

Projet EPS lycée Léonard de Vinci Levallois-Perret 2010

ESCALADE Niveau 4 bac pro													
Compétences attendues				Principe d'Elaboration de l'épreuve									
<p>Niveau 4 : Pour grimper en tête des voies de difficulté 4 à 5, conduire son déplacement en s'économisant selon des itinéraires variés en direction. Assurer sa sécurité et celle d'autrui à la montée comme à la descente.</p>				<p>Le dispositif comprend des voies de niveau 3c à 6ac, d'une longueur minimale de 7 m en SAE et 12m en falaise. Les dégaines sont en place. Le candidat choisit son niveau de difficulté pour grimper en tête dans une ou deux voies connues. L'épreuve consiste à s'équiper, s'encorder puis grimper dans un temps maximum de 8 minutes. (par voie) L'épreuve est complétée par une prestation d'assurage au cours du grimper d'un partenaire. A la première chute, le candidat peut reprendre sa progression. A la seconde chute, l'épreuve s'arrête. Dans le cas d'un arrêt de l'épreuve, le candidat marque les points en fonction de la hauteur de la voie gravie. Les points accordés à la cotation seront obligatoirement inférieurs à la moitié des points possibles selon la cotation.</p>									
Points	Eléments à évaluer			Points attribués selon la cotation de la voie.									
14 Points	Cotation de l'itinéraire choisi			cotation		3c	4a	4b	4c	5a	5b	5c	6a
				garçons	Moulinette	6	8	10	11	12	13	13.5	14
				Filles	moulinette	7	9	11	12	13	13.5	14	
3 Points	Coordination de l'action Grimper/s'assurer			Niveau 4 en cours d'acquisition		Degré d'acquisition du niveau 4 (de 10 à 20)							
				<p>3 points moins :</p> <p>Mousquetonnage à l'envers : -2 pts</p> <p>Descente irrégulière en cherchant à retrouver la verticalité : -2 pts</p>		<p>3 points moins :</p> <p>Mousquetonnage hésitant mais correct : -1 pt</p> <p>Accepte d'éloigner le buste :paroi (dans la crispation) : -1pt</p>		<p>3points :</p> <p>Mousquetonnage intégré dans la progression (rapidité, économie)</p> <p>Redescente régulière fluide (espace arrière construit)</p>					
3 Points	Coordination des actions grimpeur/assureur			<p>3 Points moins :</p> <p>Erreur de sécurité fondamentale : -3pts</p> <p>Donne le mou et le reprend avec du retard (souvent) : -2pts</p>		<p>3points moins :</p> <p>Donne le mou et le reprend avec du retard (une ou deux fois) : -1 pt</p>		<p>3 points :</p> <p>Donne et reprend le mou dans la progression du grimpeur (toujours)</p>					