



fédération  
française  
de la montagne  
et de l'escalade

# Baby escalade : quelques conseils d'organisation

---

## 1 Effectif

Il doit être adapté aux compétences du cadre et aux possibilités du support. A une tranche d'âge où il faut souvent "materner", c'est déjà délicat de gérer 8 jeunes de 3-5 ans pour un cadre, 14 à 15 pour 2 cadres

## 2 Durée d'une session Baby escalade – durée d'une séance

Une saison club est constituée d'environ 30 à 36 semaines.

Avez-vous assez d'idées pour bâtir une progression sur une telle durée ?

Sinon, vous pouvez toujours proposer 2 sessions de 15 semaines ou 3 sessions de 10 semaines (une par trimestre) sur la saison sportive.

Accueillez les enfants plutôt par tranche d'âge car leurs capacités évoluent vite (3 ans d'écart entre les enfants est un maximum) : 3-5 ans, 5-7 ans ou 4-6 ans

Préférez des séances courtes, entre 45' et 1h 15 ; 1h 15', c'est déjà beaucoup avec des tout-petits.

## 3 Objectif

Pas de volonté de faire de la graine de champion mais que les enfants prennent PLAISIR à pratiquer, s'amuse tout en apprenant. Ce serait aussi une erreur de vouloir copier la pratique des plus grands (escalade avec corde) ; les jeunes risquent de se faire peur sans jouer ni développer de grandes compétences.

Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade  
8-10, quai de la Marne – 75019 Paris  
[www.ffme.fr](http://www.ffme.fr)

Association 1901 agréée par le ministère chargé des sports – Affiliée à l'International federation sport climbing (IFSC), à l'International Ski Mountaineering Federation (ISMF) et au Comité national olympique sportif et français (CNOSF) – SIRET 784 354 193 00046 – APE 9312



Développer l'aisance gestuelle en milieu vertical par une pratique sans corde constitue déjà un objectif plus cohérent. Avec les plus grands (6 à 7 ans), on peut commencer à jouer à se pendouiller sur le matériel à faible hauteur mais il y a une multitude de choses à faire avant (voir des idées dans [les fiches baby](#)).

## 4 Compétences du cadre

Pas besoin d'être un fin technicien de l'escalade. Certes, il faut avoir des idées de contenus réalisables par les jeunes en fonction de ses objectifs, mais il faut surtout savoir les faire passer ; il faut donc être à l'aise avec ce public et avoir plein d'idées d'histoires, de jeux, de situations pour animer et donner envie d'apprivoiser la verticalité. Mettre les enfants en situation de réussite est fondamental ! Mais parfois, il faut mater, rassurer !

### 4.1 Choix des contenus

Les petits ont besoin de changer rapidement d'activité pour rester motivés, donc :

- Avec les plus grands, alternez les séquences de JEUX et les séquences d'APPRENTISSAGE. Avec les plus petits, intégrez vos situations dans une histoire où chaque épisode est un prétexte à jouer,

Rentrez dans la séance par des jeux et/ou des parcours ludiques (avec des agrès de gym selon les possibilités).

Variez les contenus mais favorisez les progrès :

- Soit en faisant répéter les situations avec de légères variantes (si un jeu, un exercice leur plaît, ils ne s'en lassent pas si vite),
- Soit en changeant de situation mais y en revenant souvent pour que les enfants parviennent à les maîtriser (et pour vous, voir s'ils progressent).

Faites répéter les solutions "efficaces" en variant les contextes de réalisation (renforcement de l'apprentissage).

Adaptez la difficulté aux niveaux des enfants :  $\pm$  haut,  $\pm$  vite,  $\pm$  vertical,  $\pm$  long, avec/sans parade...

- Explorer tous les profils et support de grimpe (dalle, vertical, dièdre, devers, étrave, rétablissement...),
- Mettez en place des parcours ou fonctionnez sous forme d'atelier...

### 4.2 Explications

Proposez des buts à atteindre concrets, formulés avec un vocabulaire simple et/ou imagé : par exemple, le but du jeu est de traverser la mare aux crocodiles sans se faire mordre (la mare commence à la ligne bleue et se finit à l'autre ligne bleue). N'hésitez pas à faire participer les enfants pour bien montrer les limites d'un secteur (dans l'exemple, un enfant va montrer les



bords de la mare). N'oubliez pas de préciser ce qui se passe quand l'enfant n'a pas réussi à traverser la mare...

### 4.3 Choix des modes de transmission

Laissez découvrir en favorisant la liberté de grimpe (du moment qu'ils respectent les consignes de sécurité) :

- Proposez un but à atteindre concret et mettez les enfants en situation,
- laissez-les découvrir la solution: s'ils n'y arrivent pas, ils recommencent (redonnez les consignes et les précisez si besoin) ; en général, ils modifient leur comportement d'un essai à l'autre pour trouver la solution ;
- mais si besoin, faites appel à la démonstration d'un autre ou apportez la solution...

### 4.4 Gestion d'un groupe de petits

Pour leur transmettre une consigne, leur raconter une histoire, pensez à les regrouper, les faire asseoir sur le tapis (et à vous asseoir aussi pour être à leur hauteur).

Puis captez leur attention (en frappant dans les mains par ex.) pour qu'ils se taisent un court moment...

Attention : si un petit a du matériel dans les mains, il joue et ne vous écoute pas... Donc pensez à faire poser le petit matériel pédagogique (balle, cerceaux, jouets variés types peluches, lego...) qu'ils ont dans les mains avant de transmettre une consigne.

Soyez ferme dans les règles que vous leur demandez de suivre. Par exemple, s'ils doivent circuler dans une zone définie, s'ils oublient, s'ils trichent et si la transgression de la règle devient systématique, il doit y avoir une "sanction" : je reste assis et je ne grimpe pas pendant un tour...

Avec les plus petits (les 3-4 ans), si vous voulez être tranquille pendant la séance, demandez à l'accompagnateur de faire passer l'enfant aux toilettes en arrivant.

Pensez à réaliser un retour au calme avant de rendre les chérubins à leur parent. Vous pourrez en profiter pour instaurer un moment d'étirement de fin de séance, dès le plus jeune âge.

## 5 Implication des parents

2 grandes écoles :

- Les cadres qui ne veulent surtout pas les voir intervenir...
- Les cadres qui les sollicitent pour parer quand ils proposent des parcours comportant plusieurs ateliers

Quel que soit votre choix, édictez des règles précises pour ne pas vous faire submerger !

Si vous sollicitez des parents : prenez uniquement le nombre de parents nécessaire, précisez leur rôle. Le comportement d'un enfant varie souvent en fonction de la présence ou non de maman ou papa. Il est plus judicieux qu'un parent reste à un atelier où il voit défiler tous les jeunes plutôt qu'il suive son propre enfant. Dans la mesure du possible, faites tourner les parents pendant les séances d'une session (et mettez en place un calendrier des parents présents).

## 6 La gestion de la sécurité

En bloc, il faut édicter et faire respecter des consignes de sécurité :

- Je laisse libre la zone sous les blocs : quand je ne grimpe pas ou ne fais pas un exercice, je suis dans une zone d'attente (ou de repos). Ça demande de matérialiser cette zone et la repérer avec les enfants. Ça demande aussi de faire des exercices : je grimpe ou fais un exercice à un atelier, quand je descends, je passe dans la zone d'attente...

Mais le cadre doit surtout :

- Vérifier l'agencement des tapis,
- Apprendre aux jeunes à dé-escalader, à sauter et chuter.
- Limiter la hauteur des blocs : cette limite doit être clairement matérialisée (avec un élastique, des lignes de couleur...) et veiller à ce que les enfants ne dépassent pas cette limite. En début d'année, les mains à 2 mètres, c'est déjà très haut avec les 3-4 ans.
- Eviter les situations entraînant des positions scabreuses en hauteur,

Et savoir gérer son groupe !

Dans les ateliers présentant un "risque", c'est à un adulte d'assurer une éventuelle parade, mais attention : ça le rend indisponible pour le reste !

## 7 Les aspects affectifs

Pour apprivoiser la hauteur, la verticalité, maîtriser sa peur quand le sol s'éloigne, surtout avec les tout-petits, il faut être très progressif pour ne jamais arriver à des situations de blocage. Il faut aussi être très disponible pour les encourager, les écouter, les rassurer, en restant toujours positif (sauf en cas de danger)...