|  |
| --- |
| **Gestionnaire administratif :** Sandrine Afonso Service du sport universitaire - SUAPS  sandrine.afonso@cyu.fr |
| **Contact pédagogique :** Jonathan BOYER  Service du sport universitaire - SUAPS jonathan.boyer@cyu.fr |

****

**FICHE DESCRIPTIVE : UNITÉ D’ENSEIGNEMENT LIBRE SEMESTRES IMPAIRS**

(sous réserve d’ouverture par l’enseignant responsable de l’UE en amont de chaque semestre)

**INTITULÉ DE L’UE LIBRE : Escalade**

|  |  |
| --- | --- |
| **Jour du cours :** Mardi | **Nombre de cours par semestre** : 12 |
| **Horaire du début du cours** : 16h | **Horaire de fin du cours** : 18h |
| **Date du premier cours** : 23/09/2024 | **Date du dernier cours** : 16/12/2024 |
| **Modalités d’enseignement : 100% présentiel****Si présentiel, lieu du cours : Block out de Cergy Pontoise, 9 chaussée Jules César, 95520 Osny**  |

**INFO PRATIQUES SUR LE COURS**

**PUBLIC VISÉ**

|  |  |
| --- | --- |
| **UE ouverte aux étudiants de toute licence - parcours de licence concerné(s) :**[x]  Oui (débutants, débrouillés, confirmés)[ ]  Non - Précisez :Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. | **Année(s) de licence et semestre(s) concerné(s)** |
| **L2 : S3** [ ]  **Nombre d’étudiants :** Cliquez |
| **Prérequis :**[x]  Non (aucun prérequis n’est nécessaire)[ ]  Oui - Précisez les prérequis nécessaires :Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. | **L3 : S5** [ ]  **Nombre d’étudiants :** Cliquez |
| **Total S3+S5 =** 10 |

**DESCRIPTIF**

|  |
| --- |
| **Objectifs du cours :**Développer et utiliser une motricité propre à l’escalade pour adapter ses déplacements dans un milieu connu en site artificiel d’escalade (SAE) |
| **Contenu de la formation** :Adopter une attitude réflexive pour lire le bloc et réduire le coût énergétiqueMaîtriser et travailler le placement des pieds « en escalade tout est dans les pieds »Maîtriser les modes de déplacements propres à l’escalade (équilibre déséquilibre, passage à l’amble…)Renforcer et utiliser sa force physique à bon escient en intégrant l’importance du placement des pieds Apprendre à travailler sur différentes configurations de voies (inclinées, déversantes, en toit…) Développer sa capacité à utiliser les différentes prises de mains, placement des doigts et des pieds.Etre capable de s’échauffer et de se renforcer musculairement en vue d’éviter les blessuresAssurer sa sécurité et celle des autres en SAE mais aussi en milieu naturel (blocs à Fontainebleau)Acquérir des connaissances culturelles relatives à l’escalade (cotation des voies, sécurité…) |

**ModalitÉs de contrÔle des connaissances**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Modalités d’évaluation** | **à cocher** | **Commentaire(s)\*** |
|  SESSION 1 | Examen écrit terminal | [x]  | Niveau 1 (théorie) : écrit 1h Examen écrit de 1 heure qui repose sur des connaissances techniques, réglementaires et culturelles abordées en cours. Des documents explicitant ces connaissances sont transmis aux étudiants |
| Examen oral terminal | [ ]  |  |
| Contrôle continu | [x]  | Niveau 1, 2 et 3 (pratique) Contrôle continu pour la pratique sur l’ensemble du semestre |
| Contrôle continu intégral | [ ]  |  |
| Rapport de projet | [ ]  |  |
| Mémoire | [x]  | Niveau 3 (théorie) : dossier thématique problématisé |
| Soutenance orale | [x]  | Niveau 3 (théorie) : soutenance du dossier (30 minutes) |
| Autres (préciser) :  | [x]  | Niveau 2 (théorie) Construire une situation d’entraînement à l’écrit, puis la mettre en pratique sur le terrain. Durée 30 minutes. |
| SESSION 2 | RattrapagesSur demande de l’étudiant | [x]  | - L'étudiant qui n'a pas la moyenne : la note de pratique est conservée (70%) et seule la note de théorie peut-être rattrapée (30%)- L'étudiant qui est DEFAILLANT, car il ne s'est pas présenté lors des séances pratiques : la note de pratique sera de 0/20 (70%) et seule la note de théorie pourra-être rattrapée (30%).- L'étudiant qui est DEFAILLANT, car il ne s'est pas présenté lors de l'examen théorique : la note de pratique est conservée (70%) et seule la note de théorie peut-être rattrapée (30%) |

\* Indiquer dans la colonne « commentaire(s) » : la nature de l’examen et sa durée ; s’il s’agit d’un écrit, d’un oral ; le temps de préparation et le temps de passage ; si le contrôle continu comprend un examen final

**Validation de la FICHE par le directeur de composante ou LE chef de service/directeur de la direction : SUAPS**

Prénom, nom : Régis Frénois

Date : 17 juin 2024

Signature :



**Par cet accord écrit, la composante ou le service/direction s’engage à ce que le gestionnaire indiqué sur la fiche effectue :**

* la vérification et le suivi des inscriptions pédagogiques sur Apogée
* la saisie des notes sur Apogée
* la gestion et le paiement des heures d’enseignement