec des connaissances théoriques issues des sciences de la vie, des sciences humaines et sociales
* Comprendre, expliquer et analyser la technologie de cette APSA.
* Approfondir les bases technologiques pour analyser ses pratiques d'entrainement et commencer à se questionner sur les principes méthodologiques de l'entrainement (au niveau pédagogique, psychologique, physiologique).
* Personnaliser les contenus en fonction de la mention : approche plus orientée sur les procédures d'enseignement pour EM et plus centrée sur des réflexions sur le matériel utilisé pour IEAP

Pré-requis obligatoires

Niveau d'autonomie en escalade, à équivalence du passeport orange de la FFME (Niveau 5c en tête à vue, capacité à grimper et assurer de manière autonome en sécurité). Expérience de l'escalade en milieu naturel.

Plan du cours

- Analyse technique et culturelle des pratiques sportives.
- Pratique sportive effective impliquant un engagement conséquent
- Définition des facteurs fondamentaux permettant une modélisation des activités.
- Le cours théorique peut s'appuyer et développer des connaissances issues des sciences de la vie (physiologie, biomécanique, neurosciences.), des sciences humaines (sociologie, histoire, psychologie…) ou des sciences sociales (économie, politique, connaissance des institutions…)
- Connaissances du milieu fédéral et des exigences d'une pratique compétitive
- Etablir un carnet d'entrainement précis et établir des bilans prospectifs suite à des compétitions pour soi-même et pour les joueurs entrainés

Compétences visées

* Produire et analyser une performance sportive de niveau au moins départemental/ régional dans cette activité
* Connaitre les fondamentaux permettant l'analyse des conduites motrices (grille de lecture de la motricité)
* Mettre en lien des connaissances théoriques issues des sciences de la vie, des sciences humaines et sociales avec des pratiques sportives dans le but de comprendre et d'analyser l'activité du pratiquant.
* Présenter à l'oral une réflexion mobilisant des connaissances variées pour définir la notion d'entrainement spécifique
* Concevoir des séances d'entrainement et une planification argumentée des charges de travail
* Intégrer et mettre en pratique les incontournables sécuritaires spécifiques à chaque APSA et ainsi développer une pratique autonome, lucide et réfléchie
* Etablir des liens entre la mention visée et les contenus relatifs à l'entrainement

Bibliographie

1. Glée, JP Rousselet, Escalade, 2013

Informations non contractuelles.
Dernière mise à jour le 14 décembre 2023

JP Verdier, Escalade, s'initier et progresser, 2013
L Guyon, Escalade et performance, 2004

Liste des enseignements

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Spécialité escalade TP	TP			26h	

Infos pratiques

Lieux

- Le Bourget-du-Lac (73)

Campus

- Le Bourget-du-Lac / campus Savoie Technolac

Informations non contractuelles.
Dernière mise à jour le 14 décembre 2023