

# Spécialité sportive escalade



Composante  
Sciences et  
Montagne

## En bref

- › **Langues d'enseignement:** Français
- › **Méthode d'enseignement:** En présence
- › **Forme d'enseignement :** Travaux pratiques
- › **Ouvert aux étudiants en échange:** Non

## 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 = 50%)

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 = 50%)

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

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.

Donner les bases technologiques pour commencer à animer des séances dans cette APSA.

Semestre 1 : Lien avec Appareil cardio-respiratoire et exercice lien avec l'UA UAM103 Exercice et pratique sportive. Analyse sous l'angle de la physiologie de l'effort.

Semestre 2 : Lien avec UAM203 Approche psychologique et performance motrice donc un regard sur les processus psychologiques impliqués dans la pratique de spécialité.

---

## Heures d'enseignement

Spécialité sportive                      Travaux Pratiques                      26h  
escalade - TP

---

## Pré-requis nécessaires

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.

Intégrer et mettre en pratique les incontournables sécuritaires spécifiques à chaque APSA et ainsi développer une pratique autonome, lucide et réfléchie.

---

## Compétences visées

Produire et analyser une performance sportive 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.

---

## Bibliographie

N.Glée, JP Rousselet, Escalade, 2013

JP Verdier, Escalade, s'initier et progresser, 2013

L Guyon, Escalade et performance, 2004

---

## Infos pratiques

---

### Lieux

› Le Bourget-du-Lac (73)

---

### Campus

› Le Bourget-du-Lac / campus Savoie Technolac

---