

Troubles moteurs

(fauteuil ; hémiplégie, paraplégie, tétraplégie, surcharge pondérale)

Surcharge pondérale :

En traversée : Privilégier ce type de grimpe au début en limitant la hauteur d'évolution et en adaptant le nombre de mouvements à réaliser pour finir le parcours.

En moulinette : Veiller à compenser l'écart de poids avec l'assureur en utilisant les vrilles en haut de voie (maximum 2). Mettre en place un contre-assureur lié à la corde avec un EPI et assurer **corde tendue (« sec » pour alléger)**. Si double assurance, utiliser 2 relais proches sans que les cordes ne se touchent.

En tête : à proscrire.

Nature du support : Utiliser prioritairement des dalles positives ou des dièdres avec des prises crochetantes pour les mains et avec une grande surface de contact pour les pieds. Possibilité d'utiliser des aides matérielles (échelle, sangles, poignées etc...) installées sur la voie.

Matériel : Prévoir l'achat de quelques baudriers « grande taille » à l'avance pour intégrer l'élève en surpoids dès le début de la séquence et éviter sa stigmatisation.

Fauteuil :

- Possibilité de mettre en place le rôle d'assureur et de contre-assureur en double-assurance avec un élève valide (utiliser un relai pour chaque corde).
- Valoriser le rôle d'observateur.
- Possibilité de grimper sous avis médical en utilisant des systèmes de palans et un harnais type A adapté.

Troubles psychiques

(anorexie, dépression, névrose, psychose, phobie scolaire)

Phobie scolaire :

- Limiter l'effectif du groupe.
- Créer des conditions rassurantes : gestion du temps, de l'espace, de l'affectif (partenaires choisis ou négociés) : stabiliser les membres de la cordée
- Instaurer un climat scolaire favorable.

Préconisations professionnelles pour favoriser l'accessibilité par des conditions de pratique sécurisantes et bienveillantes

ESCALADE

Liste non exhaustive

Troubles mentaux, cognitifs et des apprentissages

(Trisomie 21 : déficience intellectuelle, DYS, QI léger/modéré/important, Troubles du Spectre Autistique)

Troubles des apprentissages :

- Diminuer la complexité de la prise d'informations sur le mur.
- Utiliser des topos, fiches, simplifiés et adaptés (par exemple A3).
- Favoriser les prises crochetantes.
- Pour les gestes liés à la sécurité, s'assurer de la bonne compréhension des consignes (par exemple utiliser la reformulation, la démonstration en petit groupe, l'outil vidéo).
- Mettre systématiquement en place un contre-assurance / tutorat.

Troubles sensoriels

(visuels, auditifs)

Troubles visuels :

- Adapter les documents (type de police, taille, présentation).
- Renforcer le rôle du partenaire par une implication directement liée à la sécurité du pratiquant.
- Solliciter/organiser le groupe pour avoir un niveau sonore le plus bas possible, afin d'avoir un guidage vocal efficace.
- Eviter les mouvements en amplitude.
- Préférer les voies à forte densité de prises moyennes ou grosses à préhension multiples.

Daltonisme :

- Fixer des étiquettes sous les prises colorées de la voie. Eviter les voies de couleurs semblables proches les unes des autres. Possibilité d'utiliser un pointeur.
- Utiliser un pointeur laser.

Troubles auditifs :

- Construire un « code gestuel » de communication pour le vocabulaire spécifique à l'activité (du mou, sec, départ etc...) ou les consignes clefs (pousse sur tes pieds, ...).
- Travailler sur la lecture prédictive pour limiter le guidage vocal pendant la réalisation.

Pathologies invalidantes

(osgood schlatter, problème de dos, syndrome rotulien, troubles respiratoires « asthme, mucoviscidose »)

Osgood-Schlatter / Syndrome rotulien :

- Eviter les voies pouvant occasionner des chocs ou une pression sur les membres inférieurs (par exemple, effet de pendule lors d'une chute en moulinette en dévers, ripage sur une dalle positive avec des petites prises pieds...).
- Grimper de préférence « corde tendue » pour alléger les appuis pédestres, dans des voies faciles, avec une faible amplitude.

Problèmes de dos :

- Utiliser un harnais type A.
- Privilégier les modalités de grimpe en voie limitant la force de choc (mouli-tête plutôt que tête, moulinette corde tendue).
- En bloc, imposer la désescalade et éviter les mouvements dynamiques en torsion.

Troubles respiratoires (Asthme)

- En fonction de la préconisation médicale, s'assurer que l'élève a sur lui son bronchodilatateur et si besoin son kit
- En cas de manipulation des tapis de réception, la poussière stockée dessous peut favoriser l'apparition de crises d'asthme.
- Privilégier l'aération des lieux fermés et favoriser dès que possible l'activité extérieure.