

# Lignes directrices pour la sécurité en éducation physique Maternelle à 12<sup>e</sup> année

---

**SEPTEMBRE 2021**



# **Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique**

De la maternelle à la douzième année

### **Références aux sites Web**

Les références aux sites Web contenues dans le présent document sont fournies uniquement par souci de commodité et ne constituent pas une approbation par le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance du contenu, des politiques ou des produits du site Web indiqué. Le Ministère ne contrôle ni les sites Web en référence ni les liens qui y figurent, et n'est pas responsable de l'exactitude, de la légalité ou du contenu de ces sites. Le contenu des sites Web en référence peut être modifié sans préavis.

Les centres régionaux pour l'éducation et les éducateurs sont tenus, aux termes de la *Politique des écoles publiques en matière d'accès aux réseaux et d'utilisation des réseaux* du Ministère, d'évaluer les ressources d'apprentissage numériques avant de les recommander aux élèves. Si vous trouvez un site obsolète ou inapproprié, veuillez le signaler à [links@EDnet.ns.ca](mailto:links@EDnet.ns.ca).

### **Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique**

© Droit d'auteur de la Couronne, Province de la Nouvelle-Écosse, 2021

Préparé par le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance

Le contenu de la présente publication peut être reproduit en partie à condition que l'utilisation prévue soit à des fins non commerciales et que le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance de la Nouvelle-Écosse soit pleinement reconnu. Lorsque le présent document mentionne un titulaire de droit d'auteur particulier, l'autorisation de reproduire le matériel doit être obtenue directement auprès du titulaire en question. Veuillez noter que tout a été mis en œuvre pour établir et reconnaître les renseignements provenant de sources externes. Si une source a été oubliée, veuillez communiquer avec le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance de la Nouvelle-Écosse.

# Remerciements

Le présent document est une adaptation des lignes directrices préparées par l'Association pour la santé et l'éducation physique de l'Ontario (OPHEA), une organisation à but non lucratif constituée en société, en collaboration avec le Fonds d'échange d'assurance des conseils scolaires de l'Ontario (OSBIE), l'Ontario Association for the Supervision of Physical and Health Education (OASPHE), l'Association canadienne de loisirs intramuros – Ontario (CIRA) et l'Ontario Federation of School Athletic Associations (OFSAA).

Les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique* ont été élaborées avec la participation de consultants en vie saine et active en Nouvelle-Écosse, du Nova Scotia School Insurance Program (SIP), de la Nova Scotia Teachers Association of Physical and Health Education (TAPHE), de l'Université Saint-Francis-Xavier et de nombreux spécialistes en éducation physique.



# Table des matières

<b>Introduction .....</b>	<b>1</b>
Objectif des <i>Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de la Nouvelle-Écosse, de la maternelle à la douzième année</i> .....	1
Effet et portée .....	2
Gestion des risques .....	3
Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.....	6
Procédures générales pour l'enseignement en plein air.....	12
Surveillance.....	14
<b>Activités .....</b>	<b>15</b>
Tir à l'arc .....	16
Badminton .....	18
Hockey-balle et hockey en salle.....	20
Baseball/balle dure .....	22
Basketball, bordenball, endball, balle au but .....	23
Quilles, bowling, pétanque .....	25
Ballon balai .....	27
Escalade : Voies montantes .....	29
Escalade : Murs de blocs et de traverse .....	30
Escalade : Mur vertical et activités connexes .....	34
Escalade : Aventure – Parcours d'obstacles .....	35
Escalade : Tyrolienne et équivalents.....	39
Jeux de coopération .....	40
Cricket et ses variantes (cricket Kanga, cricket à guichet unique, cricket continu) .....	43
Curling .....	45
Cyclisme.....	47

Danse et activités rythmiques .....	50
Plongeon : Tremplin ou plateforme.....	51
Jeux de poursuite .....	55
Escrime .....	57
Hockey sur gazon .....	59
Activités d'entraînement physique.....	61
Floorball.....	64
Football : Drapeau/toucher .....	66
Football : Tacle.....	68
Golf.....	69
Gymnastique : Généralités .....	71
Gymnastique : Trampoline hors sol .....	74
Gymnastique : Tremplin .....	75
Gymnastique : Activités avec bancs.....	76
Gymnastique : Cheval-sautoir, boîte de saut .....	78
Gymnastique : Portique d'escalade .....	80
Gymnastique : Cordes lisses .....	82
Gymnastique : Trampoline encastré.....	84
Gymnastique : Exercices au tapis.....	85
Gymnastique : Mini-trampoline.....	87
Gymnastique : Barres parallèles, barre fixe, anneaux, cheval d'arçon, cordes, poutre, barres asymétriques, sol, table ou plateforme de saut.....	88
Gymnastique : Pyramide humaine.....	92
Gymnastique : Trampoline .....	94
Handball : Balle au mur .....	95
Hockey : Hockey sur glace et jeux de préparation (p. ex., shinny) .....	96
Kinball.....	99
Crosse : En salle et sur gazon.....	100

Crosse : Intercrosse .....	103
Arts martiaux : Judo, aikido, karaté, taekwondo .....	105
Plein air : Ski alpin, planche à neige, miniski .....	107
Plein air : Grande excursion pédestre et petite excursion pédestre .....	112
Plein air : Planche à voile .....	118
Plein air : Camping (sans canotage) .....	121
Plein air : Excursion en canot .....	125
Plein air : Canotage (piscines, canotage sur lac, canotage de camp) .....	130
Plein air : Canotage en eau vive (rivières de classe I et de classe II seulement) .....	133
Plein air : Course de fond, course d'orientation (à l'extérieur de l'enceinte de l'école) .....	136
Plein air : Ski de fond, raquette, ski de patin .....	140
Plein air : Bateau-dragon .....	143
Plein air : Kayak en eaux calmes (piscines, kayak de camp) .....	151
Plein air : Équitation (classique, western, thérapeutique) .....	155
Plein air : Vélo de montagne .....	159
Plein air : Activités en eau vive .....	165
Plein air : Escalade de rocher en plein air .....	166
Enseignement en plein air : Rafting à la pagaie .....	172
Plein air : Parcours de cordes, tours de rappel .....	176
Plein air : Aviron .....	177
Plein air : Voile .....	181
Plein air : Glissade sur chambre à air .....	187
Plein air : Natation (océan, lacs, étangs, rivières) .....	188
Plein air : Luge, traîneau .....	194
Plein air : Camping d'hiver .....	196
Tennis à batte .....	200
Paddleball .....	201

Parachute .....	202
Pickleball.....	203
Racquetball.....	204
Ringuette en salle .....	205
Ringuette sur glace.....	207
Rugby : Drapeau ou toucher (sans contact seulement).....	209
Scoop Ball .....	211
Planche à roulettes carrée.....	212
Plongée autonome.....	214
Autodéfense .....	215
Sepak Takraw.....	217
Planche à roulettes .....	219
Patinage sur glace .....	223
Patin à roues alignées ou patin à roulettes .....	226
Saut à la corde .....	229
Équibrisme sur sangle (installation naturelle ou extérieure) .....	230
Plongée avec tuba.....	233
Soccer, soccer crabe, soccer-baseball (intérieur/extérieur).....	239
Balle molle : Balle rapide.....	242
Balle molle : Lob-ball, balle lente, three pitch .....	243
Jeux de préparation à la balle molle : Soccer-baseball, volley-baseball, tee-ball.....	246
Patinage de vitesse .....	249
Squash .....	252
Natation en piscine .....	253
Natation : Nage synchronisée.....	258
Tennis de table.....	263
Tchoukball .....	264

Handball olympique.....	265
Tennis.....	266
Ballon captif.....	268
Athlétisme : Disque.....	270
Athlétisme : Saut en hauteur.....	272
Athlétisme : Haies.....	274
Athlétisme : Javelot.....	276
Athlétisme : Saut à la perche.....	278
Athlétisme : Lancer de poids.....	279
Athlétisme : Épreuves sur piste (sprint, 400 m, 800 m, 1 500 m, 3 000 m relais).....	281
Athlétisme : Triple saut et saut en longueur.....	284
Triathlon : Natation, course à pied, cyclisme.....	286
Souque à la corde.....	291
Disque ultime.....	295
Volleyball.....	297
Volleyball de plage.....	300
Volleyball Newcombe.....	302
Water-polo.....	304
Musculation.....	308
Planche à voile (de la 9 <sup>e</sup> à la 12 <sup>e</sup> année).....	310
Lutte.....	315
Yoga.....	317
<b>Annexes.....</b>	<b>320</b>
Annexe A : Formulaire de consentement à l'activité.....	322
Annexe B : Planification de sortie.....	326
Annexe C : Gestion des risques.....	336
<b>Références.....</b>	<b>358</b>



# Introduction

## Objectif des *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de la Nouvelle-Écosse, de la maternelle à la douzième année*

Les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de la Nouvelle-Écosse, de la maternelle à la douzième année* régissent la sécurité des élèves dans le cadre de l'enseignement de l'éducation physique. L'enseignement de l'éducation physique peut avoir lieu au gymnase, dans une salle de classe, dans un autre espace intérieur, dans la cour de l'école ou en dehors de la cour de l'école, dans un cadre communautaire ou en plein air.

Les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de la Nouvelle-Écosse, de la maternelle à la douzième année* s'étendent au programme intra-muros.

Si vous cherchez des renseignements concernant les règlements et les consignes de sécurité pour le sport scolaire, la Nova Scotia School Athletic Federation (NSSAF) en est l'organe directeur. Les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de la Nouvelle-Écosse* ne comprennent pas de consignes de sécurité régissant le sport scolaire.

Les présentes lignes directrices, adaptées des lignes directrices établies par l'Association pour la santé et l'éducation physique de l'Ontario (OPHEA), comprennent des procédures qui contribuent à réduire au minimum, dans la mesure du possible, le risque de blessure en éducation physique, tout en reconnaissant l'existence d'un élément de risque inhérent à toute activité physique. Les lignes directrices reconnaissent que la responsabilité première de la prise en charge et de la sécurité des élèves incombe aux centres régionaux pour l'éducation (CRE), au Conseil scolaire acadien provincial (CSAP) et à leurs employés.

Les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique* se veulent un outil pratique pour attirer l'attention de l'enseignant sur les pratiques d'enseignement sécuritaires pour chaque activité scolaire afin de réduire le risque au minimum tout en maximisant les possibilités d'enseignement sécuritaire. Il s'agit de pratiques pédagogiques telles que la progression logique de l'enseignement et l'inclusion d'activités adaptées à l'âge et au développement. Le présent document vise à aider les éducateurs à planifier et à dispenser un enseignement qui intègre une série d'expériences d'activité physique à l'intérieur et à l'extérieur du gymnase, afin que les élèves, quelles que soient leurs capacités ou limites physiques, mentales, émotionnelles ou leur origine culturelle, aient la possibilité d'apprendre en toute sécurité à devenir des personnes physiquement compétentes.

Les lignes directrices sur la sécurité ont pour objectif de fournir un cadre aux enseignants d'éducation physique pour développer une pratique qui favorise et montre une culture de sécurité établie en Nouvelle-Écosse. Elles n'ont en aucun cas pour but d'instruire ou de fournir des stratégies d'enseignement; elles présentent plutôt un cadre conforme aux pratiques exemplaires et aux normes pour favoriser des environnements d'apprentissage sécuritaires et positifs.

Il est fortement recommandé de nommer des spécialistes en éducation physique aux postes d'enseignement de l'éducation physique. Pour soutenir cette spécialisation, seuls les enseignants possédant les certificats appropriés et en cours de validité peuvent mener des activités spécialisées, en particulier dans l'enseignement en plein air. Si un tiers enseigne l'une des activités figurant dans les présentes lignes directrices, il doit détenir les certificats appropriés, et l'enseignant d'éducation physique qui l'accompagne doit détenir les certificats de secourisme appropriés indiqués pour l'activité en question. Afin d'orienter leur enseignement, tous les enseignants d'éducation physique doivent consulter les programmes correspondant au niveau scolaire auquel ils enseignent.

# Effet et portée

Les attentes établies dans les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique* représentent les normes minimales à respecter pour l'enseignement de l'éducation physique et la programmation intra-muros. Il incombe aux spécialistes en éducation physique de lire et d'appliquer les lignes directrices dans tous les contextes de l'enseignement de l'éducation physique et des programmes intra-muros. Il s'agit notamment de veiller à ce que des consignes de sécurité soient données en l'absence des enseignants d'éducation physique (y compris les superviseurs, dans le cas des activités intra-muros).

Le présent document définit les lignes directrices minimales auxquelles se conformeront les enseignants d'éducation physique (y compris les superviseurs, dans le cas des activités intra-muros) pour répondre aux exigences de sécurité du programme d'études et de l'enseignement de l'éducation physique. Les CRE et le CSAP peuvent établir des lignes directrices plus strictes lorsqu'ils créent leurs propres politiques, sur recommandation de leurs assureurs. *Les modifications apportées aux lignes directrices doivent augmenter le niveau de sécurité, et non le diminuer.*

Si une activité ou un sport ne figure pas dans le présent manuel (p. ex., jeu à règlements simples), veuillez suivre les lignes directrices établies pour l'activité qui y ressemble le plus. Ceux qui souhaitent apporter des ajouts ou des modifications aux lignes directrices sur la sécurité doivent communiquer avec le directeur du développement personnel et du mieux-être du ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance (EDPE) de la Nouvelle-Écosse pour lancer le processus.

Si l'enseignant d'éducation physique souhaite intégrer des activités qui ne sont pas mentionnées dans les lignes directrices et qui ne ressemblent à aucune des activités décrites dans le présent document, il doit obtenir l'autorisation de l'administrateur de l'école. L'enseignant doit alors démontrer que toutes les précautions appropriées seront prises pour assurer la sécurité des élèves.

Les présentes lignes directrices sur la sécurité seront révisées chaque année et mises à jour s'il y a lieu.

Les **activités intra-muros** sont des activités physiques et récréatives parrainées par l'école qui :

- se déroulent en dehors des heures d'enseignement de l'élève;
- ne rassemblent pas une équipe ou un groupe scolaire sélectionné;
- ne sont pas une compétition contre une autre équipe ou un autre groupe extérieur.

Les activités intra-muros encouragent la participation à l'échelle de l'école en mettant l'accent sur la participation plutôt que sur la compétition. Elles viennent compléter des programmes d'éducation physique de qualité, en faisant en sorte que tous les enfants aient la possibilité, quel que soit leur niveau de forme physique ou le développement de leurs habiletés, de participer à des activités physiques qui contribuent à leur plaisir du sport et de l'activité physique en grandissant.

Les activités intra-muros peuvent être classées en quatre catégories : **expériences sportives modifiées, activités peu organisées, événements spéciaux et clubs**. Pour déterminer les pratiques sécuritaires, utilisez l'activité des lignes directrices qui ressemble le plus à l'activité intra-muros concernée. Lorsqu'une activité intra-muros est pratiquée selon le règlement et avec l'équipement officiels (p. ex., expérience sportive modifiée courante ou jeu à règlements simples), reportez-vous à la ligne directrice sur la sécurité figurant dans le présent document.

Bien que la communauté scolaire puisse trouver les *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de la Nouvelle-Écosse* intéressantes pour la planification et l'organisation d'expériences d'apprentissage hors site dans les différentes matières et disciplines, ces lignes directrices sont prévues uniquement pour l'enseignement de l'éducation physique. Les CRE peuvent s'appuyer sur les lignes directrices afin d'élaborer des politiques et des procédures pour les expériences d'activité physique dans des milieux qui correspondent à ceux qui sont promus dans le cadre du programme d'éducation physique.

# Gestion des risques

L'enseignant doit tenir compte des éléments de risque suivants :

- L'activité est adaptée à l'âge des élèves, à leurs capacités physiques et mentales, ainsi qu'à leur comportement.
- L'enseignant possède les connaissances et l'habileté requises par les lignes directrices pour enseigner ou surveiller l'activité en toute sécurité.
- Lorsqu'une activité ne fait pas partie du programme d'études d'éducation physique ou des *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de la Nouvelle-Écosse*, sa valeur éducative par rapport à sa valeur récréative doit être mesurée (p. ex., une visite à la piscine à vagues est-elle une sortie éducative ou récréative?). Une fois que l'activité est approuvée conformément à la politique du CRE comme ayant une valeur éducative, les risques inhérents doivent être cernés et réduits au minimum.

## Critères généraux

Certaines lignes directrices pour la sécurité s'appliquent à toutes les possibilités d'apprentissage dans le cadre de l'éducation physique. Voici quelques points communs :

### PROBLÈMES MÉDICAUX

Au début de l'année scolaire, les enseignants d'éducation physique doivent connaître les antécédents médicaux et les limites physiques de leurs élèves. Par exemple, les élèves souffrant de troubles cardiaques, d'asthme, de diabète, d'allergies graves, d'anaphylaxie, etc. doivent être identifiés. Chaque école doit mettre au point un processus grâce auquel les renseignements médicaux sont mis à la disposition des enseignants d'éducation physique (p. ex., processus selon lequel les renseignements médicaux sont communiqués à tous les enseignants concernés, au début de l'année scolaire et tout au long de l'année selon les besoins). Le formulaire de consentement du SIP (annexe A) demande également au tuteur légal d'indiquer « une maladie, allergie ou incapacité » susceptible d'empêcher l'enfant de participer à une activité donnée.

Pour les élèves ayant des problèmes médicaux (p. ex., asthme, allergies constituant un danger de mort, diabète), vérifiez :

- qu'il existe un plan de mesures d'urgence à suivre pour le trouble médical (consultez l'annexe C : Gestion des risques);
- qu'un soutien médical est facilement accessible en cas de besoin ou d'urgence.

Suivez la politique du CRE pour l'administration de ce qui suit :

- allergie constituant un danger de mort (anaphylaxie) – auto-injecteur d'épinéphrine;
- diabète ou hyperglycémie – trousse d'analyse de sang pour le diabète et sucre à action rapide;
- asthme – médicaments contre l'asthme.

Composez le 911 si l'un des incidents suivants se produit, car il peut s'agir d'un signe précurseur du syndrome de la mort subite par arythmie (SMSA) :

- évanouissement ou crise épileptique durant une activité physique;
- évanouissement ou crise épileptique à la suite d'une agitation émotionnelle, d'une détresse émotionnelle ou d'un sursaut (p. ex., un bruit fort et soudain, comme l'avertisseur du système d'alarme incendie de l'école).

L'élève doit consulter un médecin avant de retourner jouer.

## **PREMIERS SOINS ET RCR**

Les enseignants d'éducation physique sont encouragés à maintenir la validité de leur certificat de secourisme et de RCR, sachant que d'autres membres du personnel de l'école peuvent également être certifiés en fonction des exigences de leur CRE. L'exigence minimale de cette certification est le certificat de secourisme général avec RCR niveau C.

Des certificats de secourisme particuliers sont exigés pour certaines activités et certains milieux d'éducation en plein air, si un enseignant d'éducation physique souhaite les inclure dans sa programmation et son enseignement. Afin d'obtenir de plus amples renseignements, veuillez consulter la section Procédures générales pour l'enseignement en plein air et vous reporter à l'activité en question.

## **FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX**

Il est recommandé d'informer les parents ou les tuteurs quant aux mesures de sécurité à prendre contre les facteurs environnementaux, par exemple les effets du soleil, de l'hypothermie, de la qualité de l'air, des engelures, de la déshydratation et des insectes, y compris les tiques, qui sont fréquentes en Nouvelle-Écosse. Consultez le site [www.novascotia.ca/dhw/CDPC/lyme.asp](http://www.novascotia.ca/dhw/CDPC/lyme.asp) (en anglais seulement) pour obtenir de plus amples renseignements.

## **TROUSSE DE PREMIERS SOINS**

Il faut pouvoir accéder facilement à une trousse de premiers soins complète dans la salle de classe d'éducation physique (gymnase ou autre espace intérieur de l'école) et sur le terrain pendant les expériences d'apprentissage en plein air. À l'heure actuelle, les trousse de premiers soins sont fournies par les RCE et le CSAP.

## **TAILLE DE LA CLASSE**

*La taille des classes d'éducation physique correspond à celle des autres matières afin d'assurer un enseignement sécuritaire et efficace.* Lorsque le nombre d'élèves dépasse la capacité d'un enseignant à se faire entendre dans le gymnase et à gérer un environnement d'apprentissage actif, efficace et sûr, l'enseignant d'éducation physique doit faire part de ses préoccupations à l'administration.

## **ACTIVITÉS À L'EXTÉRIEUR DE L'ENCEINTE DE L'ÉCOLE**

Lorsque des activités sont proposées à l'extérieur de l'enceinte de l'école, il est fortement recommandé d'avoir à portée de main une trousse de premiers soins portable et un dispositif de communication qui fonctionne. Il se peut qu'il n'y ait pas de réseau de téléphonie mobile dans certains endroits éloignés ou sauvages; il est essentiel qu'un dispositif chargé soit disponible afin que quelqu'un puisse se rendre à un endroit d'où il peut appeler les services de santé d'urgence (SSU) dès que possible.

Lorsque les élèves participent à une activité organisée par un tiers (p. ex., activités de camp) à l'extérieur de l'enceinte de l'école, les lignes directrices de sécurité appropriées doivent être communiquées au tiers avant de confirmer la tenue de l'activité. Il est fortement recommandé que le tiers accepte de respecter ou de dépasser les normes présentées dans les lignes directrices.

Lorsque les activités se déroulent à l'extérieur de l'établissement, il faut informer les parents ou tuteurs des moyens de transport utilisés, conformément à la politique de sortie du CRE ou du CSAP.

Consultez la section Procédures générales pour l'enseignement en plein air afin d'obtenir des renseignements concernant les activités à l'extérieur de l'enceinte de l'école.

### **PLANS DE MESURES D'URGENCE**

Il est recommandé d'élaborer un plan de mesures d'urgence pour gérer les blessures qui surviennent dans le cadre de l'éducation physique, en particulier lorsque les expériences d'apprentissage se déroulent à l'extérieur de l'enceinte de l'école. Pour obtenir de plus amples renseignements sur la création d'un plan de mesures d'urgence, consultez l'annexe C : Gestion des risques.

### **RENSEIGNEMENTS SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES**

La sensibilisation et l'information sur les commotions cérébrales, ainsi que les procédures liées à leur prévention, à leur dépistage et à leur prise en charge continuent d'évoluer au fil des nouvelles recherches. Il est important que les écoles aient des discussions quant aux lignes directrices de retour à l'apprentissage et de retour au jeu. Au moment de la présente mise à jour des *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique de la Nouvelle-Écosse*, Concussion Nova Scotia est la source utilisée par le ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance pour obtenir les recherches et directives les plus récentes concernant les enfants et les jeunes.

De ce fait, les enseignants d'éducation physique, ainsi que tous les éducateurs scolaires, sont priés de consulter le site Web de Concussion Nova Scotia pour obtenir des renseignements sur les commotions cérébrales, y compris la prévention, le dépistage et la prise en charge. Consultez le site <https://concussionns.com/> (en anglais seulement) pour connaître les lignes directrices en vigueur.

### **PRÉCAUTIONS UNIVERSELLES**

Il faut prendre des précautions universelles (p. ex., port de gants imperméables) lorsqu'il y a présence de sang et d'autres liquides corporels. Les enseignants d'éducation physique doivent consulter les protocoles et politiques de leur CRE ou du CSAP concernant les procédures relatives au sang et aux liquides corporels.

#### **Sang et liquides corporels**

- Portez des gants imperméables si vous vous attendez à ce qu'il y ait du sang ou des liquides corporels contenant du sang visible.
- Arrêtez l'hémorragie, couvrez la blessure et changez les vêtements de l'élève s'ils sont excessivement tachés de sang.
- Suivez les consignes adoptées concernant le contrôle des saignements et la présence de liquides corporels contenant du sang.
- Lavez-vous les mains et toute autre région de la peau touchée après un contact avec du sang.
- Nettoyez les surfaces et les appareils à l'aide d'un désinfectant approprié.
- Nettoyez les vêtements et la peau avec du savon et de l'eau ou un antiseptique approprié.
- Respectez les consignes indiquées concernant la mise au rebut des vêtements et du matériel contaminés.
- Utilisez un respirateur pour pratiquer la réanimation d'urgence.
- Si vous avez une affection cutanée non cicatrisée, évitez tout contact direct avec les élèves.

### **INCENDIE**

Les élèves doivent connaître l'emplacement des avertisseurs d'incendie, des sorties de secours et des issues secondaires du gymnase ou de tout espace intérieur utilisé dans le cadre de l'activité.

## AUTRES PROCÉDURES D'URGENCE

Les élèves doivent connaître les autres procédures d'urgence (p. ex., verrouillage de l'école, confinement pour sécurité) conformément à la politique et aux procédures du CRE ou du CSAP.

## FOUDRE

La foudre est un danger météorologique important qui peut toucher les activités de plein air. Lorsque le RCE ou le CSAP a une politique relative à la foudre, il s'agit de la norme minimale. Pour connaître les procédures à suivre en cas de foudre, consultez la section Protocole en cas de foudre, à l'annexe C : Gestion des risques.

## RÈGLES À SUIVRE POUR JOUER EN TOUTE SÉCURITÉ

Avant d'enseigner les habiletés requises par l'activité, les enseignants d'éducation physique doivent indiquer les risques possibles qu'engendre cette activité (avertir les élèves des dangers potentiels), démontrer comment réduire les risques et énoncer les procédures et règlements pour jouer en toute sécurité.

## CODE DE CONDUITE DANS LES VESTIAIRES

Au début de l'année scolaire, les enseignants d'éducation physique doivent indiquer aux élèves le code de conduite approprié dans les vestiaires, en insistant sur la nécessité de se changer rapidement, puis de se rendre au gymnase. Il faut rappeler l'importance de ces lignes directrices tout au long de l'année scolaire, au besoin. Pour obtenir de plus amples renseignements sur le code de conduite dans les vestiaires et sur l'éducation physique, consultez les *Lignes directrices pour le soutien aux élèves transgenres et non conformistes de genre* :

[https://studentservices.ednet.ns.ca/sites/default/files/Guidelines%20for%20Supporting%20Transgender%20Students\\_FR\\_0.pdf](https://studentservices.ednet.ns.ca/sites/default/files/Guidelines%20for%20Supporting%20Transgender%20Students_FR_0.pdf).

## Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité

Les consignes pour chaque activité de classe sont présentées dans les éléments essentiels suivants :

- **Équipement**
- **Vêtements et chaussures\***
- **Installations**
- **Règles et consignes particulières**
- **Surveillance**

\* inclut les bijoux

Les groupes d'âge appropriés sont précisés dans les fiches d'activité lorsque les consignes n'englobent pas les années scolaires de la maternelle à la douzième. Lorsque l'âge est défini sur les fiches d'activité (p. ex., Canotage [5<sup>e</sup> à 12<sup>e</sup> années seulement]), la norme a été déterminée par des experts en la matière.

## Équipement

Afin d'offrir un environnement sécuritaire pour la réalisation des activités scolaires, les enseignants d'éducation physique doivent d'abord effectuer une vérification de l'équipement qui sera utilisé. Cette vérification peut être visuelle ou écrite en suivant une liste de vérification (consultez le modèle de liste de vérification de l'équipement de gymnase à l'annexe C : Gestion des risques). Les dangers doivent être cernés et immédiatement éliminés ou contenus.

Si l'équipement utilisé ne figure pas dans le présent document, il faut s'assurer qu'il est sécuritaire (p. ex., pas de bords tranchants, de fissures ou d'éclats) et que sa taille, son poids et sa résistance sont appropriés.

Il faut vérifier systématiquement que tous les ballons sont correctement gonflés.

Il est interdit d'utiliser de l'équipement fabriqué à la maison. L'équipement peut être fabriqué à l'école par les enseignants ou d'autres employés du CRE ou du CSAP, par des adultes bénévoles et par des élèves qui travaillent sous la surveillance directe de l'enseignant.

Si les élèves sont autorisés à apporter leur propre équipement (p. ex., skis, patins à roues alignées, vélos), il faut informer les élèves et leurs parents ou tuteurs qu'il est important de s'assurer que cet équipement est en bon état et qu'il convient pour l'usage personnel. Un formulaire de consentement, signé par les parents ou tuteurs, est recommandé.

**Casques :** L'Association canadienne de normalisation (CSA) est l'organisme de réglementation au Canada qui fournit les normes et règlements de sécurité pour les casques. Choisissez un casque qui respecte les normes de protection (certification) pour l'activité en question, homologué selon des normes de sécurité reconnues. Consultez le site Parachute à l'adresse [www.parachute.ca/fr](http://www.parachute.ca/fr) pour vous aider à choisir un casque adapté à l'activité. Veuillez surveiller les dates d'expiration des casques.

La colonne Équipement, sous chaque activité, précise si le port d'un casque est obligatoire. Si la fiche de l'activité ne mentionne pas explicitement un casque de hockey sur glace ou un casque de vélo homologué CSA ou selon une autre norme pour un casque, l'indication sera la suivante : « Il faut porter un casque adapté à l'activité ».

Pour trouver et choisir un casque adapté à l'activité, il peut être utile de faire ce qui suit :

- consulter la fédération sportive de l'activité;
- consulter un fournisseur réputé (détaillant) d'équipement pour l'activité en question afin de savoir quel casque convient le mieux;
- choisir un casque propre au sport concerné et homologué au Canada ou par un organisme de normalisation étranger en matière de sécurité, par exemple :
  - Association canadienne de normalisation (CSA)
  - US Consumer Product Safety Commission (CPSC)
  - American Society for Testing Materials (ASTM)
  - National Operating Committee for Standards in Athletic Equipment (NOCSAE)
  - Snell Memorial Foundation (Snell Standard)
  - British Standards Institute (BS)
  - Standards Association of Australia (AS)
  - Common European Norm (CEN)
  - Safety Equipment Institute (SEI)

S'il existe un casque homologué CSA pour une activité donnée, *ce casque homologué CSA doit être utilisé.*

**Lunettes de sécurité** : Le port de lunettes de sécurité est recommandé pour certains sports de raquette et non pour d'autres. Pour le badminton, les élèves doivent porter des lunettes de protection de badminton ou des lunettes conformes à la norme ASTM F803 ou à une norme équivalente. Une protection des yeux munie d'une courroie ou de « branches » convient, mais elle doit être bien ajustée et rester en place pour protéger les yeux. Black Knight (fournisseur officiel de l'OFSSA) propose de nombreux modèles de lunettes qui incluent une courroie, mais peuvent également être portées sans elle. On pourrait suggérer que les élèves dont les lunettes tombent doivent porter la courroie. Les élèves qui portent des lunettes doivent utiliser des lunettes de sécurité à verres correcteurs ou une paire de lunettes de sécurité qui s'adapte sur leurs lunettes. Le site Web de l'OPHEA (<https://securite.ophea.net/>) est une bonne ressource pour les enseignants qui se demandent quand et où utiliser des lunettes de sécurité au lieu de lunettes.

Il faut demander aux élèves d'informer l'enseignant d'éducation physique de tout problème concernant l'équipement.

Lorsque l'équipement est acheté d'occasion ou offert gratuitement à l'école, suivez les lignes directrices pour l'équipement neuf et donné de l'annexe C : Gestion des risques.

## **Vêtements, chaussures et bijoux**

Il est recommandé de porter des chaussures de sport appropriées pour l'éducation physique. Par chaussures de sport appropriées, on entend des espadrilles dotées d'une semelle plate antidérapante en caoutchouc, bien attachées au pied. Les espadrilles ayant un talon, les chaussures dotées de roues, les chaussures à crampons en caoutchouc, en plastique ou en métal, ainsi que les chaussures à bout ouvert ou à talon ouvert ne sont pas des chaussures de sport appropriées. Le simple port de chaussettes n'est pas approprié.

Il est recommandé aux élèves de porter une tenue adaptée aux activités durant les cours d'éducation physique. Un short, un pantalon de survêtement ou des leggings, et un t-shirt ou un chandail en molleton sont des exemples de tenue appropriée. Les dérogations sont énoncées dans les fiches d'activité. La tenue pour les cours d'éducation physique doit favoriser le mouvement. Les vêtements restrictifs peuvent créer un risque de blessure ou d'inconfort. Le confort, la sécurité et l'hygiène doivent être abordés et encouragés dans le cadre de l'activité physique. Les vêtements mal ajustés, les bijoux, les chaussures à semelle rigide et le port de chaussettes sans chaussures peuvent gêner les mouvements et causer des blessures pendant l'activité. Si une tenue à caractère religieux présente des risques, consultez les politiques et procédures de l'école, du CRE ou du CSAP pour connaître les modifications appropriées.

*Les enseignants ne doivent pas empêcher pas un élève de participer à l'éducation physique, sauf si sa tenue présente des risques.*

Le port de bijoux apparents ou qui pendent lors d'une activité physique peut présenter des risques pour celui qui les porte ou les autres participants et causer des blessures. Les bijoux peuvent se prendre dans l'équipement, sur quelqu'un d'autre ou dans les vêtements, ou être touchés par un projectile.

Exemples de types de bijoux :

- bijoux pendants au cou, aux poignets, aux oreilles, sur la poitrine;
- clous aux oreilles, au visage, à la langue, sur la poitrine;
- boucles, anneaux ou barres aux oreilles, sur le visage, sur la poitrine;
- bagues aux doigts, aux orteils;
- montres ou bracelets (matériaux durs) aux poignets ou aux chevilles;
- élargisseurs d'oreille;
- épingles à cheveux, pinces, barrettes.

Les bijoux qui ne peuvent pas être enlevés (p. ex., bracelets d'alerte médicale, bijoux à caractère religieux) et qui posent un risque doivent être retenus. Les dérogations à cette règle minimale sont énoncées dans les fiches d'activité.

Il est recommandé d'informer les parents ou tuteurs des mesures de sécurité relatives aux lunettes pour certaines activités, notamment la nécessité de porter une courroie à lunettes ou des verres incassables, ou encore d'enlever les lunettes si la vision est suffisamment bonne.

Il est recommandé d'attacher les cheveux longs pour les écarter du visage de l'élève afin d'éviter de bloquer sa vision et de blesser les autres élèves participants.

## Installations

Afin d'offrir un environnement sécuritaire pour la réalisation des activités scolaires, l'enseignant doit d'abord effectuer une vérification des installations et de l'équipement qui seront utilisés. Cette vérification peut être visuelle ou écrite en suivant une liste de vérification (consultez l'annexe C : Gestion des risques). Les risques doivent être cernés et immédiatement éliminés des facteurs de l'activité. Les objets fixes susceptibles de présenter un risque (p. ex., poteaux des buts, estrade saillante) doivent être signalés aux élèves et à l'administration et sécurisés à l'aide de matelas et de dispositifs de protection correctement installés.

Tout l'équipement doit être inspecté régulièrement pour vérifier s'il est en bon état. Il faut demander aux élèves d'informer l'enseignant de tout problème concernant l'équipement ou les installations. Pour obtenir de plus amples renseignements sur le rôle des élèves en matière de sécurité, consultez la section Responsabilités des élèves à l'annexe C : Gestion des risques. Afin de connaître les mesures de sécurité à prendre à l'extérieur du gymnase (p. ex., foyers, couloirs, salles de classe, estrades) pour les cours d'éducation physique, consultez l'annexe C : Gestion des risques.

L'équipement ou les meubles présentant un risque pendant le déroulement des activités ne doivent *pas* être placés le long des murs du gymnase ou de toute grande salle intérieure utilisée pour l'éducation physique. On fera exception à cette règle dans le cas d'un nombre raisonnable de bancs et de matelas fixés aux murs.

L'utilisation de toute installation doit être surveillée conformément à la section ci-dessous et tel qu'il est indiqué dans la ligne directrice pour chaque activité.

Pour toutes les activités intérieures, les murs et les estrades ne doivent en aucun cas servir de points de virage ou de lignes d'arrivée. Il est préférable de désigner une ligne ou un cône avant le mur ou l'estrade.

Les terrains de jeu ne doivent présenter aucun danger (p. ex., trous, morceaux de verre, excès d'eau, pierres). Les surfaces très irrégulières doivent être signalées au directeur d'école et aux élèves. Des modifications doivent être apportées au besoin. Les terrains ou les aires de jeu en plein air doivent offrir une adhérence suffisante. En cas de conditions météorologiques extrêmes, les administrateurs des écoles ont le droit et l'obligation, pour des raisons de sécurité, de fermer les terrains ou les aires de jeu en plein air à la fois pour les activités scolaires et pour l'usage communautaire.

Concernant l'ouverture ou la fermeture des cloisons ou des rideaux du gymnase :

- Les enseignants et les membres du personnel ne surveillent que l'ouverture et la fermeture.
- Vérifiez que la voie est libre (pas d'obstacles ou d'élèves).
- Retirez la clé après avoir fermé la cloison.
- Inspectez la cloison ou le rideau régulièrement pour vous assurer que rien n'empêche son bon fonctionnement et, si un entretien est nécessaire, signalez-le à l'administration.

Le bruit peut poser problème dans les gymnases qui sont divisés par des rideaux. Assurez-vous que les élèves peuvent entendre et suivre les consignes et les signaux. Utilisez des stratégies pour améliorer la communication avec les élèves.

Un enseignant ou un superviseur qui ne connaît pas bien le fonctionnement des cloisons ou des rideaux doit demander de l'aide au personnel de soutien compétent et s'abstenir d'ouvrir et de fermer les cloisons ou les rideaux tant qu'il n'a pas obtenu l'aide nécessaire.

## Règles et consignes particulières

Les activités scolaires doivent être modifiées selon l'âge et les capacités des élèves, ainsi que selon les installations disponibles.

Il faut encourager les enseignants d'éducation physique à se tenir informés des techniques d'entraînement sécuritaires.

Toutes les séances d'éducation physique doivent comporter des périodes d'échauffement et de récupération adéquates.

L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié. Consultez les ressources sur la progression des habiletés (p. ex., documents du programme d'études de l'EDPE, ressources autorisées). Les jeux et les activités doivent être choisis en fonction des habiletés qui ont été ou sont actuellement enseignées.

Au début de l'année, les enseignants d'éducation physique doivent établir les routines, les règles concernant le comportement acceptable et les responsabilités des élèves, et doivent les appliquer et les rappeler tout au long de l'année. Pour obtenir de plus amples renseignements sur la conduite des élèves, consultez la section Responsabilités des élèves à l'annexe C : Gestion des risques.

Les règlements des activités ou des jeux doivent être communiqués aux élèves. Les règlements doivent être appliqués et modifiés selon l'âge et les capacités physiques, émotionnelles, sociales et intellectuelles des participants.

Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :

- la durée et l'intensité de l'activité physique;
- les conditions environnementales (p. ex., température, conditions météorologiques, qualité de l'air, humidité, indice UV, insectes, risque d'engelures);
- le niveau d'entraînement et de forme physique antérieur des élèves.

Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge). Vous pouvez obtenir des renseignements sur les tiques et le risque de la maladie de Lyme à l'adresse [www.novascotia.ca/dhw/CDPC/lyme.asp](http://www.novascotia.ca/dhw/CDPC/lyme.asp) (en anglais seulement).

Les élèves doivent connaître l'importance d'informer l'enseignant de tout symptôme relié à une commotion cérébrale présumée (consultez la section consacrée aux commotions cérébrales dans les Critères généraux, section Gestion des risques de l'introduction).

Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises s'il est possible qu'elles se produisent dans la région (p. ex., foudre, vents violents, températures extrêmes; consultez la section Protocole en cas de foudre à l'annexe C : Gestion des risques).

Les élèves doivent toujours pouvoir s'hydrater adéquatement.

Les activités auxquelles participent des élèves ayant des besoins spéciaux doivent être modifiées afin d'assurer la sécurité de tous les élèves. Les enseignants d'éducation physique doivent consulter les ressources conçues pour maximiser la sécurité des élèves ayant des besoins spéciaux physiques, intellectuels et comportementaux (p. ex., *Moving to Inclusion* : Enfant actif, et *Habiletés motrices fondamentales* : Enfant actif, de PHE Canada, ainsi que *S'amuser grâce au sport – Enfants avec des déficiences développementales et comportementales*, Olympiques spéciaux Canada).

La question des contacts physiques, du contact bâton contre corps et du contact bâton contre bâton se pose pour de nombreuses activités. Afin de promouvoir une interprétation commune, dans le présent document, le terme « contact » est utilisé pour décrire un *contact intentionnel visant à obtenir un avantage durant l'activité en question*.

Il est question, pour certaines activités, d'une « personne responsable ». Bien que les enseignants d'éducation physique soient responsables des divers milieux où se déroule l'éducation physique et bien qu'ils soient chargés de la sécurité et du bien-être général des personnes qui sont sous leur responsabilité, il arrive que d'autres personnes soient désignées comme « personnes responsables » dans certaines situations bien précises (p. ex., surveillant de piscine). La personne désignée « responsable » de l'activité en cours doit prendre les décisions définitives concernant la sécurité des participants.

Les élèves en mouvement ne doivent pas avoir les yeux fermés ou bandés. *Le goalball fait exception à cette règle.*

Si les élèves doivent marcher ou courir à reculons, il faut insister sur le contrôle des mouvements. Les courses à reculons sont à proscrire.

Tout élève portant un plâtre doit fournir un certificat médical ou une note signée par le parent ou le tuteur lui permettant de prendre part à l'activité. Les plâtres et les orthèses ne doivent pas mettre en danger la sécurité des autres élèves ou participants. Des modifications appropriées doivent être apportées pour assurer la sécurité de tous les participants.

## Surveillance

La surveillance est la supervision vigilante d'une activité pour la régler ou la diriger. Les installations, l'équipement et les activités comportent tous des risques inhérents; plus la surveillance est efficace, meilleure est la sécurité. Consultez la section Installations ci-dessus.

Un superviseur, tel qu'il est mentionné ci-dessous, est un enseignant, un directeur d'école ou un directeur adjoint employé par le CRE ou le CSAP. Un bénévole (pas nécessairement un enseignant) peut aider à surveiller les activités d'éducation physique. Parmi les bénévoles, on peut citer les assistants pédagogiques, les enseignants à la retraite, les étudiants inscrits à un programme d'alternance travail-études, les parents ou tuteurs et les enseignants en formation pendant leur stage.

Les élèves doivent être informés qu'il est interdit d'utiliser l'équipement et le gymnase lorsque la surveillance appropriée ne peut être assurée. En plus de communiquer ce règlement oralement ou par écrit, il faut prendre au moins l'une des mesures dissuasives suivantes :

- verrouiller les portes;
- apposer des affiches sur les portes indiquant que les élèves ne peuvent pas utiliser le gymnase à moins que le personnel de surveillance ne soit prévu à l'horaire et présent au gymnase.

*Toutes les activités doivent être surveillées.* Il existe trois catégories de surveillance : la **surveillance visuelle constante**, la **surveillance sur place** et la **surveillance générale**. Les catégories reposent sur les principes de surveillance générale et particulière qui dépendent du niveau de risque de l'activité, des habiletés et de la maturité des participants, ainsi que du nombre d'élèves dans la classe, en fonction de la leçon enseignée.

- Une **surveillance visuelle constante** ou surveillance directe nécessite la présence physique de l'enseignant, qui observe l'activité en question. Une seule activité nécessitant une surveillance visuelle constante peut avoir lieu en même temps que d'autres activités.
- La **surveillance sur place** exige la présence de l'enseignant, mais pas nécessairement l'observation constante d'une activité particulière. La surveillance sur place permet la présence momentanée de l'enseignant dans des pièces adjacentes au gymnase.
- La **surveillance générale** signifie que l'enseignant doit être facilement disponible et qu'au moins l'un des critères suivants est respecté :
  - l'enseignant circule;

- l’enseignant est à proximité et son emplacement exact est connu;
- l’enseignant est visible.

*Exemple* : Pendant une séance d’athlétisme, certains élèves pratiquent le saut en hauteur, d’autres la course de relais sur la piste et un troisième groupe fait de la course de fond dans l’enceinte de l’école.

- **Surveillance visuelle constante** : saut en hauteur – l’enseignant se trouve à l’aire de saut en hauteur et observe l’activité.
- **Surveillance sur place** : course de relais – les élèves s’entraînent sur la piste et l’enseignant peut les voir depuis l’aire du saut en hauteur.
- **Surveillance générale** : course de fond – les élèves courent dans l’enceinte de l’école et peuvent parfois être hors de vue de l’enseignant.

L’enseignant d’éducation physique doit veiller à ce que des élèves n’incitent pas d’autres à prendre part à des exercices ou à des activités pour lesquels ils ne sont pas prêts.

Si un élève exprime une hésitation verbale ou non verbale, l’enseignant d’éducation physique doit déterminer les causes de cette réticence. Si l’enseignant estime qu’une hésitation pendant l’exercice pourrait nuire à la sécurité de l’élève, il doit permettre à celui-ci d’effectuer un exercice adéquatement modifié.

Les enseignants en formation initiale ou les autres élèves (au secondaire) ne peuvent pas être les seuls à surveiller une activité.

Les enseignants suppléants doivent animer des activités qui tiennent compte de leur expérience ou de leurs compétences.

Les plans de leçon à l’intention du suppléant doivent comprendre ce qui suit :

- les renseignements relatifs au sport ou à l’activité en question tirés des *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique en Nouvelle-Écosse*;
- l’emplacement où se trouve un enseignant ou un administrateur à joindre en cas d’urgence;
- les restrictions ou modifications précises pour les élèves ayant des besoins en matière de santé ou de comportement.

## Procédures générales pour l’enseignement en plein air

Toutes les activités éducatives de plein air doivent être approuvées par le directeur d’école ou son délégué. Un représentant du RCE ou du CSAP doit signer un formulaire de demande détaillé pour toutes les activités de plein air avec hébergement pour la nuit.

L’approbation se fait après avoir examiné l’itinéraire, la compatibilité des activités de l’excursion avec le programme d’études, la durée du déplacement, les facteurs de sécurité, la surveillance prévue et l’adéquation à l’âge des participants.

Les bénévoles doivent être pleinement informés, par écrit, de leurs rôles et responsabilités précis avant l’activité et doivent soumettre un formulaire médical dûment rempli à l’enseignant ou au superviseur. Les bénévoles assumant les fonctions de superviseurs ou de co-responsables pendant une activité de plein air doivent posséder une expérience comparable ou un certificat correspondant à l’activité. Il faut envisager de donner le rôle de superviseur aux bénévoles et aux enseignants qui ont obtenu un certificat de leader terrain du Conseil canadien de plein air (CCPA), ou un certificat similaire, pour les activités suivantes : petite excursion pédestre, grande excursion pédestre et camping d’hiver.

Consultez la politique du CRE ou du CSAP concernant le nombre de jours maximal permis pour les activités éducatives en plein air. Un enseignant doit être nommé superviseur responsable de l’activité ou partager les responsabilités d’animation avec tout expert sous contrat qui pourrait accompagner l’activité. Ces experts sous contrat doivent détenir un certificat approprié pour mener l’activité de plein air lorsque cela est indiqué dans les lignes directrices sur la sécurité.

Les formulaires de consentement des parents ou tuteurs doivent être reçus avant la tenue d’une activité éducative en plein air.

Les renseignements figurant sur le formulaire de consentement éclairé des parents ou tuteurs doivent inclure l'itinéraire (y compris les dates), les parcours, les endroits, les coordonnées, le lien entre les activités et le programme d'études, la surveillance prévue, le coût par élève, le comportement exigé, les risques inhérents et, s'il y a lieu, les dates des réunions d'information à l'intention des parents et tuteurs.

Lors d'une situation d'urgence (p. ex., foudre, conditions météorologiques particulièrement mauvaises, urgence médicale), le superviseur responsable de l'activité doit suivre le protocole du CRE ou du CSAP, qui est décrit dans un plan pour la sécurité communiqué aux bénévoles. Si l'activité a lieu dans un établissement d'enseignement de plein air où le protocole d'urgence en place est plus strict que celui du RCE ou du CSAP, alors le protocole de l'établissement d'enseignement de plein air doit être suivi.

Pour toutes les activités nécessitant un transport, une liste d'élèves dans chaque véhicule ainsi qu'une liste des conducteurs et des plaques d'immatriculation des véhicules doivent être laissées à l'école. Les enseignants et superviseurs auront aussi une copie de cette liste durant l'activité. Les conducteurs salariés ou bénévoles doivent satisfaire aux exigences du RCE ou du CSAP en matière d'assurance. Durant toutes les activités, un véhicule doit être accessible en cas d'urgence.

Pour les activités avec hébergement pour la nuit, les élèves doivent fournir des renseignements médicaux aux enseignants ou superviseurs. Ces renseignements pourraient inclure leur numéro d'assurance-maladie.

Un **milieu urbain** est un emplacement situé dans l'enceinte de l'école, un parc adjacent à l'enceinte de l'école ou un emplacement situé dans la communauté scolaire, auquel les services médicaux d'urgence peuvent accéder dans un délai de 30 minutes. Un **milieu rural** est un emplacement situé hors de l'enceinte de l'école, auquel les services médicaux d'urgence peuvent accéder dans un délai pouvant aller jusqu'à 60 minutes. Il peut s'agir de camps dans l'avant-pays, de parcs communautaires, de sentiers, de parcs provinciaux ou d'aires de loisirs. Pris ensemble, ces milieux sont considérés comme des milieux **urbains-ruraux** dans les présentes lignes directrices.

Un **milieu sauvage** est un lieu qui ne se trouve pas en milieu urbain-rural en raison du temps nécessaire pour obtenir des services médicaux d'urgence. Un milieu sauvage est un emplacement situé hors de l'enceinte de l'école, un sentier de parc, un champ, un boisé, un parc provincial ou national, un emplacement dans l'arrière-pays ou une aire de loisirs communautaire. La distinction entre un milieu **éloigné** et un milieu **sauvage** tient à la difficulté d'obtenir des services médicaux d'urgence du fait de la distance ou du relief, en raison de l'emplacement de l'activité. En ce qui concerne l'obtention de services médicaux d'urgence dans une région sauvage, l'enseignant comprend qu'il faudra très probablement attendre *60 minutes ou plus* pour que les secours avancés arrivent.

Lorsqu'ils participent à des activités dans les milieux susmentionnés, les enseignants, superviseurs et accompagnateurs qui animent l'activité doivent détenir au moins un certificat de secourisme au niveau indiqué et porter sur eux la trousse de premiers soins correspondant au lieu et à l'activité en question.

Milieu	Certificat de secourisme*	Trousse de premiers soins
Urbain-rural	Secourisme général avec RCR niveau C	P. ex., la trousse de premiers soins Adventure 2.0
Sauvage	Secourisme en milieu sauvage et éloigné de base Secourisme en milieu sauvage et éloigné avancé	P. ex., la trousse de premiers soins Adventure Medical Backcountry

\* Croix-Rouge canadienne, Ambulance Saint-Jean, ou l'équivalent.

Une procédure qui identifie les élèves atteints d’anaphylaxie doit être en place. Chaque élève identifié doit avoir au moins deux auto-injecteurs d’épinéphrine. L’élève doit avoir un injecteur sur lui et l’enseignant ou le superviseur aura le deuxième injecteur. Tous les enseignants ou superviseurs présents doivent être formés à l’utilisation d’un auto-injecteur d’épinéphrine.

Les enseignants ou superviseurs et les bénévoles participant aux excursions éducatives en plein air doivent savoir quels élèves ont des problèmes médicaux ou des besoins diététiques pouvant affecter leur santé, et lesquels prennent des médicaments.

Les élèves qui prennent des médicaments vitaux doivent en apporter une quantité supplémentaire qui sera conservée dans un contenant portant une inscription claire que l’enseignant ou le superviseur gardera avec lui.

Les enseignants ou superviseurs doivent surveiller les conditions météorologiques et remettre ou modifier l’activité afin d’assurer la sécurité de chacun.

Les enseignants ou superviseurs doivent envisager sérieusement l’utilisation d’un dispositif personnel de communication par satellite (p. ex., SPOT, inReach) lorsqu’ils emmènent les élèves dans des milieux sauvages ou dans des régions où le réseau cellulaire n’est pas fiable.

Les enseignants ou superviseurs des activités de plein air doivent avoir une liste des coordonnées et numéros d’urgence des parents ou tuteurs. Avant l’activité, les enseignants ou superviseurs doivent planifier l’accès à des soins médicaux d’urgence.

Les élèves doivent recevoir une liste de vêtements et d’effets personnels recommandés pour l’activité en question.

Si la sortie combine deux activités de plein air, les enseignants ou superviseurs doivent consulter les fiches des deux activités ou sports en question.

## Surveillance

Dans le cas d’activités qui exigent plusieurs accompagnateurs, ceux-ci seront un mélange de personnes mâles, femelles ou non binaires.

L’enseignant ou le superviseur responsable de l’activité doit désigner un adulte responsable (p. ex., enseignant, bénévole) pour conduire ou accompagner un élève blessé à l’hôpital. Il ne peut pas s’agir du superviseur responsable de l’activité.

Un superviseur est une personne compétente, sûre d’elle et possédant de l’expérience en encadrement d’élèves lors d’expériences éducatives en plein air (p. ex., le superviseur possède un certificat en éducation en plein air d’un établissement agréé, une expérience de travail dans un camp de loisirs de plein air, des expériences de vie personnelles dans des activités de plein air). Cette personne peut également détenir un certificat de leader terrain approprié du Conseil canadien de plein air (CCPA).

Un certificat en cours de validité est requis pour toutes les activités aquatiques, tel qu’il est indiqué pour chaque activité de plein air dans la section Activités.

# Activités

## Tir à l'arc

Seuls les enseignants formés pour offrir le National Archery in the Schools Program (NASP) peuvent enseigner le tir à l'arc, et toutes les normes de sécurité du NASP doivent être respectés.

Le tir à l'arc n'est pas une activité appropriée de la maternelle à la troisième année. (En quatrième année, la force requise pour bander un arc Genesis doit être fixée à sa puissance minimale de 11 livres.)

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Avant chaque cours, l'instructeur doit inspecter tout l'équipement pour vérifier qu'il peut être utilisé en toute sécurité. Il ne faut pas utiliser un équipement qui doit être réparé tant que les réparations n'ont pas été effectuées.</p> <p>Des protège-bras peuvent être mis à la disposition des élèves.</p> <p>Les arcs en composite Genesis ne doivent pas dépasser une puissance d'arc de 20 livres.</p>	<p>Pas de bijoux apparents.</p> <p>Les élèves doivent porter une tenue appropriée. Pas de vêtements amples sur le haut du corps.</p> <p>Les élèves doivent porter des chaussures adaptées (p. ex., espadrilles, bottes de randonnée). Pas de sandales ni de chaussures à bout ouvert.</p> <p>Les cheveux longs doivent être attachés.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>L'emplacement utilisé ne doit présenter aucun obstacle ni aucun danger.</p> <p>Il faut suivre les normes de sécurité du NASP pour l'installation et la sécurité du champ de tir.</p> <p>Pour le tir à l'arc intérieur ou extérieur, il faut utiliser un rideau de tir à l'arc correctement installé.</p> <p>L'entrée et la sortie de l'emplacement doivent être surveillées et des panneaux d'avertissement doivent être affichés.</p> <p>Pour le tir à l'arc extérieur, l'aire de tir doit être bien délimitée.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié (p. ex., 11 étapes pour maîtriser le tir à l'arc en utilisant un arc à corde).</p> <p>Ces lignes directrices doivent être communiquées au fournisseur de l'activité.</p> <p>Seules les commandes de sifflet du NASP doivent être utilisées sur le champ de tir à l'arc :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>un</b> coup de sifflet = tirer;</li> <li>▪ <b>deux</b> coups de sifflet = prendre l'arc;</li> <li>▪ <b>trois</b> coups de sifflet = aller chercher les flèches;</li> <li>▪ <b>cinq</b> coups de sifflet ou plus = arrêter tous les tirs, abaisser l'arc, retirer la flèche et la placer dans le carquois au sol, placer l'arc sur le chevalet et passer derrière la file d'attente.</li> </ul>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise pendant la leçon et l'utilisation du champ de tir.</p> <p><b>Ratio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 10 élèves sur la ligne de tir pour 1 enseignant ou superviseur.</li> </ul> <p>Un enseignant ou superviseur qui offre l'enseignement est tenu de détenir au minimum un certificat de formation en BAI (Basic Archery Instructor) initial du NASP et doit avoir invariablement offert le programme du NASP.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Seules des flèches d'aluminium 1820 doivent être utilisées.</p> <p>Les cibles standards doivent avoir une épaisseur minimale de</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 30 cm (12 po) et doivent pouvoir empêcher une flèche de passer à travers un blason de</li> <li>▪ 1,2 m x 1,2 m (3 pi x 3 pi).</li> </ul> <p>Parmi les matériaux à utiliser pour une cible, citons le polystyrène, le tapis, le carton dur, les sacs en plastique, etc.</p> <p>Les flèches et les arcs doivent toujours être entreposés dans des endroits séparés.</p>		<p>Le matériel de tir à l'arc doit être entreposé dans un local de rangement verrouillable.</p> <p>La distance de tir doit être conforme aux exigences du protocole du NASP.</p>	<p>Les élèves doivent connaître ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ procédures de sécurité et d'urgence;</li> <li>▪ système de sifflet;</li> <li>▪ techniques de tir;</li> <li>▪ techniques d'entretien et d'utilisation de l'équipement;</li> <li>▪ manière de retirer une flèche d'une cible en toute sécurité;</li> <li>▪ règle du tir à vide.</li> </ul> <p>Une ligne de tir doit être établie. Elle doit convenir au niveau d'habileté des élèves. Un espace suffisant doit être prévu pour chaque élève sur la ligne de tir.</p> <p>Personne ne doit se trouver devant la ligne de tir.</p> <p>Les élèves qui ne tirent pas doivent demeurer loin derrière la file d'attente, à l'écart des archers qui se trouvent sur la ligne de tir.</p> <p>Demandez aux élèves de ne jamais diriger un arc chargé sur quelqu'un.</p> <p>Les arcs doivent être chargés seulement sur la ligne de tir, lorsque le signal de tir a été donné.</p>	

# Badminton

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les raquettes doivent être inspectées régulièrement pour déceler les bris et déterminer que leurs prises sont bonnes.</p> <p>Tous les élèves doivent porter une protection oculaire qui respecte la norme ASTM F803 ou une norme équivalente. Les élèves qui portent des lunettes doivent utiliser des lunettes de sécurité à verres correcteurs ou une paire de lunettes de sécurité qui s'adapte sur leurs lunettes. Une protection des yeux munie d'une courroie ou de « branches » convient, mais elle doit être bien ajustée et rester en place pour protéger les yeux. Black Knight (fournisseur officiel de l'OFSAA) propose de</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p> <p>Les lignes de jeu doivent être clairement définies.</p> <p>Des consignes de sécurité doivent être établies pour les terrains de jeu côte à côte.</p> <p>Si les installations ne permettent pas de jouer en toute sécurité (lignes de démarcation trop proches des murs), modifiez les règlements en conséquence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les règles de courtoisie sur le terrain de jeu doivent être enseignées aux élèves et respectées (p. ex., ne pas entrer sur un terrain utilisé).</p> <p>Durant l'enseignement et l'entraînement aux habiletés, il faut prévoir assez d'espace pour que chaque athlète puisse s'élancer sans obstacle.</p> <p>Les élèves doivent cesser de jouer si un objet étranger se trouve sur le terrain.</p> <p>Encouragez le joueur avant à éviter de faire face à son partenaire pendant un échange.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant la première leçon.</p> <p>Une surveillance générale est requise après la première leçon.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant l'installation de l'équipement.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>nombreux modèles de lunettes qui incluent une courroie, mais peuvent également être portées sans elle. Si les lunettes de protection ne tiennent pas sur le visage de l'élève, l'enseignant peut lui recommander de toujours utiliser la courroie.</p>				

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Hockey-balle et hockey en salle

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Vérifiez régulièrement que les lames des bâtons sont solidement fixées au manche. Vérifiez si la lame du bâton présente des fissures et assurez-vous que le bâton convient à la taille de l'élève.</p> <p>Utilisez uniquement des bâtons de hockey-balle en plastique ou des bâtons de hockey réglementaires.</p> <p>Les gardiens de but doivent porter un masque protecteur, des jambières et un plastron (p. ex., un casque de hockey avec grille, un masque de balle molle). Les gardiens de but doivent porter des gants qui conviennent à l'activité</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu doivent être exemptes d'obstacles (p. ex., tables, chaises, pianos) et doivent offrir une bonne adhérence.</p> <p>La surface de jeu offrira une bonne adhérence.</p> <p>Les douilles de plancher doivent avoir des couvercles.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux et les activités doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Seuls les joueurs en action sur le terrain peuvent avoir un bâton.</p> <p>Les règlements suivants doivent être respectés sous peine de pénalités :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aucun contact physique.</li> <li>▪ Aucun contact bâton contre corps ou bâton contre bâton.</li> <li>▪ aucun lancer frappé.</li> </ul> <p>Pour protéger le gardien de but, délimitez une enceinte de but qu'aucun autre joueur ou bâton ne doit franchir.</p> <p>Les bâtons doivent demeurer sous la taille.</p> <p>Les pénalités pour les infractions commises avec le bâton doivent être strictement imposées.</p> <p>Les gardiens de but doivent rester dans l'enceinte de but durant le jeu.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>(p. ex., gant de baseball ou de balle molle).</p> <p>Utilisez une balle « molle » (p. ex., P30, P40, balle en mousse, balle de fil retors, rondelle de plastique ou de caoutchouc mou).</p>			<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Baseball/balle dure

Le baseball (balle dure) est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse. On peut présenter des versions adaptées du jeu grâce à la balle molle (consultez les lignes directrices pour la balle molle).

## Basketball, bordenball, endball, balle au but

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Lorsque le prolongé d'un élève pourrait lui faire percuter le mur ou l'estrade, des matelas protecteurs ou des coussinets doivent être disposés au-delà de l'aire de jeu.</p> <p>Les matelas protecteurs qui recouvrent le mur doivent atteindre au moins 1,8 m (6 pi) de haut, à partir du haut de la plinthe (au maximum à 10 cm [4 po] du plancher), et faire au moins 4,8 m (16 pi) de largeur.</p> <p>Lorsque l'estrade est située près de la ligne de fond, des matelas d'exercice doivent recouvrir les rebords de</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles.</p> <p>Il est recommandé de recouvrir les coins et les rebords inférieurs du panneau rectangulaire de coussinets protecteurs.</p> <p>La surface de jeu, qu'elle soit intérieure ou extérieure, doit offrir une bonne adhérence.</p> <p>Le treuil servant à faire monter ou descendre le panneau ne doit pas être placé directement sous la structure murale de support.</p> <p>Lorsque la personne monte ou abaisse les paniers à l'aide du treuil manuel ou motorisé, elle doit vérifier que l'aire sous le panier est dégagée.</p> <p>Les douilles de plancher doivent avoir des couvercles.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux et les activités doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Si les installations ne permettent pas un jeu sécuritaire en utilisant les deux paniers latéraux dans un demi-gymnase (p. ex. présence de portes et de radiateurs sous les paniers, d'un mur près de la ligne de fond ou de paniers latéraux fixés au mur), modifiez les règlements en conséquence (p. ex., pas de lancers déposés).</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon les habiletés des participants.</p> <p>Il est défendu de se pendre aux anneaux des systèmes de basketball portatifs.</p> <p>La base des systèmes de basketball portatifs ne doit pas se trouver sur le terrain de jeu.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Les enseignants doivent utiliser des treuils manuels motorisés pour lever ou abaisser les paniers.</p> <p>Les élèves formés peuvent utiliser des treuils manuels s'ils sont sous surveillance constante.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>l'estrade et descendre vers le plancher.</p> <p>Les systèmes de basketball portatifs doivent être munis de poids internes qui les empêchent de basculer ou de bouger.</p> <p>Seul un adulte formé peut déplacer et installer les systèmes de basketball portatifs.</p> <p>La hauteur du panier réglable ne doit pas poser de risque pour la sécurité.</p> <p>Les bancs ne doivent pas présenter d'éclats de bois; ils doivent être stables et leur dessus doit être bien fixé.</p> <p>Les bancs ne doivent pas se trouver près des murs ou de tout autre équipement.</p>			<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Quilles, boulingrin, pétanque

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les élèves doivent porter en tout temps des chaussures appropriées fournies ou approuvées par l'établissement.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La surface des salles de quilles, des installations de boulingrin et des terrains de l'école utilisés doit offrir une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié. Suivez les règles de courtoisie propres à l'installation.</p> <p>Les participants en attente doivent se trouver derrière le lanceur en tout temps et non sur le terrain de jeu.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>S'ils se trouvent à l'extérieur, les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			(consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Ballon balai

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les balais (réglementaires ou autres) doivent convenir à la taille et à l'âge des élèves. Vérifiez qu'il n'y a pas de fissures ou d'éclats de bois.</p> <p>Utilisez des filets de ballon-balai, des filets de hockey ou des cônes comme buts.</p> <p>Utilisez un ballon en mousse, un ballon polyvalent ou un ballon de ballon-balai réglementaire.</p> <p>Les joueurs et le gardien de but doivent avoir l'équipement suivant pour jouer sur la glace :</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pour les parties de ballon-balai sur gazon, sur revêtement asphalté ou sur patinoire, les élèves doivent porter des vêtements qui conviennent aux conditions météorologiques.</p> <p>Pas de patins.</p> <p>Pour les parties de ballon-balai sur glace, les chaussures doivent offrir une bonne adhérence (p. ex., souliers de ballon-balai).</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p><b>Ballon balai sur d'autres surfaces</b></p> <p>Le terrain asphalté doit être exempt d'obstacles (p. ex., poteau de jeu de ballon captif, poteaux de tennis ou de basketball).</p> <p>Le terrain doit être exempt de plaques de glace.</p> <p><b>Ballon balai sur glace</b></p> <p>La glace doit être exempte d'obstacles.</p> <p>Avant de jouer au ballon-balai sur une surface glacée extérieure (p. ex., lac, étang), communiquez avec les autorités locales afin d'être absolument certain que la glace est assez épaisse pour que l'activité soit sécuritaire.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux et les activités doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Le balai doit demeurer sous la taille.</p> <p>La zone de but s'étend sur 2 m (6 pi et 6 po) devant la ligne de but. Aucun élève ou balai ne doit franchir la zone de but, sauf le gardien et son propre balai.</p> <p>Seuls les jeux de ballon-balai sans contact sont permis.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ casque de hockey avec grille complète homologué CSA;</li> <li>▪ gants (p. ex., ballon-balai, hockey);</li> <li>▪ protège-tibias (p. ex., ballon-balai, hockey);</li> <li>▪ coquille ou pelvière;</li> <li>▪ protège-coudes.</li> </ul>			<p>(p. ex., engelures et hypothermie).</p> <p>Surveillez les athlètes dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Escalade : Voies montantes

(Installation portable ou permanente à l'école)

Les élèves grimpent sur des voies simples suspendues à des points d'ancrage situés au plafond.

L'escalade de voies montantes est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse. Cette activité ne fait pas l'objet d'une réglementation provinciale en matière de sécurité.

Consultez la fiche d'activité Escalade : Murs de blocs et de traverse pour obtenir de plus amples renseignements sur les activités d'escalade à faible hauteur.

## Escalade : Murs de blocs et de traverse

(Installation portable ou permanente à l'école; installation permanente à un emplacement commercial)

Les élèves grimpent sur des murs et des blocs plutôt bas, sans cordes, protégés par des matelas.

Convient aux élèves de la maternelle à la douzième année qui participent à une série d'activités, soit en travaillant en groupe de façon autonome, soit en relevant des défis personnels près du sol ou suspendus dans les airs, en respectant les limites recommandées.

*Applicable à toutes les installations intérieures et extérieures.*

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Un matelas doit être en place dans l'aire de réception sous la zone du bloc. La ligne directrice pour l'épaisseur des matelas est de 2,5 cm (1 po) d'épaisseur pour chaque tranche de 30 cm (1 po) de hauteur de mur (les matelas doivent seulement être en place pendant l'activité d'escalade).</p> <p>Les matelas pour l'escalade de blocs sont composés d'une fine couche de mousse haute densité recouvrant une couche plus épaisse de mousse à cellules ouvertes. Les matelas de gymnastique bleus à trois plis conviennent à certaines installations et peuvent être superposés, mais il est recommandé d'utiliser des matelas conçus</p>	<p>Pas de cordons sur les vêtements du haut. Rien autour du cou (p. ex., cravates, foulards).</p> <p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures adaptés aux activités et aux conditions environnementales (p. ex., pas de sandales de plage).</p> <p>Il est souhaitable de porter des chaussures d'escalade; les espadrilles ne sont pas recommandées pour l'escalade de blocs.</p> <p>Pas de vêtements amples qui peuvent poser un risque d'accrochage (p. ex., chandails à capuchon, foulards).</p> <p>Pas de bagues. Les bracelets ou chaînettes d'alerte</p>	<p>L'enseignant superviseur compétent doit s'assurer que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>L'aire d'escalade doit être adaptée au niveau d'habileté, à l'âge et à la taille des élèves (p. ex., parcours variés délimités par du ruban adhésif, défis consistant à saisir les prises de certaines couleurs, jeux permettant une progression des habiletés).</p> <p><b>Règles de hauteur</b></p> <p>Quelle que soit la hauteur du mur de blocs, il faut respecter les lignes directrices suivantes lors de l'escalade du mur :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 6<sup>e</sup> année et moins : les mains des élèves ne</li> </ul>	<p>Les superviseurs doivent connaître les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Critères généraux sous Introduction).</p> <p>Les formulaires de renseignements médicaux complets des élèves qui participent doivent être accessibles.</p> <p>Un élève ayant une blessure ouverte susceptible de transférer des liquides corporels sur la surface d'escalade ne doit pas participer à l'escalade.</p> <p>Les parents ou tuteurs doivent être informés des risques liés aux activités au</p>	<p>L'enseignant superviseur doit être présent pour tous les aspects du programme.</p> <p>Un moyen de transport approprié doit être accessible pour transporter un élève blessé.</p> <p>Lorsque plusieurs élèves grimpent en même temps, la règle est d'un grimpeur par section horizontale de 2,44 m (8 pi) du mur d'escalade afin de s'assurer que les grimpeurs ne se gênent pas les uns les autres.</p> <p>L'enseignant superviseur doit s'assurer qu'il est en mesure d'observer activement les élèves qui grimpent au mur à tout moment pendant l'activité. Il est également chargé de veiller à ce que</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>spécialement pour l'activité, dans la mesure du possible. Les tapis de lutte ne constituent pas un matelas acceptable en raison de leur haute densité.</p> <p>Tout le matériel non fixe doit être inspecté par l'enseignant responsable avant l'activité (matelas et chaussures).</p> <p>Toutes les prises d'escalade doivent être fixées au mur à l'aide de vis à tête creuse de 3/8 po ou de fixations recommandées par le fabricant. Cette opération doit être effectuée par un professionnel expérimenté ou par l'enseignant superviseur compétent s'il a une expérience ou une formation antérieure reconnue et approuvée par le centre régional pour l'éducation.</p>	<p>médicale doivent être retenus par un ruban adhésif. Tout autre bijou posant un risque pour la sécurité doit être retiré ou retenu par un ruban adhésif.</p> <p>Les cheveux longs doivent être recouverts ou attachés.</p>	<p>doivent pas se trouver à plus de 2,43 m (7 pi 8 po) au-dessus de la surface du matelas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <i>7<sup>e</sup> et 8<sup>e</sup> année*</i> : les mains des élèves ne doivent pas se trouver à plus de 3,5 m (10 pi 6 po) au-dessus de la surface du matelas.</li> <li>▪ <i>De la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année*</i> : les mains des élèves ne doivent pas se trouver à plus de 3,7 m (12 pi) au-dessus de la surface du matelas.</li> </ul> <p>* L'enseignant superviseur doit faire preuve de jugement lorsqu'il examine les règles de hauteur recommandées ci-dessus. La taille du corps est un autre facteur à prendre en compte, tout comme l'âge, la force et la souplesse.</p> <p><b>Installations scolaires seulement</b></p> <p>Tout équipement d'escalade fixe (mur, éléments vissés et prises) doit être installé sous la supervision d'un professionnel ayant une formation et une expérience appropriées. Toute construction d'un mur d'escalade doit être</p>	<p>moyen d'un formulaire de consentement signé qui donne la permission à l'élève de participer (ce formulaire peut être rempli dans le cadre du consentement général donné au début de l'année scolaire).</p> <p>Avant la première leçon, les enseignants superviseurs doivent informer les instructeurs d'escalade agréés (s'il ne s'agit pas d'un enseignant) des élèves ayant des besoins spéciaux.</p> <p>Les élèves doivent être informés des risques que comporte chaque activité et des méthodes visant à réduire le risque de blessure.</p> <p>Les enseignants, les superviseurs à l'extérieur de l'enceinte de l'école et les élèves doivent connaître les procédures de sécurité.</p> <p>Les élèves doivent pouvoir choisir un défi selon leur niveau d'aisance (en respectant les règles de hauteur établies).</p> <p>Des affiches intérieures énumérant les règlements doivent être placées près du</p>	<p>l'aire de réception soit sécuritaire et dégagée.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Si l'emplacement est considéré comme un milieu urbain, les instructeurs, y compris l'enseignant superviseur, doivent détenir un certificat de secourisme général en cours de validité.</p> <p>Les instructeurs doivent être titulaires d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné ou d'un certificat équivalent, d'un certificat de secourisme de base en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge canadienne ou d'un certificat de secourisme avancé en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge canadienne, s'il s'agit d'un milieu de type sauvage.</p> <p><b>Installations à l'extérieur de l'enceinte de l'école</b></p> <p>Tous les instructeurs agréés doivent être âgés d'au moins 18 ans et posséder l'expérience nécessaire pour être considérés comme le superviseur responsable des activités d'escalade.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
		<p>approuvée par les gestionnaires des installations à l'échelle régionale.</p> <p>Tout ajout ou retrait d'équipement d'escalade fixe (prises, éléments vissés) doit être effectué uniquement par un professionnel ayant une formation et une expérience appropriées.</p> <p>La construction du mur d'escalade doit être inspectée à son achèvement, puis une fois par an, par un professionnel possédant les compétences et l'expérience appropriées. Cela doit se faire en collaboration avec les gestionnaires des installations à l'échelle régionale.</p> <p>Cette inspection doit être consignée dans un rapport écrit. Les modifications à apporter en raison de faiblesses ou de dégradations de l'équipement notées dans le rapport doivent être effectuées et achevées dans les trois mois suivant la date de l'inspection. Les inspections doivent être correctement consignées et les dossiers connexes doivent être conservés par le</p>	<p>mur d'escalade et être bien visibles.</p> <p>Il est recommandé de couvrir ou de verrouiller les murs de blocs et de traverse ou de les rendre inaccessibles lorsqu'il n'y a pas de surveillance.</p> <p>L'enseignant superviseur compétent, dans la mesure du possible, doit posséder une expérience ou une formation préalable reconnue et approuvée par le centre régional pour l'éducation.</p> <p>L'activité et les techniques présentées doivent être choisies selon les habiletés enseignées. Elles doivent convenir au stade de développement et au niveau d'expérience des élèves. Consultez le programme de développement à long terme de l'athlète de Climbing Escalade Canada pour obtenir de plus amples renseignements (<a href="http://climbingcanada.ca/fr/developpement-a-long-terme-de-lathlete/">http://climbingcanada.ca/fr/developpement-a-long-terme-de-lathlete/</a>).</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
		<p>directeur de l'école dans le cas des installations scolaires.</p> <p>Si, à la suite de l'inspection, on juge qu'un mur n'est pas sécuritaire, il est interdit de l'utiliser avant qu'une nouvelle inspection établisse qu'on peut l'utiliser en toute sécurité.</p> <p><b>Installations à l'extérieur de l'enceinte de l'école</b></p> <p>Toute installation à l'extérieur de l'enceinte de l'école doit être en mesure de démontrer qu'elle respecte toutes les lignes directrices ci-dessus concernant les inspections et qu'elle fournit l'équipement et la surveillance appropriés.</p>		

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Escalade : Mur vertical et activités connexes

(Installation portable ou permanente à l'école; installation permanente à un emplacement commercial)

L'escalade de murs verticaux est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse. Les protocoles d'inspection sont encore en suspens.

Consultez la fiche d'activité Escalade : Murs de blocs et de traverse pour obtenir de plus amples renseignements sur les activités d'escalade à faible hauteur.

## Escalade : Aventure – Parcours d’obstacles

(Installations permanentes : emplacements scolaires et éducatifs, et emplacements commerciaux)

Convient aux élèves de la neuvième à la douzième année qui participent à une série d’activités, soit en travaillant en groupe de façon autonome, soit en relevant des défis personnels près du sol ou suspendus dans les airs.

L’escalade à la corde et les parcours d’obstacles sont déconseillés pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse. Les protocoles d’inspection sont encore en suspens.

Consultez la fiche d’activité Escalade : Murs de blocs et de traverse pour obtenir de plus amples renseignements sur les activités d’escalade à faible hauteur.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l’équipement peut être utilisé en toute sécurité. L’équipement doit être de fabrication commerciale, conçu précisément pour l’activité d’escalade prévue et conforme à au moins l’une des normes suivantes : Union of International Alpine Association (UIAA), Union européenne (Conformité européenne [CE]), Association canadienne de</p>	<p>Des vêtements et des chaussures adaptés aux activités choisies doivent être portés : pas de hauts ou de bas amples, pas de cordons sur les vêtements du haut, chaussures fermées dotées d’une semelle solide.</p> <p>Pas de sandales couvrant les orteils; les participants doivent porter des chaussures à bout fermé.</p> <p>Rien autour du cou (p. ex., cravates, foulards, bijoux).</p> <p>Tout autre bijou posant un risque pour la sécurité doit être retiré ou retenu par un ruban adhésif.</p> <p>Les cheveux longs doivent être recouverts ou attachés.</p>	<p>Le site doit être pourvu d’un manuel écrit des politiques et procédures de gestion et de fonctionnement de toutes les activités du parcours d’obstacles.</p> <p>Les activités du parcours d’obstacles sélectionnées doivent être adaptées au niveau d’habileté, à l’âge et à la taille des élèves.</p> <p>Tous les éléments du parcours d’obstacles doivent avoir été installés ou avoir subi une inspection de sécurité professionnelle annuelle par un professionnel des parcours d’obstacles qualifié, tel qu’il est indiqué dans la version la plus récente des normes <i>Association for Challenge</i></p>	<p>Le personnel du parcours d’obstacles doit connaître les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Critères généraux). Les formulaires de renseignements médicaux complets des élèves qui participent doivent être accessibles.</p> <p>Le programme doit être conçu par le gérant du parcours d’obstacles afin de répondre aux besoins d’apprentissage cernés par l’enseignant.</p> <p>Les risques liés à ces activités doivent être communiqués aux parents ou aux tuteurs.</p>	<p><b>Surveillance générale</b></p> <p>Un ou plusieurs enseignants responsables désignés et un ou plusieurs gérants de parcours d’obstacles doivent être présents (sur place) pour tous les aspects du programme.</p> <p>Un moyen de transport approprié doit être accessible pour transporter un élève blessé.</p> <p><b>Qualifications applicables aux installations permanentes dans les emplacements scolaires, éducatifs et emplacements commerciaux</b></p> <p>Tous les gérants de parcours d’obstacles membres de l’ACCT doivent être titulaires</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>normalisation (CSA), American Society for Testing and Materials standards (ASTM).</p> <p>Les cordes d'escalade homologuées (voir les organismes ci-dessus) doivent être compatibles avec le dispositif d'assurage choisi et l'activité d'escalade.</p> <p>Des casques homologués (voir les organismes ci-dessus) de fabrication commerciale conçus précisément pour l'escalade doivent être portés par tous les élèves qui ne sont pas au sol ou qui se trouvent sous une activité en cours.</p> <p>Le port d'un baudrier ou d'un cuissard d'escalade homologué (voir les organismes ci-dessus) qui convient à l'âge et à la taille du grimpeur est obligatoire.</p> <p>Les dispositifs d'assurage doivent être reliés à l'aide d'un mousqueton à bague vissée en D pouvant supporter au moins 22,2 kN/2 200 kg/4 945 lb lorsque des coinces à friction ou à cames de</p>	<p>Aucun chapeau ni tuque ne doit être porté sous le casque.</p>	<p><i>Course Technology (ACCT) Challenge Course Standards.</i></p> <p>Cette inspection doit être consignée dans un rapport écrit conformément aux normes <i>ACCT Challenge Course Inspection Standards.</i></p> <p>Il convient d'effectuer l'entretien ou d'apporter les modifications nécessaires aux éléments mentionnés dans le rapport.</p> <p>Tous les obstacles du parcours doivent être inspectés par le gérant du parcours d'obstacles désigné avant chaque programme (instructeur d'élément de parcours d'obstacles : niveau 1 ou 2, ou gérant de parcours (ACCT).</p> <p>Le parcours d'obstacles doit être géré et utilisé selon les normes ACCT les plus récentes. Ces dernières comprennent la désignation d'un gérant de parcours d'obstacles qui est chargé de superviser le personnel et les activités du parcours d'obstacles.</p>	<p>Un formulaire d'autorisation permettant à l'élève de participer doit être signé par un parent ou un tuteur et conservé à l'école.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction). Le manuel des politiques et des procédures doit inclure un plan de mesures d'urgence conforme aux normes <i>ACCT Challenge Course Standards</i> les plus récentes.</p> <p>Les enseignants, les instructeurs et les élèves doivent connaître les procédures de sécurité. L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Un entraînement à choix de défi doit permettre aux élèves de sélectionner des activités.</p> <p>Lorsque les élèves sont assureurs, un cours d'initiation doit être donné conformément aux normes</p>	<p>d'un certificat en cours de validité (remontant à moins de trois ans) attestant qu'ils ont suivi avec succès une formation dispensée par une entreprise de formation professionnelle agréée et reconnue en matière de parcours d'obstacles.</p> <p><i>S'il n'y a pas de certificat en cours de validité, un ensemble d'habiletés pertinentes définies par des professionnels des parcours d'obstacles reconnus est acceptable.</i></p> <p><b>Qualifications applicables à toutes les installations</b></p> <p>Les instructeurs du parcours d'obstacles doivent être âgés d'au moins 18 ans pour pouvoir donner le cours d'initiation.</p> <p>Les personnes formées qui démontrent les habiletés d'instruction requises et qui sont âgées de 17 ans ou moins peuvent participer à la prestation du programme, mais doivent se trouver sous la surveillance directe d'un gérant de parcours d'obstacles qualifié.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>fabrication commerciale sont utilisés.</p> <p>Les matelas ne sont pas appropriés, <i>quel que soit leur type</i>.</p> <p>Tout l'équipement doit être inspecté par le gérant du parcours d'obstacles désigné avant chaque programme (instructeur de parcours d'obstacles : niveau 1 ou 2, ou gérant de parcours (<i>The Association for Challenge Course Technology [ACCT]</i>)).</p>			<p><i>ACCT Challenge Course Standards.</i></p> <p>Le ratio grimpeur/assureur est de 1:1, à moins que des activités supplémentaires ne nécessitent un assureur supplémentaire pour appuyer l'activité en cours.</p> <p>Un instructeur sur place doit être qualifié pour secourir un grimpeur fatigué ou coincé.</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ les conditions météorologiques (p. ex., la température, les vents violents);</li> <li>▪ l'entraînement antérieur des élèves;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ une hydratation adéquate et la disponibilité de boissons empêchant la déshydratation et d'aliments.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les moyens de se protéger :</p>	<p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Un instructeur de parcours d'obstacles doit être titulaire d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné en cours de validité; il doit s'agir au minimum d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge, ou l'équivalent, si le cours se déroule dans un milieu éloigné ou de type sauvage.</p> <p>Si l'endroit est considéré comme un milieu urbain, les instructeurs du parcours d'obstacles, y compris l'enseignant responsable, doivent détenir un certificat de secourisme général en cours de validité et les superviseurs qui les appuient doivent posséder au moins un certificat de secourisme d'urgence.</p> <p><b>Ratios</b></p> <p>Applicable à tous les parcours d'obstacles : les gérants et les instructeurs de parcours d'obstacles doivent être âgés d'au moins 18 ans pour superviser un programme.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire*);</li> <li>▪ contre les insectes (p. ex., insectifuge*; les produits à base de DEET sont interdits sur un parcours d'obstacles).</li> </ul> <p>* S'ils utilisent un écran solaire ou un insectifuge, les élèves doivent se laver les mains avant de manipuler l'équipement d'escalade.</p>	<p>Ratio des élèves qui sont assureurs : un instructeur pour quatre grimpeurs actifs.</p> <p><b>Après la première leçon</b></p> <p>Lorsqu'un parcours comprenant de nombreux obstacles est utilisé, le ratio global instructeur/élèves ne doit pas dépasser 1:16, avec un minimum de deux instructeurs.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Escalade : Tyrolienne et équivalents

(Installation portable ou permanente à l'extérieur de l'enceinte de l'école; installation permanente à un emplacement commercial)

La tyrolienne et ses équivalents sont déconseillés pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

Consultez la fiche d'activité Escalade : Murs de blocs et de traverse pour obtenir de plus amples renseignements sur les activités d'escalade à faible hauteur.

## Jeux de coopération

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité (p. ex., les cerceaux ne sont pas cassés ou pliés).</p> <p>L'équipement doit convenir à la taille, au poids et à l'âge des élèves, ainsi qu'à leur niveau d'habileté.</p> <p>Tous les ballons doivent être correctement gonflés.</p>	<p>Les élèves doivent porter une tenue appropriée.</p> <p>Des espadrilles appropriées doivent être bien attachées aux pieds.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p> <p>Les cheveux longs doivent être attachés.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>L'aire d'activité doit être exempte de dangers (p. ex., équipement dans les coins et sur la touche).</p> <p>Le revêtement de sol doit offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p> <p>Les installations intérieures autres que le gymnase (p. ex., foyer, salle de classe, couloir, hall) doivent permettre aux élèves de se déplacer librement (consultez la section Sécurité dans les salles d'activités, à l'annexe C).</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié (p. ex., faire un pas dans un cerceau au sol avant d'être invité à courir dans et hors des cerceaux).</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent savoir comment se déplacer en toute sécurité dans l'espace individuel et l'espace global.</p> <p>Établissez des règles pour la distribution et la restitution de l'équipement.</p> <p>Prévoyez des périodes d'échauffement et de récupération appropriées.</p> <p>Course et relais :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ les élèves ne doivent pas avoir les yeux bandés;</li> <li>▪ il est défendu de courir à reculons;</li> <li>▪ chaque participant au relais doit avoir son propre couloir;</li> <li>▪ les élèves doivent savoir que le niveau de risque augmente si les jambes sont attachées ensemble.</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Insistez auprès des élèves sur la forme que doit prendre la coopération.</p> <p>Pour les jeux de poursuite :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ définissez clairement les parties du corps qui peuvent être touchées (p. ex., bras, dos, jambes);</li> <li>▪ expliquez aux élèves qu'une simple pression est suffisante. Il est défendu de pousser, d'agripper ou de donner des coups;</li> <li>▪ les bloqueurs, lorsqu'ils sont permis, ne doivent pas avoir de contacts physiques intentionnels avec le poursuiveur (corps, bras ou jambes). Ils doivent plutôt se placer devant le poursuiveur.</li> </ul> <p>Il est interdit d'utiliser les murs et les estrades comme points de virage ou zones d'extrémité. Un marqueur (p. ex., ligne, cône) bien défini doit être placé à distance du mur.</p> <p>Établissez des règles et des procédures dans le gymnase (p. ex., signaux d'arrêt et de</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>départ) avant d'aller à l'extérieur.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, commotion cérébrale antérieure, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Cricket et ses variantes (cricket Kanga, cricket à guichet unique, cricket continu)

Le jeu officiel du cricket est déconseillé pour les élèves de la Nouvelle-Écosse de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Utilisez un jeu de boules officiel de cricket Kanga ou modifiez l'équipement, par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ balles en plastique ou balles molles;</li> <li>▪ battes;</li> <li>▪ cônes pour le guichet.</li> </ul> <p><b>Pour les élèves de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année seulement</b></p> <p>Des battes de cricket, des piquets de guichet et des balles réglementaires doivent être utilisés.</p> <p>Les batteurs et le gardien de guichet doivent porter des</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Il est défendu de porter des chaussures de cricket à clous.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les champs extérieurs doivent être exempts de débris et d'obstacles et offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves. L'enseignant doit s'assurer que l'aire permet de jouer en toute sécurité.</p> <p>Pour les jeux d'intérieur, la surface de jeu et ses environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., table, chaises, pianos) et offrir une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les lancers courts et les lancers intentionnels à la tête sont interdits.</p> <p>Les élèves passifs doivent demeurer dans un endroit désigné situé à une distance sécuritaire du batteur.</p> <p>Le lanceur qui se tient derrière une ligne désignée doit loper ou faire rouler la balle (primaire/cycle moyen) vers le guichet du frappeur.</p> <p>Des lancers à bras tendu par-dessus la tête pourraient être effectués au niveau intermédiaire.</p> <p>Le gardien de guichet doit se tenir à une distance sécuritaire derrière le premier batteur.</p> <p>Le niveau de forme physique d'un élève doit correspondre au niveau de compétition.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>protecteurs et des gants de cricket approuvés.</p> <p>Pour les lancers rapides, le batteur doit porter un casque de cricket homologué.</p> <p>Une balle plus molle doit être utilisée pour les exercices et les jeux de cricket en salle.</p>			<p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>S'ils se trouvent à l'extérieur, les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Curling

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les pierres fabriquées sous la surveillance du personnel de l'école ne doivent pas poser de risque pour la sécurité.</p> <p>Les règlements du club de curling concernant l'équipement doivent être respectés.</p> <p>Des casques de hockey homologués CSA doivent être portés.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Les vêtements et les chaussures portés doivent convenir aux activités pratiquées par temps froid.</p> <p>Il faut porter des chaussures de curling munies d'une semelle antidérapante amovible sur le soulier glissant, ou des chaussures avec une semelle glissante amovible, ou recouvrir de ruban la semelle d'une chaussure pour qu'elle soit lisse.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Une piste de curling peut être utilisée.</p> <p>Une patinoire extérieure peut être utilisée.</p> <p>Avant de jouer au curling sur une surface extérieure (p. ex., lac, étang), communiquez avec les autorités locales afin d'être absolument certain que la glace est assez épaisse pour que l'activité soit sécuritaire.</p> <p>La surface de curling doit être exempte d'obstacles et de fissures dangereuses.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Enseignez les règles de courtoisie et de sécurité avant de vous rendre à la piste de curling.</p> <p>Tous les joueurs de curling doivent respecter les règles de courtoisie.</p> <p>Un enseignement hors glace, comprenant les règles de sécurité, doit précéder l'enseignement sur la glace.</p> <p>Demandez aux élèves de ne pas enjamber les pierres de curling, mais de marcher autour.</p> <p>Demandez aux élèves de ne jamais soulever les pierres de curling, sauf pour effectuer un lancer.</p> <p>Mettez en place des habitudes sécuritaires pour retirer les pierres de la maison.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., engelures et hypothermie).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Cyclisme

Le cyclisme se pratique sur des surfaces asphaltées (p. ex., pistes cyclables, routes). Si l'activité de cyclisme se déroule également sur des pistes et des itinéraires hors route, consultez la fiche d'activité Plein air : Vélo de montagne.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>L'enseignant doit inspecter tous les vélos avant leur utilisation pour vérifier qu'ils sont en bon état (p. ex., les freins fonctionnent, les pneus sont correctement gonflés, les boulons sont serrés, les roues sont serrées, les vitesses passent).</p> <p>Ensemble, l'enseignant et l'élève doivent inspecter le vélo de l'élève, qu'il s'agisse du vélo de l'élève ou qu'il soit emprunté ou loué, avant de l'utiliser. Vérifiez si les freins fonctionnent, si les pneus</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les vêtements ne doivent pas entraver le fonctionnement de la chaîne du vélo. Utilisez des pinces à pantalon, au besoin.</p> <p>Les vêtements doivent convenir à l'activité de plein air.</p> <p>Pas de chaussures à bout ouvert ni de sandales.</p> <p>Aucun bijou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que tous les sentiers, routes et installations peuvent être utilisés en toute sécurité.</p> <p>Choisissez le parcours avec soin en tenant compte de la longueur, de la surface de la route, de l'inclinaison des pentes, de la fréquence de la circulation, de la complexité des intersections, des passages à niveau, du soleil et du vent.</p> <p>Avant de suivre un parcours pour la première fois, l'enseignant ou le superviseur doit le parcourir afin de s'assurer qu'il est convenable et sécuritaire.</p> <p>Donnez aux élèves une carte routière ou des indications claires.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Il est recommandé de suivre le programme « Making Tracks Cycling » (en anglais seulement) : <a href="http://www.saferoutesns.ca/programs/making-tracks">www.saferoutesns.ca/programs/making-tracks</a>.</p> <p>Enseignez aux élèves le port correct du casque de vélo.</p> <p>Les excursions doivent être prévues durant le jour.</p> <p>Les élèves doivent démontrer à l'enseignant ou au superviseur qu'ils peuvent rouler en ligne droite, s'arrêter, changer de vitesse, tourner, utiliser les signaux de la main, vérifier l'angle mort (en regardant derrière) et dépasser avant de quitter l'enceinte de l'école.</p> <p>Il faut insister sur le contrôle du vélo.</p> <p>Demandez aux participants de se tenir à une distance de sécurité les uns des autres</p>	<p>Une surveillance générale est requise.</p> <p>L'enseignant ou le superviseur reste à l'arrière du groupe, et un superviseur ou un moniteur reste à l'avant.</p> <p>Un élève responsable peut faire office de moniteur en tête du groupe ou servir de superviseur supplémentaire.</p> <p>Les ratios superviseur/élèves sont les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 6 élèves (de la maternelle à la 3<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 enseignant pour 10 élèves (de la 4<sup>e</sup> à la 6<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 enseignant pour 15 élèves (en 7<sup>e</sup> et en 8<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 enseignant pour 25 élèves (en 9<sup>e</sup> et en 10<sup>e</sup> année);</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>sont correctement gonflés, si les boulons et les roues sont bien serrés, si les vitesses passent, etc.</p> <p>La taille du vélo doit convenir au cycliste.</p> <p>Tous les cyclistes doivent porter un casque de vélo bien ajusté qui respecte les normes CSA, CSPC, Snell, ANSI, ASTM, BSI ou AS.</p> <p>Un superviseur doit porter ce qui suit pour l'ensemble du groupe :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ trousse de premiers soins;</li> <li>▪ trousse de dépannage de cyclisme, comprenant une pompe, une chambre à air de rechange et un outil polyvalent;</li> <li>▪ dispositif de signalisation (p. ex., sifflet).</li> </ul>			<p>(p. ex., 2 à 3 m) pour éviter les collisions et les trébuchements.</p> <p>Un registre indiquant les noms des élèves et le parcours suivi doit être laissé à l'école, aux soins du personnel compétent.</p> <p>Utilisez un système de groupement approprié (p. ex., système de surveillance mutuelle).</p> <p>L'utilisation d'appareils audio (p. ex., lecteurs MP3, applications musicales sur les téléphones) est interdite.</p> <p>L'enseignant ou le superviseur doit connaître les prévisions météorologiques.</p> <p>L'activité de cyclisme doit être annulée en cas de conditions défavorables.</p> <p>La course à vélo n'est pas une activité appropriée durant les cours.</p> <p>Les élèves doivent connaître les moyens de se protéger :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire);</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 30 élèves (en 11<sup>e</sup> et en 12<sup>e</sup> année).</li> </ul> <p>Un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité.</p> <p>Un superviseur doit être chargé d'administrer les premiers soins à un élève blessé. Cette personne doit être présente pendant toute la durée de l'activité.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ contre les insectes (p. ex., insectifuge).</li> </ul> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures d'urgence à suivre en cas d'accident (p. ex., s'ils éprouvent des difficultés, les élèves doivent descendre et marcher à côté du vélo jusqu'à ce qu'ils puissent remonter sur le vélo en toute sécurité).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents; consultez la section Protocole en cas de foudre à l'annexe C : Gestion des risques).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Danse et activités rythmiques

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>L'équipement électrique doit être en bon état et situé à une distance sécuritaire de l'activité.</p> <p>Les massues de gymnastique rythmique sont interdites.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Il est permis d'être pieds nus.</p> <p>Les chaussons de gymnastique ou les espadrilles sont des chaussures appropriées.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs (p. ex., gymnase ou grande pièce) doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p> <p>Les douilles de plancher doivent avoir des couvercles.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Montrez aux élèves comment utiliser l'équipement (p. ex., rubans) en toute sécurité.</p> <p>Modifiez les activités selon l'âge et les capacités des élèves; p. ex., les lancers d'équipement (cordes, rubans, cerceaux, etc.) doivent être faits à faible hauteur.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise pour les activités rythmiques.</p> <p>Une surveillance générale est requise pour la danse.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plongeon : Tremplin ou plateforme

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Il faut disposer de l'équipement de sécurité standard indiqué par la Nova Scotia Life Saving Society et les règlements de natation de la Croix-Rouge canadienne, notamment :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ bouées circulaires;</li> <li>▪ perches;</li> <li>▪ planches dorsales;</li> <li>▪ trousse de premiers soins;</li> <li>▪ téléphone d'urgence.</li> </ul>	<p>Tenue de bain appropriée.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Les cheveux doivent être attachés pour ne pas obstruer la vue.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Assurez-vous que le tremplin (planche) et le pivot réglable sont en bon état.</p> <p>La profondeur de l'eau doit respecter les règles établies par l'Association canadienne de plongeon amateur (CADA).</p> <p><i>Il est interdit d'utiliser des piscines privées.</i></p> <p>Les tremplins doivent être propres et antidérapants.</p> <p>Les supports des tremplins doivent être bien boulonnés et exempts de vibrations.</p> <p>Il faut vérifier les charnières et remplacer les bagues au besoin.</p> <p>Le pivot doit être réglable et lubrifié. Il doit se déplacer sur toute la longueur prévue.</p> <p>La planche doit être de niveau.</p> <p>La hauteur doit être de 1 m (3 pi) ou 3 m (10 pi) au-</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux et activités doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent respecter les règlements suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ une seule personne peut utiliser le tremplin à la fois;</li> <li>▪ nager vers le bord de la piscine après un plongeon, tel que l'aura demandé l'instructeur;</li> <li>▪ pas de course ni de bousculade autour de la piscine;</li> <li>▪ s'assurer que la zone de plongeon est dégagée avant d'effectuer un plongeon;</li> <li>▪ aucun plongeon dans l'eau peu profonde;</li> <li>▪ pas de gomme à mâcher;</li> <li>▪ pas de lunettes de natation;</li> <li>▪ pas de bouchons d'oreille;</li> <li>▪ pas de souliers autour de la piscine.</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place par l'enseignant est requise.</p> <p>L'instructeur de plongeon doit assurer une surveillance visuelle constante pendant la première leçon, sur chaque plongeon et pour chaque plongeur.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs de plongeon</b></p> <p>Les instructeurs doivent détenir la certification de la CADA, niveau 1, s'ils enseignent des techniques de plongeon autres que le plongeon avant.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour l'enseignement de la natation</b></p> <p>L'enseignement de la natation peut comprendre des jeux organisés, des relais, etc., mais il ne comprend <i>pas</i> de baignade libre non organisée.</p> <p><i>Au moins deux instructeurs de natation agréés</i> doivent être présents dans la piscine ou sur le bord.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
		<p>dessus de la surface de l'eau (+/- 2 cm ou 0,75 po).</p>	<p>Informez les élèves des procédures d'urgence.</p> <p>Mettez en place des stratégies pour augmenter la confiance et la sécurité (p. ex., port d'un t-shirt pendant l'apprentissage de nouveaux plongeurs, jets d'eau en fonctionnement).</p> <p>Avant de plonger, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> <li>▪ nager 50 m (164 pi) de façon continue peu importe le style de nage.</li> </ul> <p>Les éléments du test doivent être exécutés dans l'ordre, sans aide et sans arrêt.</p> <p>Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test. Il est conforme à la norme Nager pour survivre<sup>MD</sup> de la Société de sauvetage.</p>	<p>Le ratio de surveillance est de 2 instructeurs pour 50 élèves, les deux instructeurs étant agréés tel qu'il est indiqué ci-dessous.</p> <p>En présence de 51 à 75 élèves, un instructeur ou sauveteur agréé supplémentaire (NLS) est requis. L'instructeur doit également posséder les certificats indiqués ci-dessous.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs de natation</b></p> <p>Les <i>deux instructeurs</i> doivent être titulaires de l'un des certificats en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur du YMCA;</li> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p><i>Un instructeur</i> doit également maintenir la</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p><i>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation susmentionné ou qui ne possèdent pas la certification indiquée ne doivent pas participer au plongeon.</i></p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>validité des certificats suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général (p. ex., Croix-Rouge canadienne, Nova Scotia Lifesaving Society, Ambulance Saint-Jean, Organisation de la patrouille canadienne de ski).</li> </ul> <p><b>Ratios</b></p> <p>Maximum de 12 élèves pour 1 instructeur de plongeon agréé, plus un sauveteur à un ratio de 1:30.</p> <p><b>Remarque :</b> Des copies certifiées conformes des certificats doivent être disponibles à la piscine.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour la nage récréative si elle suit l'enseignement du plongeon</b></p> <p>(Baignade libre; pas d'enseignement.) Les enseignants doivent accompagner les élèves jusqu'à la piscine et demeurer dans la piscine ou</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				<p>sur le bord pendant la baignade récréative ou libre.</p> <p>Pour la baignade récréative ou libre, le seul certificat de sauveteur acceptable est celui de la NLS.</p> <p>Le ratio minimum de sauveteurs (agréés par la NLS) par rapport aux nageurs sur le bord et dans la piscine est le suivant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ de 1 à 125 baigneurs : 2 sauveteurs (si l'enseignant est agréé par la NLS, il peut être l'un des deux sauveteurs; il n'est alors pas nécessaire d'avoir une troisième personne);</li> <li>▪ de 126 à 250 baigneurs : trois sauveteurs (si l'enseignant est agréé par la NLS, il peut être l'un des trois sauveteurs; il n'est alors pas nécessaire d'avoir une quatrième personne).</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Toute personne se trouvant à moins de 1,8 m (6 pi) du bord de l'eau est considérée comme un nageur.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Jeux de poursuite

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Utilisez des objets mous (p. ex., balles en mousse, éponges, ballons de plage, ballons peau d'éléphant).</p> <p>L'équipement ne doit pas avoir de rebord dur ou tranchant.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu doivent être exemptes d'obstacles (p. ex., pupitres, chaises, pianos) et doivent offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p> <p>Délimitez l'aire de jeu afin que les élèves soient en sécurité à proximité des portes et des ouvertures, ou envisagez de fermer les portes et les ouvertures.</p> <p>Prévoyez assez d'espace pour tous les participants.</p> <p>L'enseignant doit définir (et indiquer aux élèves) des lignes de démarcation claires pour les jeux qui se déroulent sur de grandes surfaces.</p> <p>Les enseignants doivent effectuer une ronde de contrôle de sécurité pour</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié. Il est recommandé de choisir des jeux sans élimination pour maximiser la participation.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p><b>Jeux de poursuite</b></p> <p>Durant les jeux où les participants ont le droit de bloquer le poursuiveur (p. ex., poursuite triangle et poursuite train), le <i>poursuiveur</i> ne doit pas tenter de pousser les bloqueurs pour se frayer un chemin ou d'atteindre sa cible à travers les bloqueurs. Il doit plutôt les contourner pour atteindre sa cible.</p> <p>Les <i>bloqueurs</i> ne doivent pas avoir de contacts physiques intentionnels avec le poursuiveur (corps, bras ou jambes). Ils doivent plutôt se placer devant le poursuiveur et lui bloquer l'accès pour le forcer à contourner les bloqueurs.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise pour les jeux de poursuite.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
		<p>cerner et éliminer les dangers potentiels.</p> <p>Les dangers fixes (p. ex. poteaux de but) doivent être marqués à l'aide de cônes et signalés aux élèves.</p> <p>Les douilles de plancher doivent avoir des couvercles.</p>	<p>Définissez clairement les parties du corps qui peuvent être touchées (p. ex., bras, dos, jambes).</p> <p>Expliquez aux élèves qu'une simple pression est suffisante. Il est défendu de pousser, d'agripper ou de donner des coups.</p> <p>Les jeux doivent se dérouler à une vitesse appropriée pour l'endroit où ils ont lieu (p. ex., marcher rapidement au lieu de courir si le jeu de poursuite a lieu dans un espace limité, comme dans une salle multifonctionnelle).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Escrime

L'escrime est déconseillée pour les élèves en éducation physique de Nouvelle-Écosse de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les élèves et le personnel doivent inspecter l'équipement régulièrement; ce dernier doit être réparé ou remplacé au besoin.</p> <p>Des masques, des vestes, des gants et des fleurets avec bouts de caoutchouc doivent être utilisés.</p> <p>Consultez la section Équipement dans l'introduction en ce qui concerne l'équipement apporté de la maison pour être utilisé en classe.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les élèves doivent porter un chandail à manches longues ou un chandail en molleton et un pantalon.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces utilisées doivent être exemptes de débris ou d'obstacles et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>L'activité doit être axée sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les élèves doivent être supervisés directement par l'instructeur durant un affrontement.</p> <p>Tout l'équipement doit être porté pour pouvoir affronter un adversaire.</p> <p>Les élèves doivent connaître toutes les règles de sécurité de ce sport.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise pendant l'enseignement.</p> <p>Une surveillance visuelle constante est requise pendant un affrontement.</p> <p>L'enseignement de l'escrime exige un certificat approprié délivré par un organisme de réglementation provincial.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
L'équipement apporté de la maison doit être transporté en toute sécurité dans un boîtier.				

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Hockey sur gazon

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Il faut vérifier régulièrement que les bâtons ne sont pas fendus.</p> <p>Il faut utiliser une balle molle d'intérieur.</p> <p>Le gardien de but doit porter un casque de hockey avec grille homologué CSA et un équipement complet de gardien de but, y compris un protège-cou.</p> <p>Tous les joueurs doivent disposer de protège-tibias.</p> <p>Les bâtons de hockey sur gazon réglementaires doivent être utilisés pour les activités extérieures. Les bâtons de hockey sur gazon d'intérieur</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bagues, de montres ou de bijoux qui pendent.</p> <p>Il est interdit de porter des chaussures à crampons.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La surface de jeu doit être vérifiée régulièrement. Elle doit être exempte de débris et offrir un bon appui.</p> <p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p> <p>Les douilles de plancher doivent avoir des couvercles.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les bâtons ne doivent jamais s'élever au-dessus de la taille.</p> <p>Délimitez une enceinte de but de la taille d'un but de soccer pour protéger le gardien.</p> <p>Aucun autre élève ou bâton ne doit franchir l'enceinte de but.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>doivent être utilisés pour les activités connexes, au gymnase.</p> <p>Bien que les bâtons de hockey sur gazon réglementaires soient recommandés, utilisez un équipement adapté à l'âge et aux capacités des élèves (p. ex., bâtons de hockey-balle, balle molle).</p>			<p>Modifiez les habiletés et les règlements pour qu'ils conviennent à l'âge et aux capacités des élèves (p. ex., pas de gardien de but).</p> <p>Si une balle réglementaire est utilisée et qu'il y a un gardien de but, l'équipement indiqué doit être utilisé.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Activités d'entraînement physique

Cette fiche concerne les exercices d'aérobique, d'entraînement en circuit, de yoga (veuillez recouper les consignes avec les lignes directrices relatives aux activités de yoga), de Pilates, etc., utilisant un équipement varié (p. ex., barre horizontale, ballon d'exercice, glissoires, escaliers, bandes tubulaires élastiques, ballon médicinal, planche d'équilibre).

Consultez la section Sécurité dans les salles d'activités, à l'annexe C.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>La taille et le poids de tout l'équipement d'entraînement physique doivent convenir à l'élève.</p> <p>L'utilisation de poids libres est interdite de la maternelle à la 5<sup>e</sup> année.</p> <p>L'équipement électrique doit être en bon état.</p> <p>Les escaliers et les glissoires doivent être dotés d'un matériau antidérapant.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p> <p>Pour permettre une circulation fluide, prévoyez suffisamment d'espace entre :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ les activités d'entraînement physique et l'équipement;</li> <li>▪ l'équipement d'entraînement physique et les murs et portes.</li> </ul> <p>Les activités sur les estrades doivent être stationnaires seulement (p. ex., tubes élastiques, barre horizontale, étirements).</p> <p>Les salles d'entraînement physique doivent être</p>	<p>Les activités doivent se dérouler en suivant un ordre approprié :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ échauffement;</li> <li>▪ force musculaire/endurance;</li> <li>▪ travail maximal;</li> <li>▪ récupération.</li> </ul> <p>Modifiez les activités d'entraînement physique selon les habiletés des élèves, les installations et l'équipement disponible.</p> <p>Lorsque les activités d'entraînement physique constituent la partie principale du cours, il faut prévoir des périodes d'échauffement et de récupération appropriées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Tout enseignant qui ne connaît pas bien l'utilisation de l'équipement d'entraînement physique et les disciplines (p. ex., Pilates et yoga) doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ demander de l'aide au personnel de soutien compétent;</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ s'abstenir d'enseigner jusqu'à ce qu'il ait reçu de l'aide;</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ obtenir un certificat « Canada Fitness Standard » ou l'équivalent (p. ex., Canfitpro; <a href="https://www.canfitpro.com/french/">https://www.canfitpro.com/french/</a>).</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Les activités intra-muros ou les activités de</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Les tubes et les bandes élastiques doivent convenir à la condition physique du participant (p. ex., longueur et tension appropriées).</p> <p>Placez un matelas polyvalent directement sous les agrès en hauteur (p. ex., barre horizontale, panneau perforé).</p>		<p>verrouillées lorsqu'elles ne sont pas surveillées.</p>	<p>(consultez la section Introduction).</p> <p>Il est possible d'effectuer un entraînement contre résistance afin de favoriser l'endurance, en réalisant un grand nombre de répétitions ou en utilisant des poids légers.</p> <p>Les élèves doivent commencer sans charge (résistance). Lorsque la technique appropriée est maîtrisée, un poids léger peut être utilisé avec un nombre élevé de répétitions.</p> <p>Lorsque l'équipement d'entraînement physique est utilisé (p. ex., tapis roulant, vélo stationnaire, ballon d'entraînement, barre horizontale, tubes élastiques), les élèves doivent démontrer qu'ils appliquent bien les compétences enseignées avant de pouvoir utiliser l'équipement de façon indépendante.</p> <p>Un processus de recensement et de mise hors d'usage de l'équipement brisé doit être établi.</p>	<p>club nécessitent la surveillance d'un enseignant.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Mettez l'accent sur le bon alignement du corps afin de prévenir les blessures.</p> <p>Permettez aux élèves de travailler à des niveaux d'intensité individuels (p. ex., les élèves qui peuvent prendre une décision sensée quant au niveau d'impact et d'intensité approprié).</p> <p>Une procédure de désinfection régulière de l'équipement doit être établie.</p> <p>Au moins deux élèves doivent être présents dans la salle d'entraînement en tout temps.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Floorball

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Le bâton doit être approuvé par l'International Floorball Federation (IFF) et porter l'autocollant de l'IFF.</p> <p>La longueur du bâton doit convenir à la taille de l'élève.</p> <p>La palette ne doit pas avoir de rebords tranchants et sa courbe ne doit pas excéder 30 mm.</p> <p>La balle doit être approuvée par l'IFF :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ diamètre de 72 mm;</li> <li>▪ poids de 23 g;</li> <li>▪ plastique dur;</li> <li>▪ 26 trous également répartis (p. ex., comme une balle de wiffle ball).</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu doivent être exemptes d'obstacles (p. ex., tables, chaises, pianos) et doivent offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les douilles de plancher doivent avoir des couvercles.</p> <p>Délimitez la zone du gardien de but où aucun autre élève ne peut se trouver.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux et les activités doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les règlements suivants doivent être respectés sous peine de pénalités :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aucun contact physique.</li> <li>▪ Ne pas bloquer l'adversaire ni obstruer sa vue.</li> <li>▪ Aucun contact bâton contre corps ou bâton contre bâton.</li> <li>▪ Les bâtons doivent demeurer sous la taille, y compris pour l'élan arrière et le prolongement de l'élan.</li> <li>▪ La balle doit être jouée au-dessous du genou.</li> </ul> <p>Délimitez une enceinte de but pour protéger le gardien. Aucun bâton ne doit franchir l'enceinte de but.</p> <p>Toutes les autres règles du jeu de l'Internationale Floorball Federation doivent être respectées.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Les gardiens de but n'ont pas de bâton.</p> <p>Le filet du gardien de but mesure 160 cm de hauteur sur 115 cm de largeur.</p> <p>Équipement obligatoire du gardien de but :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ masque approuvé par l'IFF ou portant sa marque;</li> <li>▪ chandail (de protection);</li> <li>▪ pantalon.</li> </ul> <p>Équipement facultatif du gardien de but :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ tout type d'équipement de protection qui ne cache pas le but;</li> <li>▪ genouillères sous la culotte;</li> <li>▪ culotte coussinée;</li> <li>▪ casque et gants minces.</li> </ul>			<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Football : Drapeau/toucher

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Utilisez des ballons de football convenant à la taille et aux habiletés du groupe (p. ex., un ballon de football plus petit ou en mousse).</p> <p>Les poteaux des buts du terrain de jeu doivent être coussinés. Le rembourrage doit atteindre 1,8 m (6 pi) de hauteur.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les chaussures à crampons sont interdites.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu doivent être inspectées régulièrement, être exemptes de débris ou d'obstacles et se trouver loin des zones de circulation.</p> <p>Les trous et les surfaces irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p> <p>La surface de jeu doit offrir un appui adéquat et une bonne adhérence.</p> <p>Le périmètre du terrain doit être marqué (p. ex., drapeaux repliables, cônes souples).</p> <p>Les douilles de plancher doivent avoir des couvercles.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux et les activités doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Le blocage et le tackle sont interdits.</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des participants.</p> <p>Les règles du jeu doivent être strictement observées.</p> <p>Les drapeaux ne doivent pas être enroulés autour de la ceinture.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>(p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Football : Tacle

Le football tacle est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse. Une version adaptée à drapeau peut être enseignée. Les règles et règlements de la Nova Scotia School Athletic Federation Football (NSAFF) se trouvent dans le guide de la fédération.

# Golf

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité (p. ex., les poignées doivent être vérifiées régulièrement et réparées au besoin).</p> <p>Sur le terrain de l'école, utilisez des balles en plastique ou des balles de golf en mousse, et non des balles réglementaires (sauf pour les coups roulés).</p> <p>La longueur du bâton doit convenir à l'élève.</p> <p>La taille et le poids des sacs de golf complets doit convenir aux élèves.</p> <p>Les cages d'entraînement doivent être en bon état et bien fixées au sol.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Pas de chaussures à bout ouvert.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Prévoyez suffisamment d'espace pour l'élan arrière et le prolongement de l'élan.</p> <p>Les installations suivantes peuvent être utilisées :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ gymnase;</li> <li>▪ terrain de l'école;</li> <li>▪ dômes d'entraînement;</li> <li>▪ terrain de pratique des coups roulés;</li> <li>▪ terrain d'exercice;</li> <li>▪ parcours de golf à normale 3;</li> <li>▪ terrain de golf.</li> </ul> <p>Peu importe l'endroit, l'aire de frappe doit être bien délimitée et surveillée.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les règles de courtoisie et de sécurité au golf doivent être enseignées aux élèves, notamment :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ se trouver à un endroit sécuritaire lorsqu'un élève frappe sa balle;</li> <li>▪ entrer sur une nouvelle allée de façon sécuritaire;</li> <li>▪ avant de frapper, se trouver à une distance sécuritaire du groupe qui précède sur le même trou.</li> </ul> <p>Mettez en place des habitudes sécuritaires pour frapper et récupérer les balles de golf sur un terrain d'exercice et sur le terrain de l'école.</p> <p>Toutes les règles établies par le terrain d'exercice ou de golf miniature doivent être respectées.</p> <p>Pendant la leçon, ou lorsqu'ils attendent pour s'entraîner à frapper ou à s'élancer, les joueurs passifs doivent laisser</p>	<p>Une surveillance sur place est requise pendant l'enseignement, l'entraînement à l'intérieur d'une installation et l'entraînement aux coups d'approche avec des balles de golf réglementaires.</p> <p>Une surveillance générale est requise après la première leçon (de la 5<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année <i>seulement</i>).</p> <p><b>Ratio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pendant le jeu sur un terrain de golf, le ratio de surveillance est d'un adulte pour trois élèves (1:3) [de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année <i>seulement</i>].</li> </ul> <p>Rendez-vous sur le site de la Nova Scotia Golf Association : <a href="http://www.nsga.ns.ca">www.nsga.ns.ca</a>.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>leur bâton au sol ou dans leur sac.</p> <p>Pas de coups d'approche dans les fosses de sable sur le terrain de l'école; uniquement dans les installations de golf.</p> <p>Les élèves doivent avoir l'occasion d'acquérir des compétences avant de jouer sur un terrain de golf.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures à suivre en cas de conditions météorologiques extrêmes (p. ex., foudre).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Généralités

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p><b>Matelas</b></p> <p>Des matelas doivent couvrir toutes les aires de réception désignées sous l'équipement et autour, sans se chevaucher et sans laisser d'espaces.</p> <p>Assurez-vous régulièrement que les matelas ne sont ni déchirés ni usés.</p> <p>Les matelas polyvalents peuvent être utilisés pour les exercices au sol, les culbutes et les réceptions debout à partir d'une hauteur contrôlée (la hauteur maximale du saut équivaut à la hauteur des épaules de l'élève) :</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables (p. ex., tenue bien ajustée qui permet de bouger librement). Il est recommandé de porter des espadrilles ou des chaussures de sport appropriées.</p> <p>Pas de chaussettes sans chaussures.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Il faut attacher les cheveux longs et retirer les barrettes.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie. Il est recommandé aux élèves de ne <i>pas</i> enlever leurs lunettes pour que leur vue ne soit pas diminuée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Il faut prévoir assez d'espace entre les agrès pour permettre des mouvements sécuritaires.</p> <p>Prévoyez assez d'espace pour une réception sécuritaire, loin des murs et de l'équipement.</p> <p>Il ne doit pas y avoir de surplus d'équipement (p. ex., tables et chaises) dans le périmètre du gymnase.</p>	<p>L'enseignement de toutes les habiletés doit suivre un ordre approprié, des plus simples aux plus complexes.</p> <p>Les enseignants doivent connaître les limites physiques de leurs élèves (p. ex., épilepsie, poignets faibles, etc.).</p> <p>Les enseignants doivent créer un climat de discipline et de contrôle.</p> <p>Assurez-vous que l'élève contrôle le mouvement de base avant de passer aux habiletés plus compliquées (p. ex., réussir les rotations au tapis avant de les effectuer sur l'agrès, réussir la réception avant de travailler en hauteur).</p> <p>Si l'élève exprime une hésitation verbale ou non verbale, l'enseignant doit aborder les causes de cette réticence. Si l'enseignant estime qu'une hésitation pendant l'exercice pourrait nuire à la sécurité de l'élève, il doit permettre à celui-ci</p>	<p>Toutes les inversions en hauteur requièrent une surveillance visuelle constante.</p> <p><b>Parade</b></p> <p>La parade consiste à travailler la position du gymnaste ou à ajuster l'équipement afin de contribuer au positionnement technique.</p> <p>La parade ne consiste <i>pas</i> à supporter le poids de l'élève ou du gymnaste.</p> <p>La parade est d'abord effectuée par l'enseignant, puis elle peut être effectuée par des élèves formés par l'enseignant.</p> <p>Les responsabilités varient selon l'âge, la force et l'expérience de l'élève.</p> <p>Les élèves peuvent aider en gardant les aires d'approche et de réception dégagées, en donnant des indications verbales et en vérifiant le placement des matelas et la stabilité de l'équipement.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mousse à liaisons transversales : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ mousse à alvéoles ouvertes : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ polyuréthane : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ mousse à double densité : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ tapis offrant un compactage équivalent selon le fabricant.</li> </ul> <p>Les surfaces de réception pour les figures renversées en hauteur doivent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mesurer entre 31 cm et 61 cm (12 po et 24 po) d'épaisseur;</li> <li>▪ être faites de mousse solide ou à liaisons transversales, ou l'équivalent.</li> </ul> <p>Les surfaces de réception indiquées ci-dessus ne doivent pas être utilisées comme surfaces de réception pour les sauts ou les réceptions contrôlés (p. ex. réception debout), peu importe l'équipement utilisé.</p>			<p>d'effectuer un exercice plus simple.</p> <p>Tout enseignant qui ne connaît pas bien les agrès de gymnastique, la progression des habiletés ou les techniques de parade doit renoncer à utiliser l'équipement jusqu'à ce que l'aide nécessaire soit obtenue.</p> <p>Les élèves ne doivent pas être forcés à effectuer des mouvements qui surpassent leurs capacités.</p> <p>Effectuez des exercices au sol avant de travailler sur un agrès. Les agrès doivent être présentés un à la fois, en visant la mise en place d'un circuit.</p> <p>Les matelas de réception doivent être placés au bon endroit et des mesures doivent être prises pour réduire au minimum leur mouvement sous l'impact.</p> <p>Chaque leçon doit débiter par un échauffement.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			incidence sur la participation (consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Trampoline hors sol

L'utilisation d'un trampoline hors sol est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse. Les trampolines ne sont pas un équipement acceptable pour la gymnastique éducative ou pour d'autres objectifs du programme d'études.

# Gymnastique : Tremplin

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Des matelas polyvalents ou un matelas de réception (d'au moins 10 cm [4 po] d'épaisseur) doivent être placés dans l'aire de réception désignée (consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les caractéristiques des matelas).</p> <p>Les tremplins doivent être recouverts de tapis ou d'un matériau antidérapant et avoir des pieds antidérapants.</p> <p>Les tremplins élastiques sont interdits.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables (p. ex., espadrilles, tenue bien ajustée qui permet de bouger librement, pas de chaussettes sans chaussures).</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Il faut attacher les cheveux longs et retirer les barrettes.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie. Il est recommandé aux élèves de ne pas enlever leurs lunettes pour que leur vue ne soit pas diminuée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Installez les aires de réception à une distance sécuritaire des murs et de l'équipement.</p> <p>Il faut prévoir assez d'espace entre les agrès pour permettre des mouvements sécuritaires.</p> <p>La surface de jeu et ses environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités et les exercices doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Présentez les activités au tremplin en suivant un ordre progressif (p. ex., faire les appels et réceptions du tremplin au matelas avant de les faire du tremplin au cheval-sautoir).</p> <p>On ne peut combiner le tremplin et le cheval-sautoir ou la boîte de saut qu'au niveau secondaire.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Activités avec bancs

Les techniques de saut et de réception peuvent être enseignées efficacement à l'aide de bancs avant d'utiliser un équipement plus avancé.

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Le dessus des bancs doit être exempt de fissures, de coins brisés et d'éclats de bois.</p> <p>Le dessus des bancs doit être fixé à tous les supports.</p> <p>Des matelas polyvalents doivent servir à désigner les aires de réception lorsqu'on utilise un banc retourné qui repose sur deux chaises :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mousse à liaisons transversales : 5 cm (2 po);</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables (p. ex., tenue bien ajustée qui permet de bouger librement). Il est recommandé de porter des espadrilles ou des chaussures de sport appropriées. Pas de chaussettes sans chaussures.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Il faut attacher les cheveux longs et retirer les barrettes.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie. Il est recommandé aux élèves de ne <i>pas</i> enlever leurs lunettes pour que leur vue ne soit pas diminuée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Vérifiez qu'il y a suffisamment d'espace autour des bancs pour pouvoir se déplacer en toute sécurité.</p> <p>Prévoyez assez d'espace pour une réception sécuritaire, loin des murs et de l'équipement.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement de toutes les habiletés doit suivre un ordre approprié, des plus simples aux plus complexes.</p> <p>Les jeux et les activités doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Assurez-vous que l'élève contrôle le mouvement de base avant de passer aux habiletés plus compliquées (p. ex., saut en avant avec voltes).</p> <p>Enseignez d'abord le saut en avant simple et la réception genoux pliés avant de présenter les formes aériennes et les rotations.</p> <p>Apprenez aux élèves à sauter d'un banc et à atterrir à proximité sans faire bouger le banc.</p> <p>Lorsque vous posez un banc retourné sur deux chaises, assurez-vous que les</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mousse à alvéoles ouvertes : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ polyuréthane : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ mousse à double densité : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ tapis offrant un compactage équivalent selon le fabricant.</li> </ul>			<p>extrémités du banc ne glissent pas sur les chaises.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Cheval-sautoir, boîte de saut

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Il est défendu d'utiliser le tremplin avec le cheval-sautoir au niveau primaire.</p> <p>Des matelas polyvalents ou un matelas de réception ayant un côté ferme et un côté souple (d'au moins 10 cm ou 4 po d'épaisseur), côté ferme vers le haut, doivent être placés dans l'aire de réception désignée.</p> <p>Il ne peut pas y avoir d'écart entre le cheval-sautoir et la surface de réception (consultez la fiche Gymnastique : Généralités</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables (p. ex., tenue bien ajustée qui permet de bouger librement).</p> <p>Il est recommandé de porter des espadrilles ou des chaussures de sport appropriées. Pas de chaussettes sans chaussures.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Il faut attacher les cheveux longs et retirer les barrettes.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie. Il est recommandé aux élèves de ne <i>pas</i> enlever leurs lunettes pour que leur vue ne soit pas diminuée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Prévoyez assez d'espace pour une réception sécuritaire, loin des murs et de l'équipement.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les sauts périlleux aériens, les bascules de nuque, les bascules de tête ou les sauts de mains sont interdits.</p> <p>Il ne faut pas utiliser le matelas de réception de 30 à 60 cm pour les réceptions depuis le cheval-sautoir.</p> <p>Réglez le cheval-sautoir à une hauteur adaptée aux élèves (p. ex., en dessous de la hauteur des épaules, à hauteur de la ceinture) et à l'activité.</p> <p>Les activités suivantes au cheval-sautoir sont appropriées de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année : équilibres statiques, réceptions, progressions de sauts de base.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>pour connaître les caractéristiques des matelas). Vérifiez la stabilité du cheval-sautoir ou de la boîte de saut (p. ex., l'appareil ne glisse pas sur le sol, il ne se démonte pas).</p>			<p>Il est interdit de sauter du cheval-sautoir si sa hauteur est supérieure à la hauteur de la ceinture de l'élève.</p> <p>Consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les lignes directrices sur le parage des élèves.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Portique d'escalade

Portique d'escalade : chevalets autoporteurs. Appareil pour grimper fixé au mur, que l'on peut tirer du mur.

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Vérifiez les pinces et les pieds des chevalets, les leviers du mur et les goupilles de plancher du portique d'escalade mural pour vous assurer qu'il est bien fixé.</p> <p>Effectuez une vérification visuelle quotidienne.</p> <p>Des matelas polyvalents doivent recouvrir toutes les aires de réception (consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les caractéristiques des matelas).</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Tenue de sport appropriée qui permet aux élèves de sentir les barreaux du portique d'escalade aux coudes et aux genoux (p. ex., short, t-shirt, chandails en tissu léger).</p> <p>Il est recommandé de porter des espadrilles ou des chaussures de sport appropriées. Pas de collants ni de jeans.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie. Il est recommandé aux élèves de ne <i>pas</i> enlever leurs lunettes pour que leur vue ne soit pas diminuée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Installez les aires de réception à une distance sécuritaire des murs et de l'équipement.</p> <p>Il faut prévoir assez d'espace entre les agrès pour permettre des mouvements sécuritaires.</p> <p>Rangez l'équipement des chevalets en toute sécurité lorsqu'il n'est pas utilisé.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>Les élèves doivent connaître les aires de réception désignées.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié (p. ex., se pendre à un échelon avant de se déplacer d'un échelon à l'autre avec les mains).</p> <p>Les activités et les exercices doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Organisez l'utilisation du portique d'escalade par les élèves pour éviter les encombrements.</p> <p>Réglez l'équipement pour qu'il soit adapté à la taille des élèves et à l'activité pratiquée.</p> <p>Si une échelle horizontale ou des barres horizontales sont à la hauteur de la poitrine de l'élève ou plus bas, ce dernier peut grimper dessus, mais pas en sauter. Lorsqu'une échelle horizontale ou des</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise pendant la première leçon aux chevalets, suivie d'une surveillance sur place.</p> <p>L'installation et l'ajustement de l'équipement doivent être effectués sous la direction et la surveillance de l'enseignant.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Les matelas ne doivent pas se chevaucher et il ne doit pas y avoir d'espace entre eux.</p> <p>La distance entre les échelons des chevalets doit convenir à l'âge et aux habiletés des élèves (p. ex., les élèves de petite taille ne doivent pas grimper des échelons trop éloignés les uns des autres).</p>			<p>barres horizontales peuvent être atteintes du bout des doigts (hauteur d'étirement), l'élève peut seulement s'y suspendre ou se déplacer en dessous. La hauteur d'étirement est mesurée des orteils aux doigts étendus au-dessus de la tête pour la plupart des enfants.</p> <p>Il est interdit de se déplacer sur des barres placées à la hauteur d'étirement ou plus haut.</p> <p>Il est interdit aux élèves de sauter d'une hauteur supérieure à leur propre ceinture sur des matelas de réception désignés.</p> <p>Il ne faut pas accéder aux échelles horizontales et aux barres des chevalets par le côté pour éviter que les chevalets glissent.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Cordes lisses

Les cordes de gymnastique sont des cordes suspendues d'un portique d'escalade ou d'un rail au plafond.

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Des matelas polyvalents doivent recouvrir toutes les aires de réception (consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les caractéristiques des matelas).</p> <p>Les matelas ne doivent pas se chevaucher et il ne doit pas y avoir d'espace entre eux.</p> <p>Vérifiez régulièrement que les cordes ne sont pas effilochées. Si les cordes sont très effilochées, ne les utilisez pas (p. ex., les élèves</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables (p. ex., tenue bien ajustée qui permet de bouger librement).</p> <p>Il est recommandé de porter des espadrilles ou des chaussures de sport appropriées. Pas de chaussettes sans chaussures.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Il faut attacher les cheveux longs et retirer les barrettes.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie. Il est recommandé aux élèves de ne <i>pas</i> enlever leurs lunettes pour que leur vue ne soit pas diminuée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Prévoyez assez d'espace pour une réception sécuritaire, loin des murs et de l'équipement.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante. Il faut prévoir l'espace nécessaire pour se balancer vers l'avant et l'arrière.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Présentez les activités à la corde en suivant un ordre progressif (p. ex., réussir des activités de suspension variées avant de grimper à l'aide des mains seulement).</p> <p>Les activités de balancement doivent se dérouler d'une façon contrôlée (p. ex., désignez un point de départ et d'arrivée).</p> <p>Mettez l'accent sur le contrôle plutôt que sur la hauteur. Les enseignants doivent désigner la hauteur d'ascension maximale (p. ex., 4 m [13 pi]). Utilisez du ruban adhésif pour marquer une ligne sur la corde ou le mur.</p> <p>Aucune inversion n'est permise. Les hanches ne</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>pourraient se faire des échardes).</p> <p>Les élèves doivent utiliser une plateforme stable pour prendre leur élan (p. ex., boîte de saut).</p> <p>Si les cordes sont utilisées pour se balancer, des matelas doivent recouvrir toute la surface du plancher se trouvant sous le trajet de la corde.</p>			<p>doivent jamais dépasser la hauteur de la tête.</p> <p>L'élève ne doit pas relâcher les cordes ou sauter d'une hauteur dépassant celle de ses épaules.</p> <p>Consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les lignes directrices sur le parage des élèves.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Trampoline encastré

L'utilisation d'un trampoline encastré (trampoline qui se trouve au niveau du sol) est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse. Les trampolines ne sont pas un équipement acceptable pour la gymnastique éducative ou pour d'autres objectifs du programme d'études.

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

# Gymnastique : Exercices au tapis

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p><b>Matelas</b></p> <p>Des matelas doivent couvrir toutes les aires de réception désignées sous l'équipement et autour, sans se chevaucher et sans laisser d'espaces.</p> <p>Assurez-vous régulièrement que les matelas ne sont ni déchirés ni usés.</p> <p>Les matelas polyvalents doivent être utilisés pour les exercices au sol, les culbutes et les réceptions debout à partir d'une hauteur contrôlée (la hauteur maximale du saut équivaut à</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables (p. ex., tenue bien ajustée qui permet de bouger librement sur les tapis).</p> <p>Il est recommandé de porter des espadrilles ou des chaussures de sport appropriées sur les tapis. Pas de chaussettes sans chaussures sur le plancher du gymnase ou les tapis.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Il faut attacher les cheveux longs et retirer les barrettes.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie. Il est recommandé aux élèves de ne <i>pas</i> enlever leurs lunettes pour que leur vue ne soit pas diminuée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Il faut prévoir assez d'espace entre les agrès pour permettre des mouvements sécuritaires.</p> <p>Prévoyez assez d'espace pour une réception sécuritaire après les mouvements, loin des murs et de l'équipement.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités et les exercices doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Demandez aux élèves de ne pas tenter les mouvements suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ saut périlleux aérien;</li> <li>▪ plongeon roulade tendu (p. ex., plongeon en longueur, plongeon par-dessus des personnes);</li> <li>▪ saut de mains avant;</li> <li>▪ saut de mains arrière;</li> <li>▪ roulade arrière sur la tête;</li> <li>▪ appui renversé sur la tête.</li> </ul> <p>Effectuez des exercices au sol avant de travailler sur un agrès.</p> <p>Les tapis doivent être posés sur le sol, côté souple vers le haut.</p> <p>Lorsque les tapis sont placés bout à bout, il faut les fixer</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>la hauteur de la ceinture de l'élève) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mousse à liaisons transversales : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ mousse à alvéoles ouvertes : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ polyuréthane : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ mousse à double densité : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ tapis offrant un compactage équivalent selon le fabricant.</li> </ul>			<p>solidement à l'aide de bandes velcro.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Mini-trampoline

L'utilisation d'un mini-trampoline est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

**Remarque :** Cela ne s'applique pas à l'utilisation de mini-trampolines par des ergothérapeutes à des fins thérapeutiques autres que l'éducation physique.

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

# Gymnastique : Barres parallèles, barre fixe, anneaux, cheval d'arçon, cordes, poutre, barres asymétriques, sol, table ou plateforme de saut

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les lignes directrices sur le parage des élèves.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité. L'équipement doit être inspecté régulièrement et réparé au besoin.</p> <p>Il est possible d'utiliser des tremplins pour les appels, mais les tremplins élastiques sont interdits. Les tremplins utilisés pour atteindre l'agrès doivent être retirés immédiatement après leur utilisation.</p> <p>Il est interdit d'utiliser un tremplin ou un mini-trampoline avec des barres asymétriques, une poutre,</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables (p. ex., pieds nus, espadrilles, chaussons de gymnastique, tenue bien ajustée qui permet de bouger librement).</p> <p>Pas de chaussettes sans chaussures.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Il faut attacher les cheveux longs et retirer les barrettes.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie ou retirées.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Des mesures doivent être prises pour réduire le mouvement des matelas sous l'impact.</p> <p>Les matelas à bandes Velcro doivent être assemblés.</p> <p>Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace entre les agrès pour permettre aux élèves de bouger aisément sur les agrès et d'en descendre facilement.</p> <p>L'équipement doit être bien fixé au plancher, au plafond ou au mur.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités et les exercices doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Avant d'utiliser l'équipement, les élèves doivent connaître les mesures de sécurité concernant la gymnastique et les agrès visés.</p> <p>Aucune inversion n'est permise à moins qu'elle soit demandée par l'enseignant, si l'élève y est préparé de façon progressive.</p> <p>La mise en place d'un matelas de réception de 30 à 60 cm (12 à 24 po) est obligatoire pour les inversions.</p> <p>Les mouvements suivants ne sont <i>pas</i> autorisés sur l'équipement susmentionné de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ saut périlleux aérien;</li> <li>▪ plongeon en longueur;</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Une surveillance visuelle constante est requise pour les inversions, y compris les sauts de mains plat dos sur matelas empilés ou l'utilisation de la table de saut avec matelas empilés.</p> <p>Une surveillance visuelle constante est requise lorsque les élèves effectuent des mouvements difficiles pour la première fois sur un agrès.</p> <p>Une surveillance visuelle constante est requise pour le cours d'initiation aux anneaux. Après la première leçon, et à condition qu'il n'y ait pas d'inversion, une surveillance sur place est requise.</p> <p>Les élèves ne peuvent pas effectuer la parade pour les habiletés de haut niveau.</p> <p>Une surveillance visuelle constante est requise pour le</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>etc. de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.</p> <p>Il ne faut pas utiliser le cheval-sautoir pour les sauts.</p> <p>La hauteur de l'équipement doit convenir à la taille et au niveau d'habileté de l'élève (p. ex., poutres à hauteur d'épaule au maximum, activités de suspension à hauteur d'étirement au maximum, activités de soutien sur les barres à hauteur d'épaule).</p> <p>L'enseignant doit effectuer une vérification de sécurité des installations avant de commencer l'activité. Vérifiez tous les mécanismes de verrouillage avant chaque utilisation.</p> <p>Des tapis polyvalents doivent être posés dans les aires de réception désignées. Consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les caractéristiques des tapis.</p> <p>Tapis polyvalents à utiliser :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mousse à liaisons transversales : 5 cm (2 po);</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ bascule de tête avant et saut de mains;</li> <li>▪ saut de mains arrière;</li> </ul> <p>Consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les lignes directrices sur le parage des élèves.</p> <p>Les élèves doivent apprendre comment ajuster l'équipement.</p> <p>Les enseignants doivent connaître les limites physiques et le niveau d'habileté initial des élèves.</p> <p>Les élèves ne doivent pas être forcés à effectuer des mouvements qui surpassent leurs capacités physiques et psychologiques.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>saut plat dos sur des matelas à partir de la table de saut.</p> <p>Un enseignant qui ne connaît pas bien les activités avec la table de saut, les sauts plat dos sur matelas empilés ou l'enseignement de la gymnastique (p. ex., aucune expérience récente) doit s'abstenir d'utiliser l'équipement jusqu'à ce que l'aide nécessaire soit obtenue.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mousse à alvéoles ouvertes : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ polyuréthane : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ mousse à double densité : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ tapis offrant un compactage équivalent selon le fabricant.</li> </ul> <p><b>Surfaces de réception à utiliser pour les figures renversées en hauteur</b></p> <p>Un matelas de réception de 30 à 60 cm (12 à 24 po) en mousse solide ou à liaisons transversales ou l'équivalent doit être utilisé. Ces matelas ne doivent pas servir de surface de réception pour les réceptions contrôlées (p. ex. réception debout), peu importe l'équipement utilisé.</p> <p>Pour les sauts de mains plat dos, il faut empiler les matelas, les retenir par une corde à une hauteur minimale de 105 cm (42 po) et maximale de 125 cm (50 po), par tranches de 5 cm. Le matelas supérieur doit être posé côté ferme vers le haut.</p>				

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p><b>Surfaces de réception pour les réceptions debout (p. ex., saut, sortie en hauteur)</b></p> <p>Un matelas de réception ayant un côté ferme et un côté souple d'une épaisseur minimale de 12 cm (5 po), côté ferme vers le haut, doit être en place pour chaque agrès.</p> <p>Les matelas doivent être placés autour de l'agrès et au-dessous pour former une aire de réception, sans chevauchement ni espaces ouverts.</p>				

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Pyramide humaine

La pyramide humaine est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

Consultez la fiche Gymnastique : Généralités.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Assurez-vous régulièrement que les matelas ne sont ni déchirés ni usés.</p> <p>Les matelas polyvalents doivent être utilisés pour les exercices au sol, les culbutes et les réceptions debout à partir d'une hauteur contrôlée (la hauteur maximale du saut équivaut à la hauteur de la ceinture de l'élève) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mousse à liaisons transversales : 5 cm (2 po);</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables (p. ex., tenue bien ajustée qui permet de bouger librement sur les tapis).</p> <p>Il est recommandé de porter des espadrilles ou des chaussures de sport appropriées. Pas de chaussettes sans chaussures.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Il faut attacher les cheveux longs et retirer les barrettes.</p> <p>Les lunettes doivent être retenues à l'aide d'une courroie. Il est recommandé aux élèves de ne <i>pas</i> enlever leurs lunettes pour que leur vue ne soit pas diminuée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les pyramides doivent se trouver à une distance sécuritaire des murs.</p> <p>Ne faites pas de pyramides près des entrées ou des sorties.</p> <p>Ne faites pas de pyramides sur l'estrade ou à proximité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>Ne faites pas de pyramides debout.</p> <p>Les pyramides avec mise en charge ne doivent pas dépasser deux étages.</p> <p>L'enseignement des habiletés pour la pyramide humaine doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Il faut notamment montrer comment former et défaire la pyramide.</p> <p>Les activités et les pyramides doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Le poids et la taille des participants déterminent leur place dans la pyramide (p. ex., les élèves plus costauds forment la base).</p> <p>La formation de pyramides humaines doit être la seule activité à avoir lieu à l'endroit utilisé.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex.,</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise pendant l'enseignement et la première tentative. Une surveillance sur place est requise par la suite.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mousse à alvéoles ouvertes : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ polyuréthane : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ mousse à double densité : 5 cm (2 po);</li> <li>▪ tapis offrant un compactage équivalent selon le fabricant.</li> </ul> <p>Des matelas doivent se trouver sous la pyramide et s'étendre sur 1,5 m (5 pi) au moins dans toutes les directions.</p>			<p>asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Déterminez le nombre maximal de participants et la hauteur maximale selon la taille, l'âge et les habiletés des participants.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Gymnastique : Trampoline

L'utilisation d'un trampoline est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse. Les trampolines ne sont pas un équipement acceptable pour la gymnastique éducative ou pour d'autres objectifs du programme d'études.

## Handball : Balle au mur

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Si le jeu se déroule sur un terrain réglementaire fermé, le port de lunettes protectrices est obligatoire.</p> <p>Les élèves qui portent déjà des lunettes doivent aussi se protéger de façon appropriée (p. ex., verres incassables).</p> <p>Les balles doivent convenir aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les lignes de jeu doivent être clairement définies.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles.</p> <p>La surface de jeu doit offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux et activités doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés et le jeu, il faut prévoir assez d'espace pour que chaque joueur puisse s'élancer sans obstacle.</p> <p>Les règles de courtoisie sur le terrain doivent être enseignées aux élèves.</p> <p>Maximum de deux joueurs par terrain de jeu.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement des habiletés.</p> <p>Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Hockey : Hockey sur glace et jeux de préparation (p. ex., shinny)

Le hockey est déconseillé pour les élèves en éducation physique de Nouvelle-Écosse de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p><b>Bâtons</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bâtons de hockey réglementaires seulement.</li> <li>▪ L'embout doit être recouvert de ruban ou d'un couvre-embout commercial.</li> <li>▪ Il faut vérifier que les bâtons ne présentent ni fissures ni éclats de bois.</li> </ul> <p><b>Jeux de préparation (shinny)</b></p> <p>Activité où il n'y a pas de gardien de but et où la rondelle (p. ex., balle en plastique ou en mousse,</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Patins de hockey sur glace bien ajustés.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La glace doit être exempte de débris et de crevasses profondes.</p> <p>Les filets détachables sont obligatoires.</p> <p>Avant de jouer au hockey sur une surface glacée extérieure (p. ex., lac, étang), communiquez avec les autorités locales afin d'être absolument certain que la glace est assez épaisse pour que l'activité soit sécuritaire.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Aucun lancer frappé.</p> <p><b>Shinny</b></p> <p>Aucun contact physique ni contact bâton contre corps ou bâton contre bâton.</p> <p><b>Hockey sur glace</b></p> <p>Aucun contact physique ni aucun contact bâton contre corps.</p> <p>Les enseignants doivent modifier le jeu en fonction de l'équipement disponible et des habiletés des élèves.</p> <p>Toutes les règles doivent être clairement expliquées et appliquées.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire)</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>rondelle en plastique ou en caoutchouc ou, rondelle réglementaire) ne doit à aucun moment quitter la surface de glace.</p> <p>Les joueurs doivent porter un casque de hockey homologué CSA avec grille, un protège-cou, des gants et des protège-coudes.</p> <p><b>Jeux de hockey sur glace</b></p> <p>Activité où il y a un gardien de but et une rondelle réglementaire, où la rondelle quitte la surface de la glace (p. ex., en la soulevant) et où le port d'un équipement de hockey complet est obligatoire.</p> <p>Les gardiens de but doivent porter ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ casque homologué CSA avec masque facial complet;</li> <li>▪ protège-cou;</li> <li>▪ gant receveur, gant bloqueur et jambières;</li> <li>▪ plastron de gardien et protège-bras;</li> <li>▪ coquille ou pelvière.</li> </ul> <p>Les joueurs doivent porter ce qui suit :</p>			<p>et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., engelures et hypothermie).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ casque homologué CSA avec masque facial complet;</li> <li>▪ protège-cou;</li> <li>▪ protège-tibias (les protège-tibias fissurés doivent être immédiatement remplacés);</li> <li>▪ culotte, épaulières, protège-coudes et gants;</li> <li>▪ coquille ou pelvière.</li> </ul>				

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Kinball

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Un gros ballon gonflé (p. ex., Earthball, ballon Omnikin).</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p> <p>Toutes les portes de sortie et d'entrée doivent être fermées.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des élèves ainsi que selon l'équipement et les installations disponibles.</p> <p>Les règles de kinball doivent être strictement observées. Rendez-vous sur le site Web de Kin-Ball Canada : <a href="http://www.kin-ball.ca/fr">www.kin-ball.ca/fr</a>.</p> <p>Pas de contacts physiques intentionnels avec un adversaire.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Crosse : En salle et sur gazon

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Caractéristiques des croses et des balles pour la crosse sur gazon :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ croses de métal avec bouts moulés;</li> <li>▪ filets de mailles, de lanières ou de cuir;</li> <li>▪ respect des normes de l'Association canadienne de crosse (ACC).</li> </ul> <p><b>Crosse sur gazon masculine et féminine</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les mises en échec agressives avec le corps ou le bâton sont interdites.</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures appropriés (p. ex., chaussures de basketball ou chaussure pour terrain de jeu).</p> <p>Pas de chaussures à crampons en métal.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Les surfaces de jeu intérieures et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p> <p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p> <p>Le périmètre du terrain doit être marqué.</p> <p>Les terrains ou les aires de jeu en plein air doivent offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des participants.</p> <p>Seule la crosse sans contact doit être pratiquée.</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés à lancer et à attraper, prévoyez suffisamment d'espace pour permettre :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ aux élèves de s'élancer sans obstacle;</li> <li>▪ aux équipes ou groupes de ne pas se faire obstacle.</li> </ul> <p>Mettez l'accent sur la responsabilité des élèves concernant l'espace individuel.</p> <p>Pour empêcher tout contact, un périmètre de sécurité doit être établi loin des murs du gymnase ou de la clôture du terrain de jeux.</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise durant les premiers exercices.</p> <p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Le site Web de Lacrosse Nova Scotia (en anglais seulement) offre des renseignements supplémentaires au sujet de la crosse.  <a href="http://www.lacrossens.ca">www.lacrossens.ca</a></p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les joueurs ne portent pas d'équipement protecteur.</li> <li>▪ Le gardien porte un équipement protecteur complet.</li> </ul> <p><b>Équipement des gardiens de but</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ casque de hockey avec grille complète homologué CSA;</li> <li>▪ protège-cou;</li> <li>▪ plastron de gardien;</li> <li>▪ gants de gardien de but;</li> <li>▪ culotte de gardien de but;</li> <li>▪ coquille ou pelvière;</li> <li>▪ jambières.</li> </ul> <p><b>Équipement des joueurs</b></p> <p>Lorsque le contact bâton contre bâton est permis (cycle supérieur seulement) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ casque de hockey avec grille complète homologué CSA;</li> <li>▪ épaulières avec protège-bras;</li> <li>▪ protège-coudes;</li> <li>▪ gants;</li> <li>▪ coquille ou pelvière.</li> </ul>			<p>Le niveau de forme physique d'un élève doit correspondre au niveau de compétition.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les pénalités pour les infractions aux règlements doivent être strictement imposées.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p><b>Jeux</b></p> <p>Les jeux avec contact physique ou contact bâton contre corps sont interdits.</p> <p>Pour les jeux où aucun contact n'est autorisé (c.-à-d. contact physique, contact bâton contre corps et contact bâton contre bâton), aucun équipement de protection</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>n'est requis pour les joueurs. S'il y a un gardien de but, il doit porter un équipement de protection.</p> <p>Pour les jeux où le contact bâton contre bâton est autorisé, les joueurs doivent porter un équipement de protection. S'il y a un gardien de but, il doit porter un équipement de protection.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Crosse : Intercrosse

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Pas d'équipement protecteur requis pour l'intercrosse.</p> <p>Masque facial requis pour le gardien de but.</p> <p>Crosses et balles pour l'intercrosse :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Crosses en plastique moulé et balle souple, gonflée d'air.</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures appropriés (p. ex., chaussures de basketball ou chaussure pour terrain de jeu).</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p> <p>Les terrains ou les aires de jeu en plein air doivent offrir une adhérence suffisante.</p> <p>Les surfaces de jeu intérieures et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>Seule la crosse sans contact doit être pratiquée.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Mettez l'accent sur la responsabilité des élèves concernant l'espace individuel.</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des participants.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés à lancer et à attraper, prévoyez suffisamment d'espace pour permettre :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ aux élèves de s'élancer sans obstacle;</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Le site Web de Lacrosse Nova Scotia (en anglais seulement) offre des renseignements supplémentaires au sujet de la crosse (<a href="http://www.lacrossens.ca">www.lacrossens.ca</a>).</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ aux équipes ou groupes de ne pas se faire obstacle.</li> </ul> <p>Pour empêcher tout contact, un périmètre de sécurité doit être établi loin des murs du gymnase ou de la clôture du terrain de jeux.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Arts martiaux : Judo, aikido, karaté, taekwondo

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p><b>Surface de l'activité</b></p> <p>Des matelas de 5 cm (2 po), des tapis de lutte ou des matelas qui offrent un compactage équivalent sont requis lorsque l'activité comprend des propulsions ou des chutes (consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les caractéristiques des matelas polyvalents).</p> <p>La surface des matelas doit être propre et vérifiée fréquemment pour déceler les irrégularités (p. ex., aucun espace, pas de chevauchement ou de</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Des vêtements amples et confortables doivent être portés. Il est possible d'être pieds nus.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Le revêtement de sol doit être propre, lisse, de niveau et sec.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p> <p>Les murs doivent être coussinés si la surface matelassée s'en trouve à moins de 2 m (6 pi 5 po).</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié (p. ex., au judo, les techniques de combat debout [Tachiwaza randori] peuvent être pratiquées uniquement lorsque les techniques de brise-chute [Ukemi] sont bien maîtrisées).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les activités d'échauffement doivent mettre l'accent sur le conditionnement et la souplesse.</p> <p>Rappelez qu'il est important d'anticiper, d'éviter les situations risquées et d'employer les tactiques d'autodéfense et d'agression appropriées.</p> <p>Au judo, les techniques de clé de bras ou d'étranglement ne doivent pas être enseignées dans les programmes de niveau débutant.</p>	<p>Une surveillance sur place par un enseignant ou un instructeur qualifié est requise.</p> <p>Des instructeurs qualifiés doivent présenter le programme d'enseignement.</p> <p>Les instructeurs qualifiés doivent être ceinture noire ou l'équivalent et membres d'une organisation nationale telle que l'International Karate Alliance, l'Association nationale de karaté du Canada ou la Japan Karate Association (JKA).</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
différence de hauteur entre les matelas).			<p>Les élèves doivent être jumelés selon leur poids, leur taille et leur niveau d'habiletés.</p> <p>Durant les exercices individuels ou en groupe, les bousculades sont interdites.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Ski alpin, planche à neige, miniski

Le ski alpin, le ski de descente, la planche à neige et le miniski sont déconseillés pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 3<sup>e</sup> année.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Le ski alpin, la planche à neige et le miniski ne doivent être pratiqués que dans une station de ski.</p> <p>Les élèves doivent porter ce qui suit pour skier dans une station de ski :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ un casque pour sports de neige bien ajusté, conçu pour le ski, la planche à neige ou le miniski.</li> </ul> <p>Les parents et tuteurs doivent être informés qu'il est</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Les vêtements doivent convenir à une activité hivernale de plein air.</p> <p>Pas de longs foulards.</p> <p>Aucun bijou apparent qui pend.</p> <p>Les cheveux longs doivent être attachés ou recouverts.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Seules les installations de ski commerciales offrant des zones d'enseignement appropriées (pentes douces) doivent être utilisées.</p> <p>L'endroit doit être surveillé par des membres d'une patrouille de ski reconnue.</p> <p>Indiquez les endroits skiables aux élèves pour qu'ils connaissent les limites de l'activité.</p>	<p>Les parents et tuteurs doivent recevoir une lettre leur indiquant les renseignements suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ importance de s'habiller convenablement et d'utiliser l'équipement approprié;             <ul style="list-style-type: none"> <li>– casque conçu pour le ski alpin, la planche à neige ou le miniski;</li> <li>– protège-poignets pour la planche à neige;</li> </ul> </li> <li>▪ importance de la protection contre le soleil;</li> <li>▪ code de responsabilité du skieur alpin/planchiste.</li> </ul> <p>Avant la tenue de l'activité, revoyez les points suivants avec les élèves :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ choix de vêtements convenables selon l'activité et les conditions météorologiques de la</li> </ul>	<p>Une surveillance générale est requise.</p> <p><b>Ratios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 12 élèves (de la 4<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année)</li> <li>▪ 1 enseignant pour 20 élèves (de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année)</li> </ul> <p>Les tâches des superviseurs doivent être clairement définies, y compris la circulation sur toutes les pistes de ski, de planche à neige et de miniski que les élèves utilisent et dans les installations du pavillon.</p> <p>Un véhicule doit être accessible en cas d'urgence.</p> <p>Désignez un superviseur (p. ex., enseignant, parent) pour conduire ou accompagner un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>important de porter des protège-poignets pour la planche à neige.</p> <p>Toutes les fixations doivent être en bon état et ajustées à la tension appropriée.</p> <p>Toutes les fixations doivent être conformes aux lignes directrices approuvées en vigueur.</p> <p>Les bottes et les fixations doivent absolument être compatibles.</p> <p>Si l'équipement est loué, des planches, des skis et des bâtons de la bonne longueur doivent être choisis pour chaque élève. Les carres et les semelles doivent être en bon état.</p> <p>Si l'équipement est emprunté, les fixations doivent être inspectées et ajustées par un technicien qualifié sur place.</p>			<p>journée (p. ex. pas de jeans);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ importance de faire des pauses durant la journée pour éviter une trop grande fatigue;</li> <li>▪ reconnaissance et traitement des engelures et de l'hypothermie;</li> <li>▪ interdiction de l'expression libre (acrobaties) et des sauts;</li> <li>▪ interdiction des inversions (les hanches demeurent sous la tête en tout temps);</li> <li>▪ code de responsabilité du skieur alpin/planchiste;</li> <li>▪ lignes directrices concernant l'utilisation du remonte-pente.</li> </ul> <p>L'enseignement de toutes les habiletés doit suivre un ordre approprié, selon les niveaux observés.</p> <p>Les activités et les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes de santé (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation.</p>	<p>s'agir du superviseur responsable de la sortie.</p> <p>Il est recommandé que le superviseur responsable de la sortie possède un certificat de secourisme général en cours de validité.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Tous les élèves doivent être évalués et groupés de manière appropriée, selon les directives d'un moniteur de ski, de planche à neige ou de miniski qualifié.</p> <p>Tous les élèves doivent participer à un cours officiel.</p> <p>Les élèves doivent connaître l'importance de contrôler leurs mouvements de ski, de planche à neige ou de miniski en tout temps.</p> <p>Les élèves doivent faire du ski, de la planche à neige ou du miniski dans les endroits appropriés indiqués par le moniteur qualifié.</p> <p>Le terrain de style libre est déconseillé pour les élèves de la Nouvelle-Écosse (p. ex., sauts, frappes, rampes, remblais, box, jibs, rails, demi-lune, berge, snow cross, terrains de bosses en style libre).</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil,</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>application d'un écran solaire).</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur des élèves;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> </ul> <p>la température – les lignes directrices sur l'indice canadien de refroidissement éolien d'Environnement Canada peuvent aider les skieurs et les planchistes à déterminer la tenue appropriée pour une activité sportive de plein air agréable sur la neige :</p> <p><a href="http://www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique/services/meteo-sante/indice-refroidissement-eolien-temps-froid/indice.html">www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique/services/meteo-sante/indice-refroidissement-eolien-temps-froid/indice.html</a></p> <p>Demandez aux participants de se tenir à une distance de sécurité les uns des autres (p. ex., 2 à 3 m) pour éviter</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			les collisions et les trébuchements.	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Grande excursion pédestre et petite excursion pédestre

La grande excursion pédestre est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.

La petite excursion pédestre convient à tous les niveaux scolaires, en faisant en sorte que la distance, le relief et le temps de marche conviennent à l'âge et au niveau de forme physique des élèves.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité. On s'attend à ce que des consignes préalables aient été données sur le packaging et l'ajustement des sacs à dos. Le poids du sac à dos ne doit pas dépasser un tiers du poids du participant.</p> <p>Une liste d'équipement personnel doit être fournie aux élèves et aux parents ou tuteurs en préparation pour la sortie.</p> <p>S'il s'agit d'une sortie de camping, il faut avoir fait l'expérience de monter une tente avant la grande excursion pédestre.</p> <p>Avant l'excursion, il faut rassembler et vérifier tout l'équipement personnel,</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures adaptés aux activités et aux conditions environnementales. Pas de chaussures à bout ouvert ou de type Croc (p. ex., sandales).</p> <p>Des épaisseurs appropriées et des vêtements de rechange pour un à deux jours de plus que le nombre de jours d'excursion doivent être emportés. Des vêtements de pluie (veste à capuche et pantalon) doivent être emportés.</p> <p>Aucun bijou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations et les parcours prévus peuvent être utilisés en toute sécurité.</p> <p>L'enseignant principal doit avoir évalué les conditions du sentier dans les six mois précédents.</p> <p>Le parcours doit convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p> <p>Déterminez les points d'accès et d'extraction d'urgence, et communiquez-les à l'équipe d'animation.</p> <p>Cernez tout danger du terrain que la pluie ou le vent pourraient avoir causé sur le parcours prévu.</p> <p>Déterminez l'efficacité et la fiabilité des dispositifs de communication sur place.</p>	<p>Les lignes directrices sur la sécurité de cette fiche d'activité doivent être remises au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>Une carte appropriée du parcours, le plan de sécurité et les procédures d'urgence doivent être remis à un tiers responsable informé de l'excursion.</p> <p>Les activités du programme doivent convenir à l'âge et au niveau d'habileté des participants.</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ les conditions environnementales (p. ex., température, conditions</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Au moins un superviseur doit avoir une connaissance générale de la région.</p> <p><b>Ratio</b></p> <p>Les ratios superviseur/élèves sont les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 superviseur pour 6 élèves (de la maternelle à la 3<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 superviseur pour 8 élèves (de la 4<sup>e</sup> à la 6<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 superviseur pour 10 élèves (en 7<sup>e</sup> et en 8<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 superviseur pour 12 élèves (de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année).</li> </ul> <p>Dans les régions éloignées ou sauvages, il est fortement recommandé d'avoir deux animateurs adultes, quel que</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>l'équipement de groupe et l'équipement de sécurité.</p> <p>Un véhicule d'urgence doit être désigné et accessible au début du sentier ou à un point d'extraction approprié.</p> <p>Une trousse de premiers soins pour l'arrière-pays complète et les renseignements médicaux des participants doivent être facilement accessibles.</p> <p>Les élèves doivent apporter une réserve supplémentaire de tout médicament vital, que l'enseignant conservera sur lui.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone, téléphone satellite) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Il est fortement recommandé d'enregistrer un dispositif SPOT pour les excursions dans les régions éloignées et sauvages.</p> <p>Des cartes et des boussoles appropriées sont requises. Un</p>		<p>Tenez compte de l'accès aux services médicaux d'urgence dans le tracé de l'itinéraire : milieu urbain, éloigné ou sauvage. Le début du sentier ou le camp de base peuvent se trouver en milieu urbain; cependant, le parcours de randonnée peut s'étendre dans des régions rurales ou sauvages.</p> <p>Assurez-vous que des sources d'eau adéquates sont disponibles. Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p><b>Remarque :</b> Utilisez la grille des terrains de randonnée pour évaluer l'état des sentiers : passages de cours d'eau, ponts, obstacles (p. ex., chablis, rochers, ravinements, éboulis), bords abrupts le long du sentier (p. ex., eau, ponts, barrières rocheuses); respectez les règles de sécurité pour le groupe lors des déplacements.</p> <p>L'équipe d'animation doit vérifier auprès des autorités locales le niveau des dangers potentiels (p. ex., faune, feux de forêt), s'il y a lieu.</p>	<p>météorologiques, qualité de l'air, humidité, rayons UV, insectes);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'accès à une hydratation adéquate (bouteilles d'eau personnelles);</li> <li>▪ le niveau d'entraînement et de forme physique antérieur;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs.</li> </ul> <p>Les élèves doivent recevoir une liste de vêtements et d'effets personnels recommandés.</p> <p>Le superviseur responsable doit remettre l'excursion si des conditions météorologiques mauvaises ou la température de l'eau menacent de mettre en danger la sécurité des élèves.</p> <p>Un itinéraire de l'excursion doit être préparé et remis à un responsable de l'école compétent.</p> <p>Le programme doit être conçu en détail et comporter des plans d'urgence en cas de mauvais temps.</p>	<p>soit le ratio élèves/enseignants.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs</b></p> <p>Les superviseurs doivent avoir une expérience ou une certification correspondant à l'activité (c.-à-d. posséder un certificat en éducation de plein air d'un établissement agréé, avoir suivi un cours officiel du Conseil canadien de plein air, avoir une expérience professionnelle antérieure dans un camp de loisirs de plein air ou une expérience de vie approfondie dans le domaine des activités de plein air).</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité, selon le lieu de l'activité (urbain, rural ou sauvage), qui peut être :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général avec RCR niveau C;</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage de la Croix-Rouge canadienne (de base ou avancé);</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>GPS ne doit être utilisé qu'à titre de secours.</p> <p>Chaque personne doit avoir un sifflet.</p> <p>Il faut emporter une réserve adéquate d'eau potable et un système de traitement de l'eau.</p> <p>Il faut emporter des allumettes ou des allume-feu dans un contenant étanche, ou encore des allumettes imperméables.</p> <p>Une pelle ou une truelle et une lampe de poche doivent se trouver sur place.</p> <p>Si vous cuisinez sur des réchauds, utilisez des réchauds au propane ou au gaz liquéfié (un pour quatre élèves). Il est fortement recommandé d'utiliser des réchauds à alcool. Les élèves doivent avoir déjà fait fonctionner des réchauds à gaz.</p> <p>Il est recommandé d'utiliser des bâtons lumineux pour marquer les aires de couchage des participants.</p>		<p>Les activités sélectionnées pour répondre aux objectifs du programme d'études doivent convenir à l'âge des élèves et respecter les limites du parcours désigné.</p>	<p>Les renseignements médicaux de chaque élève participant doivent être accessibles.</p> <p>Les élèves qui prennent des médicaments vitaux doivent en apporter une quantité supplémentaire qui sera conservée dans un contenant portant une inscription claire que le superviseur gardera avec lui.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les élèves doivent savoir ce qu'on attend d'eux concernant ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ comportement;</li> <li>▪ procédures d'urgence;</li> <li>▪ signal de rassemblement;</li> <li>▪ limites de l'activité;</li> <li>▪ politique de gestion des risques.</li> </ul> <p>Un plan de mesures d'urgence doit être préparé</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné ou l'équivalent.</li> </ul> <p>Lorsque les élèves se rendent dans des régions sauvages situées à 60 minutes et plus des services médicaux d'urgence, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de base ou certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné avancé.</p> <p><b>Remarque :</b> Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure.</p> <p>L'avant et l'arrière du groupe doivent pouvoir entendre le sifflet du ou des superviseurs en tout temps.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>et communiqué à tous les participants à l'excursion.</p> <p>Les élèves doivent connaître ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ premiers soins de base et hypothermie;</li> <li>▪ vêtements appropriés;</li> <li>▪ habiletés et sécurité concernant le camping;</li> <li>▪ préoccupations environnementales;</li> <li>▪ utilisation d'une boussole;</li> <li>▪ lecture d'une carte.</li> </ul> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Les instructeurs doivent connaître les conditions météorologiques (p. ex.,</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>glissements de terrain, passages de cours d'eau).</p> <p>À l'approche soudaine d'un temps orageux, cherchez immédiatement un abri convenable.</p> <p>Les déplacements ne doivent avoir lieu que durant le jour, sauf en cas d'urgence.</p> <p>Les élèves doivent connaître le parcours.</p> <p>Un processus de dénombrement des élèves doit être en place (p. ex., système de surveillance mutuelle, attribution de numéros).</p> <p>Un arrangement systématique doit être établi pour les déplacements en groupe et la communication.</p> <p>Il faut emporter des réserves suffisantes d'aliments nutritifs ne nécessitant pas de préparation ou de réfrigération.</p> <p>Tous les aliments, la gomme à mâcher et les articles de toilette doivent être retirés des tentes la nuit et conservés dans des contenants à l'épreuve des</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>ours, dans les voitures ou accrochés aux arbres.</p> <p>Les élèves ne doivent pas utiliser de haches et de couteaux de camping. Les scies peuvent être utilisées sous la surveillance directe de l'enseignant à partir de la 6<sup>e</sup> année.</p> <p>Il ne doit y avoir aucune flamme nue ni aucun appareil de chauffage de quelque sorte que ce soit dans les tentes ou à proximité.</p> <p>Il ne doit pas y avoir d'aliments dans les tentes.</p> <p>Il est interdit de se promener pieds nus dans le campement.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Planche à voile

La planche à voile est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Un bateau de sauvetage motorisé doit être opérationnel pendant chaque séance.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Le port d'un maillot de bain approprié est obligatoire.</p> <p>Un V.F.I. (gilet de sauvetage) avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>Une combinaison isothermique doit être portée au besoin.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La température de l'eau doit dépasser 15 degrés Celsius (59 degrés Fahrenheit).</p> <p>L'étendue d'eau doit être ouverte et exempte d'obstacles visuels pour les superviseurs.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Avant de faire de la planche à voile, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> </ul>	<p><b>Ratio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 20 élèves jumelés; maximum de 10 élèves sur les planches à la fois.</li> </ul> <p>Un sauveteur agréé doit être sur place en tout temps.</p> <p>Une surveillance sur place par l'enseignant est requise.</p> <p>Le superviseur doit détenir un certificat de secourisme général. Si l'activité se déroule dans un milieu urbain-rural, au moins un superviseur de soutien doit détenir un certificat de secourisme d'urgence.</p> <p>Si l'activité se déroule dans un milieu sauvage, en raison du temps et de la distance nécessaires pour obtenir une aide médicale d'urgence, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné (de base ou avancé), et le superviseur de soutien doit</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ nager 50 m (164 pi) de façon continue peu importe le style de nage.</li> </ul> <p>Les éléments du test doivent être exécutés dans l'ordre, sans aide et sans arrêt.</p> <p>Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test. Il est conforme à la norme Nager pour survivre<sup>MD</sup> de la Société de sauvetage.</p> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p><i>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation susmentionné ou qui ne possèdent pas la certification indiquée ne doivent pas faire de la planche à voile.</i></p> <p>Le sauveteur ou l'instructeur doit être informé des résultats du test de natation.</p>	<p>détenir un certificat de secourisme général.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les élèves doivent connaître les procédures d'urgence et les techniques d'autosauvetage propres à l'installation.</p> <p>Il faut bien tenir compte du vent, de la hauteur des vagues et des conditions météorologiques.</p> <p>Les élèves doivent être jumelés durant l'enseignement et s'entraider par la surveillance mutuelle.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p>	

Remarque : Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Camping (sans canotage)

Expérience prolongée de camping avec coucher dans un environnement extérieur où les élèves peuvent préparer leur propre nourriture.

De la maternelle à la 4<sup>e</sup> année : dortoirs seulement (tentes dans l'enceinte de l'école); de la 5<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année : dortoirs ou tentes (à l'intérieur ou à l'extérieur de l'enceinte de l'école).

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une trousse de premiers soins pour l'arrière-pays complète et les formulaires contenant les renseignements médicaux des participants doivent être facilement accessibles.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu. Un dispositif SPOT est fortement recommandé.</p> <p>Avant l'excursion, il faut rassembler et vérifier tout l'équipement personnel, l'équipement de groupe et l'équipement de sécurité.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures adaptés aux activités et aux conditions environnementales. Pas de chaussures à bout ouvert ou de type Croc (p. ex., sandales).</p> <p>Des épaisseurs appropriées et des vêtements de rechange pour un à deux jours de plus que le nombre de jours d'excursion doivent être emportés. Il faut emporter des vêtements de pluie, un haut à capuche et des pantalons.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Le superviseur responsable de l'excursion doit vérifier le niveau des dangers potentiels (p. ex., ours, feux de forêt) auprès des autorités locales.</p> <p>Les installations et les parcours doivent convenir à l'âge et aux habiletés du groupe.</p> <p>Les élèves de la 1<sup>re</sup> à la 4<sup>e</sup> année doivent utiliser des dortoirs seulement.</p> <p>Les toilettes doivent se trouver à distance de marche.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>Les formulaires de renseignements médicaux complets des élèves qui participent doivent être accessibles à l'école où ils doivent être conservés par un auxiliaire désigné.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p><b>Ratio</b> Les ratios superviseur/élèves sont les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 superviseur pour 6 élèves (de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 superviseur pour 8 élèves (de la 5<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 superviseur pour 12 élèves (de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année).</li> </ul> <p>Un véhicule doit être accessible au camp de base en cas d'urgence.</p> <p>Le superviseur responsable de l'excursion doit désigner un adulte responsable (p. ex., enseignant, parent, bénévole) pour conduire ou accompagner un élève blessé</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une boussole ou un GPS et des cartes de la région sont requis.</p> <p>Si vous cuisinez sur des réchauds, utilisez des réchauds au propane ou au gaz liquéfié (un pour huit élèves). Il est fortement recommandé d'utiliser des réchauds à alcool.</p> <p>Une pelle ou une truelle et une lampe de poche doivent se trouver sur place.</p> <p>Il faut emporter des réserves suffisantes d'aliments nutritifs ne nécessitant pas de préparation ou de réfrigération. Consultez le CRE ou le nutritionniste de la santé publique pour obtenir de plus amples renseignements.</p> <p>Il faut emporter une réserve adéquate d'eau potable et un système de traitement de l'eau.</p> <p>Il faut emporter des allumettes ou des allume-feu dans un contenant étanche, ou encore des allumettes imperméables.</p>			<p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Les élèves doivent savoir ce qu'on attend d'eux concernant ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ comportement;</li> <li>▪ procédures d'urgence;</li> <li>▪ signal de rassemblement;</li> <li>▪ limites de l'activité;</li> <li>▪ politique de gestion des risques.</li> </ul> <p>Les enseignants ou superviseurs doivent utiliser un système de surveillance mutuelle pour dénombrer les élèves.</p> <p>Un processus de dénombrement des élèves doit être mis en place.</p> <p>Le programme doit être conçu en détail et comporter des plans d'urgence en cas de mauvais temps.</p> <p>L'itinéraire complet de l'excursion doit être laissé à l'école.</p>	<p>à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable de l'excursion.</p> <p>Si vous utilisez des tentes, au moins l'un des animateurs doit avoir une expérience de camping sous tente.</p> <p>Les élèves du cycle intermédiaire n'ont <i>pas la permission</i> de remplir ou d'allumer les réchauds de camp sans surveillance.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit être titulaire d'un certificat de secourisme en cours de validité, qui peut être basé sur le lieu et la distance d'accès à l'aide médicale d'urgence :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général (si l'activité a lieu en milieu urbain-rural et qu'il faut moins de 60 minutes pour obtenir une aide médicale d'urgence);</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné (de base ou avancé) de la Croix-Rouge canadienne ou l'équivalent, en fonction des considérations de</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les activités du programme doivent convenir à l'âge et au niveau d'habileté des participants.</p> <p>Tous les aliments, la gomme à mâcher et les articles de toilette doivent être retirés des tentes la nuit et conservés dans des contenants à l'épreuve des ours, dans les voitures ou accrochés aux arbres.</p> <p>Les élèves ne doivent pas utiliser de haches et de couteaux de camping. Les scies peuvent être utilisées sous la surveillance directe de l'enseignant à partir de la 6<sup>e</sup> année.</p> <p>Il ne doit y avoir aucune flamme nue ni aucun appareil de chauffage de quelque sorte que ce soit dans les tentes ou à proximité.</p> <p>Il ne doit pas y avoir d'aliments dans les tentes.</p> <p>Il est interdit de se promener pieds nus dans le campement.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation</p>	<p>temps et de distance pour obtenir une aide médicale d'urgence.</p> <p>Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			(consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Excursion en canot

Les excursions en canot sont déconseillées pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année en Nouvelle-Écosse.

Le canotage sur eau en mouvement au-delà de la classe II et le kayak sur eau en mouvement sont déconseillés pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

Il ne faut pas tenter de faire du canotage sur eau en mouvement avec des groupes scolaires qui se trouvent sur des rivières ou des cours d'eau dont la classification des rapides est égale ou supérieure à la classe II.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Il est fortement recommandé d'enregistrer un dispositif SPOT pour les excursions dans les régions éloignées et sauvages.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou qui pend.</p> <p>Les élèves doivent porter des épaisseurs de vêtements appropriées.</p> <p>Les vêtements de rechange secs doivent être conservés dans un sac ou un récipient étanche.</p> <p>Il faut emporter des vêtements de pluie.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations et les parcours prévus peuvent être utilisés en toute sécurité.</p> <p>Les superviseurs ne doivent pas prévoir d'excursion en eaux vives.</p> <p>Le parcours de canotage doit convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p>	<p><i>Consultez la fiche Plein air : Camping (sans canotage).</i></p> <p>S'il y a lieu, cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>Un itinéraire de l'excursion doit être préparé et remis à un responsable de l'école compétent.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV</p>	<p>Les superviseurs doivent posséder au moins un certificat d'excursion en canot de Pagaie Canada et démontrer des compétences en matière de sécurité aquatique, de canotage et dans des domaines connexes, selon les besoins des élèves.</p> <p>Les enseignants sont censés planifier des excursions appropriées d'une demi-journée, d'une journée entière ou avec hébergement pour la nuit, en concevant un parcours correspondant aux capacités du groupe.</p> <p>Au moins un superviseur doit avoir une expérience de ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ saison des insectes;</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Il doit y avoir trois pagaies par canot.</p> <p>Vérifiez que les pagaies et les canots ne présentent pas de fissures ou d'éclats de bois. Vérifiez que les canots n'ont pas de fuites. Une ligne d'attrape flottante d'au moins 15 m (50 pi) par canot (p. ex., sac de sauvetage) est requise.</p> <p>Tous les canots doivent être correctement équipés de cordes de halage.</p> <p>Une écope d'au moins 750 ml (9 oz), avec une ouverture de 65 cm<sup>2</sup> (4 po<sup>2</sup>), faite de plastique ou de métal, doit être fournie pour chaque canot.</p> <p>Une trousse de réparation doit se trouver à bord.</p> <p>Des sacs convenant à une excursion en canot doivent être emportés.</p> <p>Chaque canot doit contenir une lampe de poche imperméable.</p> <p>Le groupe doit disposer d'une méthode de purification de l'eau.</p> <p>Des allumettes imperméables ou des allumettes dans un</p>			<p>(p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p><b>Sécurité aquatique</b></p> <p>Un V.F.I. (gilet de sauvetage) avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté en tout temps sur l'eau, conformément aux règlements de Pagaie Canada. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p><b>Habilités de canotage</b></p> <p>Comme préalable pour le canotage en eau libre, l'élève doit démontrer les compétences de base suivantes à l'instructeur de canotage :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ soulèvement, transport et portage du canot;</li> <li>▪ mise à l'eau d'un canot;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ risques liés à l'eau froide, dynamique des vagues de vent, rapides et capacité de reconnaître les dangers inhérents et les moyens de les éviter;</li> <li>▪ cuisson sur un feu ouvert sans grille;</li> <li>▪ techniques de camp;</li> <li>▪ méthodes d'imperméabilisation par temps pluvieux.</li> </ul> <p>Au moins un superviseur doit avoir une connaissance générale de la région.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat d'excursion en canot de Pagaie Canada ou l'équivalent.</p> <p><b>Ratios</b></p> <p>Si le groupe est divisé en deux excursions, alors deux superviseurs doivent détenir les certificats qui conviennent. Les superviseurs de soutien doivent avoir une expérience et des compétences comparables d'excursion en canot.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>contenant étanche sont requises.</p> <p>Un V.F.I. avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté en tout temps sur l'eau. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>Des cartes et des boussoles appropriées sont requises. Un GPS ne doit être utilisé qu'à titre de secours.</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ embarquement et débarquement corrects du canot;</li> <li>▪ autosauvetage dans un canot sec ou submergé;</li> <li>▪ procédures de sauvetage entre canots;</li> <li>▪ placement des pagayeurs.</li> </ul> <p>Manœuvres à effectuer :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pagayage avant en ligne droite;</li> <li>▪ déplacement latéral;</li> <li>▪ pivotement à 360 degrés dans les deux sens;</li> <li>▪ cercles d'un rayon de 10 mètres dans les deux sens, sans changer de côté de pagayage;</li> <li>▪ arrêt;</li> <li>▪ accostage (rivage et quai).</li> </ul> <p>Pagayage :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pagayage avant et arrière;</li> <li>▪ coup en « J »/coup de gouvernail, appel de l'arrière et écart de l'arrière;</li> <li>▪ propulsion circulaire;</li> <li>▪ manœuvres d'appel et d'écart.</li> </ul> <p>Ces manœuvres doivent être effectuées dans une piscine, une eau peu profonde ou une baie abritée, dans le cadre d'un stage de Pagaie Canada.</p>	<p>Le ratio enseignant ou superviseur/élèves est de 1:10 pour les excursions avec hébergement pour la nuit, selon les ratios de Pagaie Canada. Toutefois, il est fortement recommandé que deux adultes encadrent les excursions dans les régions éloignées et sauvages.</p> <p>Pour toutes les excursions avec hébergement pour la nuit, deux superviseurs adultes sont requis au strict minimum.</p> <p>Lorsque des garçons et des filles participent à une excursion, des enseignants et superviseurs de sexe masculin et féminin doivent les accompagner.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité, soit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage de la Croix-Rouge canadienne (de base ou avancé);</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>La personne à la poupe doit maîtriser le coup en « J » ou le coup de gouvernail.</p> <p>Les élèves doivent savoir comment faire face aux conditions de vent et de vagues inattendues.</p> <p><b>Domaines connexes</b></p> <p>Les élèves doivent connaître ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ premiers soins de base et hypothermie;</li> <li>▪ vêtements appropriés;</li> <li>▪ équipement de canotage et réparations;</li> <li>▪ habiletés et sécurité concernant le camping;</li> <li>▪ préoccupations environnementales;</li> <li>▪ utilisation d'une boussole;</li> <li>▪ lecture d'une carte.</li> </ul> <p>Un plan de mesures d'urgence doit être préparé et communiqué à tous les participants à l'excursion.</p> <p>Un arrangement systématique doit être établi pour les déplacements en groupe et la communication.</p> <p>Le superviseur responsable doit remettre l'excursion si des conditions</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné ou l'équivalent.</li> </ul> <p>Lorsque les élèves se rendent dans des régions éloignées situées à 30 minutes ou plus des services médicaux avancés, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de base ou certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné avancé.</p> <p><b>Remarque :</b> Il est recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>météorologiques mauvaises ou la température de l'eau menacent de mettre en danger la sécurité des élèves.</p> <p>À l'approche soudaine d'un temps orageux, cherchez immédiatement un abri convenable.</p> <p>Le canotage doit avoir lieu uniquement durant le jour, sauf en cas d'urgence.</p> <p><b>Remarque :</b> Des feux de navigation sont requis la nuit ou lorsque la visibilité est réduite (p. ex., avec une lampe de poche imperméable).</p> <p>Les instructeurs de canotage doivent connaître les conditions nautiques (p. ex., courants et flots de fond).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Canotage (piscines, canotage sur lac, canotage de camp)

Le canotage est déconseillé pour les élèves de Nouvelle-Écosse de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Le canotage sur eau en mouvement au-delà de la classe I est déconseillé.

Le kayak en eau vive et le rafting en eau vive sont déconseillés pour les élèves en éducation physique de Nouvelle-Écosse.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une trousse de premiers soins pour l'arrière-pays complète et les formulaires contenant les renseignements médicaux des participants doivent être facilement accessibles.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>N'utilisez jamais de canot d'aluminium dans une piscine.</p> <p>Vérifiez que les pagaies et les canots ne présentent pas de fissures ou d'éclats de bois.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures adaptés aux activités et aux conditions environnementales.</p> <p>Des chaussures doivent être portées en permanence, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur du canot.</p> <p>Aucun bijou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les conditions nautiques doivent convenir au niveau d'habiletés du groupe.</p>	<p>Cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>Les formulaires de renseignements médicaux complets des élèves qui participent doivent être accessibles à l'école où ils doivent être conservés par un auxiliaire désigné.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran</p>	<p>Une surveillance sur place par l'instructeur est requise lorsque les élèves sont dans les canots.</p> <p>Un véhicule doit être accessible en cas d'urgence.</p> <p>Le superviseur responsable de l'excursion doit désigner un adulte responsable (p. ex., enseignant, parent, bénévole) pour conduire ou accompagner un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable de l'excursion.</p> <p>Les superviseurs de soutien doivent posséder des compétences comparables pour répondre aux attentes en matière de canotage dans le cadre d'un programme de canotage en secteur riverain.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Vérifiez que les canots n'ont pas de fuites. Chaque canot doit contenir une pagaie par personne, plus une pagaie supplémentaire.</p> <p>Une ligne d'attrape flottante d'au moins 15 m (45 pi) par canot (p. ex., sac de sauvetage avec corde à lancer) est requise.</p> <p>Une écope d'au moins 750 ml (9 oz), avec une ouverture de 65 cm<sup>2</sup> (4 po<sup>2</sup>), faite de plastique ou de métal, doit être fournie pour chaque canot.</p> <p>Il doit y avoir une lampe de poche imperméable par canot.</p> <p>Un V.F.I. avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté en tout temps sur l'eau. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p>			<p>solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur des élèves;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p><b>Sécurité aquatique</b></p> <p>Un V.F.I. avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté en tout temps sur l'eau, conformément aux règlements de Pagaie Canada. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p>	<p><b>Qualifications des instructeurs</b></p> <p>Les instructeurs doivent posséder un certificat d'instructeur de canotage en secteur riverain de Pagaie Canada ou l'équivalent.</p> <p><b>Ratios pour le canotage</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 superviseur pour 10 élèves</li> </ul> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat d'instructeur de canotage en secteur riverain de Pagaie Canada ou l'équivalent.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité, soit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauvetage de la NLS;</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général avec RCR niveau C (distances et temps d'accès correspondant au milieu urbain-rural);</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné (de base ou</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les superviseurs doivent connaître les prévisions météorologiques, en particulier les conditions de vent. L'activité de canotage doit être annulée en cas de conditions défavorables.</p> <p>À l'approche soudaine d'un temps orageux, cherchez immédiatement un abri convenable.</p> <p>Le canotage doit avoir lieu uniquement durant le jour, sauf en cas d'urgence.</p> <p><b>Remarque :</b> Des feux de navigation sont requis la nuit ou lorsque la visibilité est réduite (p. ex., avec une lampe de poche imperméable).</p> <p>Les instructeurs de canotage doivent connaître les conditions nautiques (p. ex., courants et flots de fond).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>avancé) de la Croix-Rouge canadienne en fonction des considérations de temps et de distance pour obtenir une aide médicale d'urgence.</p> <p><b>Remarque :</b> Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Canotage en eau vive (rivières de classe I et de classe II seulement)

**Classe I :** Facile. Mouvement rapide de l'eau avec zones de courant et petites vagues. Il y a très peu d'obstacles et ils sont tous évidents et faciles à contourner avec une formation adéquate. Les nageurs courent un risque peu élevé; l'autosauvetage est facile à réaliser.

**Classe II :** Novice. Rapides nets avec passages larges et libres, faciles à apercevoir sans reconnaissance. Des manœuvres occasionnelles sont nécessaires, mais les rochers et les vagues de taille moyenne seront facilement contournés par des pagayeurs formés. Les nageurs risquent rarement de se blesser et l'assistance du groupe, bien qu'utile, est rarement requise.

Pour les deux classes susmentionnées, les rapides ne présentent pas de vagues modérées et irrégulières, de larges vagues ou crépines, de forts tourbillons ou de courants puissants, selon l'Échelle internationale de niveau de difficulté des rivières.

Si le canotage en eau vive fait partie d'une excursion en canot, consultez aussi la fiche d'activité Plein air : Excursion en canot, particulièrement les colonnes Règles et consignes particulières et Surveillance.

Si le canotage en eau vive fait partie d'un séjour en camp ou s'il s'agit de l'activité d'une journée en particulier, consultez aussi la fiche d'activité Plein air : Canotage, plus particulièrement la colonne Surveillance.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les canots doivent être résistants et durables.</p> <p>Les canots doivent être pourvus de ce qui suit :</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Combinaisons isothermiques ou exothermiques, au besoin.</p> <p>Un V.F.I. (gilet de sauvetage) avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Le niveau de difficulté de la rivière doit être évalué et déterminé la journée même par un instructeur qualifié.</p> <p>Il faut déterminer si l'eau vive est de classe I ou de classe II.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs</b></p> <p>Certificat de canotage en eau vive de Pagaie Canada et certificat de technicien de sauvetage en eaux vives, ou l'équivalent.</p> <p>Au moins un superviseur doit être un instructeur qualifié.</p> <p>Le ratio superviseur/élèves doit être conforme aux ratios suggérés par Pagaie Canada.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pagaies (une par personne);</li> <li>▪ dispositif de flottaison.</li> </ul> <p>Le port de casques pour eau vive (p. ex. Protec, Shred, Wildwater) est obligatoire.</p> <p>L'équipement respecte le <i>Règlement sur les petits bâtiments</i> de Transports Canada : <a href="https://tc.canada.ca/fr/transport-maritime/securite-maritime/bureau-securite-nautique">https://tc.canada.ca/fr/transport-maritime/securite-maritime/bureau-securite-nautique</a>.</p> <p>La trousse avec écope doit comprendre :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ deux mousquetons;</li> <li>▪ deux boucles de Prusik de 18 po;</li> <li>▪ une corde statique Spectra de 23 m (75 pi);</li> <li>▪ une corde flottante de 23 m (75 pi) <math>\frac{3}{8}</math> po</li> </ul> <p>Vérifiez que les pagaies et les canots ne présentent pas de fissures ou d'éclats de bois. Vérifiez que les canots n'ont pas de fuites.</p>			<p>solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur des élèves;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Avant de participer à l'activité de canotage en eau vive, les élèves doivent démontrer les compétences de base suivantes à un instructeur de canotage, dans une piscine, une eau peu profonde ou une baie abritée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ embarquement et débarquement corrects du canot;</li> <li>▪ autosauvetage dans un canot sec ou submergé;</li> </ul>	<p>Pour toutes les excursions avec hébergement pour la nuit, deux superviseurs adultes ou membres du personnel sont requis au strict minimum.</p> <p>Au moins un superviseur doit avoir une connaissance détaillée de la région.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité, qui peut être le certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné (de base ou avancé) de la Croix-Rouge canadienne, ou l'équivalent, en fonction des considérations de temps et de distance pour obtenir une aide médicale avancée.</p> <p>Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure (p. ex., NLS).</p> <p>Un véhicule doit être accessible en cas d'urgence.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ procédures de sauvetage entre canots;</li> <li>▪ pagayage synchronisé;</li> <li>▪ placement des pagayeurs.</li> <li>▪ chargement du canot.</li> </ul> <p><b>Sécurité aquatique</b></p> <p>Avant de participer à une activité de canotage en eau vive, les élèves doivent démontrer à l'instructeur qualifié qu'ils possèdent les compétences suivantes en matière de sécurité nautique et de canotage :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ nage dans les courants en portant un V.F.I. (gilet de sauvetage);</li> <li>▪ récupération d'un canot submergé;</li> <li>▪ autosauvetage;</li> <li>▪ lancer d'une corde de sauvetage et sauvetage;</li> <li>▪ communication en situation d'urgence;</li> <li>▪ évaluation de la rivière (p. ex., repli, vagues courbées, hydraulique, tourbillons, coussins, pleureurs et crépines);</li> <li>▪ analyse de la difficulté de la rivière.</li> </ul>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Course de fond, course d'orientation (à l'extérieur de l'enceinte de l'école)

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une carte, des boussoles qui fonctionnent, des repères de contrôle et des poinçons doivent être accessibles.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de pieds nus. Aucune chaussure à pointes ou à crampons.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Avant que les élèves fassent le parcours de course de fond ou d'orientation pour la première fois, les enseignants doivent le vérifier à pied afin de repérer d'éventuels dangers.</p> <p>Après une averse importante ou une violente tempête, si le parcours de la course de fond ou d'orientation est fait de gazon ou traverse un boisé, les enseignants ou instructeurs doivent le vérifier à pied afin de repérer d'éventuels dangers.</p> <p>Avant le début de la course, les enseignants doivent décrire le parcours ou la course aux élèves (p. ex., indiquer les endroits où il faut faire preuve de prudence).</p> <p>Si des trottoirs autour de l'école font partie du trajet, assurez-vous que les élèves ne traversent pas</p>	<p>Une explication préalable à l'activité peut être nécessaire pour s'assurer que les participants comprennent les points suivants, s'ils s'appliquent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ objet de l'exercice;</li> <li>▪ mise en pratique des habiletés d'orientation clés requises;</li> <li>▪ nécessité de vérifier l'équipement;</li> <li>▪ lieu du départ et de l'arrivée;</li> <li>▪ heure limite;</li> <li>▪ importance d'être de retour à l'heure limite, même si la course n'est pas terminée;</li> <li>▪ zone à utiliser, y compris ses limites (p. ex., rester dans la forêt), les zones dangereuses (p. ex., rochers escarpés) et les sections hors limites (p. ex., propriété privée);</li> <li>▪ ce qu'il faut faire si on se perd (p. ex., utiliser un azimut de sécurité, donner trois coups de sifflet);</li> </ul>	<p>Une surveillance générale est requise.</p> <p>Un superviseur doit être titulaire d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné en cours de validité; il doit s'agir au minimum d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge, ou l'équivalent, si l'activité se déroule à l'extérieur de l'enceinte de l'école et dans un milieu de type sauvage. Si l'endroit est considéré comme un milieu urbain-rural, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme général en cours de validité, et les superviseurs qui l'appuient doivent posséder au moins un certificat de secourisme d'urgence.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
		<p>d'intersections achalandées à moins d'être surveillés de près.</p> <p>Lorsque les limites sont difficiles à définir, il est recommandé de faire appel à des patrouilleurs aux endroits préoccupants ou de délimiter la zone avec du ruban.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dangers particuliers (p. ex., dangers pour les yeux près des branches basses, risques liés à la traversée de roches glissantes, descentes rapides et abruptes);</li> <li>▪ procédures de premiers soins et d'urgence; les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</li> </ul> <p>La longueur et la difficulté du parcours doivent convenir à l'âge et au niveau d'habileté des participants (p. ex., les élèves du primaire ne doivent pas être hors de vue pendant de longues périodes).</p> <p>Il faut inclure des périodes d'échauffement et de récupération appropriées.</p> <p>Surveillez les athlètes dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation</p>	<p><b>Ratios pour la course d'orientation à l'extérieur de l'enceinte de l'école</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 10 élèves (de la maternelle à la 5<sup>e</sup> année)</li> <li>▪ 1 enseignant pour 20 élèves (de la 6<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année)</li> <li>▪ 1 enseignant pour 30 élèves (de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année)</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>(consultez la section Introduction).</p> <p>Les élèves doivent connaître les règles de base de la sécurité routière.</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur des élèves;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent courir deux par deux ou en groupes.</p> <p>L'utilisation d'un appareil audio (p. ex., lecteurs MP3) est interdite.</p> <p>Chaque élève doit avoir un sifflet d'urgence pour la course d'orientation.</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Il doit toujours y avoir un superviseur ou un adulte aux points de départ et d'arrivée de l'activité pendant que les participants suivent le parcours.</p> <p>Les procédures d'urgence en place doivent être adaptées à la situation (p. ex., relief, emplacement, participants, conditions météorologiques).</p> <p>Les participants doivent connaître les limites et les stratégies de relocalisation appropriées.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Plein air : Ski de fond, raquette, ski de patin

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p><b>Ski de fond</b></p> <p>Les skis de fond, les fixations, les bottes et les bâtons de ski doivent être en bon état et leur taille doit convenir au skieur.</p> <p><b>Raquette</b></p> <p>Les raquettes à neige et leurs fixations doivent être en bon état.</p> <p><b>Ski de patin</b></p> <p>Les skis de patin ne doivent pas être fissurés. Les attaches doivent être en bon état.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Les vêtements doivent convenir à une activité de plein air en hiver.</p> <p>Il faut porter plusieurs épaisseurs de vêtements ainsi qu'une tuque et des mitaines ou des gants.</p> <p>Aucun bijou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Indiquez les parcours précis aux élèves pour qu'ils connaissent les limites de l'activité, qu'il s'agisse d'un emplacement commercial ou non.</p> <p>Lorsque les enseignants choisissent un endroit, ils doivent tenir compte du soleil, du vent et des conditions d'enneigement, et s'assurer que le terrain convient à l'âge et aux habiletés des élèves.</p> <p>Le choix d'un emplacement non commercial doit se faire selon les critères suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ terrain plat avec pistes d'entraînement;</li> <li>▪ vaste espace libre au pied d'une grande colline;</li> <li>▪ installations procurant chaleur, nourriture, fartage, etc., à proximité;</li> <li>▪ pistes bien balisées.</li> </ul>	<p>Revoyez les points suivants avec les élèves :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ choix de vêtements convenables selon l'activité et les conditions météorologiques de la journée;</li> <li>▪ reconnaissance et traitement des engelures et de l'hypothermie;</li> <li>▪ importance de la protection contre le soleil;</li> <li>▪ mesures de sécurité concernant l'utilisation des bâtons de ski pointus près d'autres skieurs.</li> </ul> <p>Établissez des procédures d'urgence et communiquez-les aux élèves.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Enseignez les manœuvres de base en amont et en aval sur des pentes douces.</p>	<p>Une surveillance générale est requise à tous les endroits.</p> <p><b>Ratios</b></p> <p>Une surveillance sur place est requise lorsque les habiletés sont enseignées :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ enseignant pour la classe entière.</li> </ul> <p>Surveillance à l'extérieur de l'enceinte de l'école une fois les habiletés enseignées :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 10 élèves (de la maternelle à la 9<sup>e</sup> année);</li> <li>▪ 1 enseignant pour 15 élèves (de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année).</li> </ul> <p>Des ratios doivent être en place pour les excursions de ski de fond d'une journée et les sorties en raquettes à l'extérieur de l'enceinte de l'école.</p> <p>Si l'endroit est considéré comme un milieu sauvage (60 minutes ou plus avant d'obtenir une aide médicale d'urgence), un superviseur</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Consultez la section Équipement dans l'introduction en ce qui concerne l'équipement apporté de la maison par les élèves pour être utilisé en classe.</p>			<p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Apprenez aux élèves à vérifier que leurs bottes sont bien retenues par les fixations.</p> <p>Établissez un système de surveillance mutuelle.</p> <p>Pendant l'utilisation des installations de plein air, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur des élèves;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Demandez aux participants de se tenir à une distance de sécurité les uns des autres (p. ex., 2 à 3 m) pour éviter</p>	<p>doit détenir un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné en cours de validité; il doit s'agir au minimum d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge, ou l'équivalent, pour les activités à l'extérieur de l'enceinte de l'école. Si l'endroit est considéré comme un milieu urbain-rural, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme général en cours de validité, et les superviseurs qui l'appuient doivent posséder au moins un certificat de secourisme d'urgence.</p> <p>Un superviseur désigné (enseignant, parent ou adulte responsable) devra être en mesure de conduire un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable de la sortie.</p> <p>Un véhicule doit être accessible pour le transport en cas d'urgence.</p> <p>Si la classe est divisée en groupes, les fonctions des superviseurs de chaque</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>les collisions et les trébuchements.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les enseignants doivent surveiller les élèves souffrant d'asthme et d'autres problèmes respiratoires. Les élèves souffrant d'asthme grave doivent skier avec leur inhalateur.</p>	<p>groupe doivent être clairement définies.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Bateau-dragon

Le bateau-dragon est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Inspectez les pagaies et les bateaux et vérifiez les points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pas de fissures ni d'éclats de bois;</li> <li>▪ la tête, la queue, le tambour, le siège du batteur et la barre sont bien fixés;</li> <li>▪ le bateau ne fuit pas et les écopés sont présentes;</li> <li>▪ le siège central est en place s'il s'agit d'un bateau jumelé;</li> <li>▪ les chambres de flottaison sont en bon état et elles</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Les chaussures doivent être bien attachées au pied.</p> <p>Les personnes à bord du bateau-dragon doivent porter en tout temps un V.F.I. (gilet de sauvetage) approuvé par le Canada. Il doit être de la bonne taille et bien attachée.</p> <p>Les lunettes, le cas échéant, doivent être retenues par une courroie de sécurité.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Les parents et tuteurs doivent être informés de l'importance d'une tenue appropriée.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les conditions météorologiques et nautiques doivent convenir au niveau d'habiletés du groupe.</p> <p><b>Zone contrôlée</b></p> <p>Un endroit restreint (p. ex., piscine, bord d'un lac ou rivière calme) doit être disponible pour enseigner les habiletés de base en pagayage.</p> <p>L'enseignant ou le superviseur doit connaître l'endroit, ou ce dernier doit être communément utilisé pour faire du bateau-dragon.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités et les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de bateau-dragon avant la tenue de l'activité. Le fournisseur de l'activité doit répondre aux exigences minimales indiquées sur cette fiche.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Avant de faire du bateau-dragon, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité :</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p><b>Ratio</b></p> <p>Pour l'enseignement de base sur l'eau, le ratio est de 1 enseignant ou instructeur pour 12 élèves.</p> <p>Un enseignant ou instructeur doit se trouver sur le bateau-dragon. L'autre peut être sur la rive ou à bord d'un bateau de secours motorisé.</p> <p>Un bateau de secours motorisé avec un secouriste à bord doit être à l'eau et accessible pendant que les élèves font du bateau-dragon. Le pilote du bateau de secours doit détenir une Carte de conducteur d'embarcation de plaisance.</p> <p>Un véhicule doit être accessible en cas d'urgence.</p> <p>Désignez un superviseur (p. ex., enseignant, parent) pour conduire un élève blessé</p>

<p>suffisent à assurer la flottaison;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>le bateau respecte le <i>Règlement sur les petits bâtiments</i> de Transports Canada : <a href="http://www.tc.gc.ca">http://www.tc.gc.ca</a>.</li> </ul> <p>Le barreur doit posséder deux alarmes sonores (p. ex., sifflet, avertisseur pneumatique).</p> <p>Un bateau de sauvetage doit être équipé d'un porte-voix électrique ou d'un mégaphone.</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> <li>nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> <li>nager 50 m (164 pi) de façon continue peu importe le style de nage.</li> </ul> <p>Les éléments du test doivent être exécutés dans l'ordre, sans aide et sans arrêt.</p> <p>Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test. Il est conforme à la norme Nager pour survivre<sup>MD</sup> de la Société de sauvetage.</p> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p><i>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation susmentionné ou qui ne possèdent pas la certification indiquée ne doivent pas</i></p>	<p>à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur de l'excursion.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs</b></p> <p>L'instructeur doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>avoir au moins suivi un cours d'instructeur sur grand canot de Pagaie Canada;</li> <li>démontrer les compétences énumérées pour le barreur dans la colonne Règles et consignes particulières;</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>détenir un certificat conformément aux exigences de la Dragon Boat Association.</li> </ul> <p>Dragon Boat Canada : <a href="http://www.dragonboat.ca">www.dragonboat.ca</a>.</p> <p>International Dragon Boat Federation : <a href="http://www.idbf.org">www.idbf.org</a>.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Pour assurer les premiers soins, au moins un superviseur doit détenir l'un des certificats suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS);</li> <li>certificat en cours de validité de :</li> </ul>
---	--	--	---	--

			<p><i>participer à l'activité de bateau-dragon.</i></p> <p>L'enseignant superviseur doit être informé des résultats du test de natation.</p> <p>Les élèves doivent connaître l'équipement de sécurité disponible et savoir comment l'utiliser.</p> <p>Avant le début de chaque séance, l'enseignant ou l'instructeur doit informer quelqu'un (p. ex., un membre du personnel des installations) de l'heure de début et de fin de l'exercice sur l'eau.</p> <p>Les procédures de sécurité et les procédures d'urgence doivent être communiquées aux élèves et aux autres superviseurs de la sortie.</p> <p>Apprenez aux élèves à prévenir et à traiter l'hypothermie.</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Le barreur peut être assis ou debout.</p> <p>Le barreur est la personne responsable. Il est supérieur en grade à tous les autres participants sur le bateau.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– secourisme général avec RCR;</li> <li>– secourisme en milieu sauvage et éloigné (de base ou avancé) de la Croix-Rouge canadienne en fonction des considérations de temps et de distance pour l'accès aux services médicaux d'urgence.</li> </ul>
--	--	--	---	---

			<p>Le barreur de chaque bateau doit démontrer les connaissances et les habiletés suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ lire et comprendre le <i>Guide de sécurité nautique TP 511</i> de Transports Canada;</li> <li>▪ être en mesure de gérer l'équipe et de faire preuve d'autorité auprès de ses membres;</li> <li>▪ charger correctement le bateau;</li> <li>▪ équilibrer correctement le bateau;</li> <li>▪ maintenir une ligne droite à pleine vitesse de course avec à bord un équipage complet de 18 à 20 pagayeurs et un batteur;</li> <li>▪ réussir un parcours en huit autour de deux bouées à vitesse normale avec un équipage complet à bord, dans les deux sens. S'il n'y a pas de bouées, il doit réussir un parcours donné comprenant des virages à gauche et à droite;</li> <li>▪ effectuer des manœuvres latérales sans avancer;</li> <li>▪ faire pivoter le bateau de 360 degrés dans les deux sens sans l'aide des pagayeurs;</li> </ul>	
--	--	--	---	--

			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ guider le bateau vers l'avant en ligne droite sans l'aide des pagayeurs;</li> <li>▪ guider le bateau vers l'arrière sur une distance de 50 m sans l'aide des pagayeurs;</li> <li>▪ effectuer un arrêt d'urgence en passant de la vitesse de course à l'arrêt complet;</li> <li>▪ accoster de façon sécuritaire (jetée, ponton, quai) dans des conditions calmes et venteuses;</li> <li>▪ gérer la descente des membres de l'équipe;</li> <li>▪ attacher le bateau et s'assurer que tout l'équipement est rangé correctement.</li> </ul> <p><b>Procédures de sécurité</b></p> <p>Si un élève a besoin d'aide durant une séance, le batteur ou le barreur doit lever la main et produire trois sons courts à l'aide de l'alarme sonore fournie afin d'informer le secouriste ou le bateau de secours.</p> <p>Avant le début de chaque séance, chaque pagayeur doit être jumelé avec son voisin en cas d'urgence (surveillance mutuelle). Les deux premiers pagayeurs</p>	
--	--	--	---	--

			<p>doivent aussi surveiller le batteur et les deux derniers doivent surveiller le barreur.</p> <p>Le barreur doit pouvoir utiliser les commandes courantes de la course de bateau-dragon auxquelles l'équipage doit pouvoir répondre correctement.</p> <p><b>Procédures d'urgence</b></p> <p>Voici les procédures à suivre si le bateau est inondé :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ le barreur doit connaître les problèmes médicaux (p. ex., asthme) dont peuvent souffrir chacun des pagayeurs;</li> <li>▪ le barreur est responsable de l'équipage jusqu'à l'arrivée du bateau de secours motorisé;</li> <li>▪ l'équipage doit s'agripper au bateau. Il faut demander aux élèves de ne pas nager jusqu'à la rive;</li> <li>▪ chaque élève doit repérer son coéquipier (surveillance mutuelle);</li> <li>▪ chaque élève doit informer le barreur si son coéquipier est manquant (surveillance mutuelle);</li> <li>▪ le bateau de secours ne doit pas mettre en danger (par exemple,</li> </ul>	
--	--	--	--	--

			<p>bloquer) les participants dans l'eau;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ chaque élève doit suivre les instructions du barreur ou du secouriste;</li> <li>▪ si le bateau flotte suffisamment, l'équipage doit réintégrer le bateau et pagayer jusqu'à la rive. Sinon, les pagayeurs doivent s'agripper au bateau et suivre les instructions du barreur.</li> </ul> <p>L'instructeur doit être au courant des prévisions météorologiques, en particulier des conditions de vent et des conditions nautiques (p. ex., courants, marées, vagues).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents). L'activité de bateau-dragon doit être annulée en cas de conditions météorologiques défavorables.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation</p>	
--	--	--	---	--

			(consultez la section Introduction).	
--	--	--	--------------------------------------	--

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Kayak en eaux calmes (piscines, kayak de camp)

Le kayak en eaux calmes est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.

Toutes les activités de kayak doivent respecter les normes de Pagaie Canada.

Le kayak ne doit se pratiquer que sur des eaux calmes ou sur une rivière sans rapides où la présence de tourbillons est très faible.

Le kayak sur eau en mouvement est déconseillé pour les élèves de la Nouvelle-Écosse.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une trousse de premiers soins pour l'arrière-pays complète et le formulaire qui contient les renseignements médicaux des participants doivent être facilement accessibles.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, système de radio bidirectionnelle, radio VHF) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Le kayak doit être muni de réserves de flottabilité adéquates à l'avant et à</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures adaptés aux activités et aux conditions environnementales.</p> <p>Aucun bijou apparent qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les conditions nautiques doivent convenir au type de kayak utilisé et au niveau d'habileté du groupe.</p>	<p>Cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>Les formulaires de renseignements médicaux complets des élèves qui participent doivent être accessibles.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire)</p>	<p>Une surveillance sur place par l'instructeur est requise lorsque les élèves sont dans les kayaks.</p> <p>Le superviseur responsable de l'excursion doit désigner un adulte responsable (p. ex., enseignant, parent, bénévole) pour conduire ou accompagner un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable de l'excursion.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs</b></p> <p>L'instructeur principal doit détenir un certificat d'instructeur d'initiation au kayak de mer de Pagaie Canada, et le guide principal doit être titulaire au</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>l'arrière pour l'empêcher de couler lorsqu'il est rempli d'eau.</p> <p>Vérifiez que les pagaies (1 par pagayeur) et les kayaks ne présentent pas de fissures ou d'éclats. Vérifiez que les kayaks n'ont pas de fuites. Des pagaies supplémentaires doivent être mises à la disposition des participants.</p> <p>Une ligne d'attrape flottante d'au moins 15 m (45 pi) par kayak (p. ex., sac de sauvetage avec corde à lancer) est requise et doit être accessible depuis chaque embarcation.</p> <p>Une pompe de cale par kayak doit être disponible et accessible depuis chaque embarcation.</p> <p>Une lampe de poche imperméable par kayak est requise.</p> <p>Un ballon de pagaie par pagayeur doit être disponible et accessible dans chaque embarcation.</p> <p>Un V.F.I. avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté en tout temps sur l'eau.</p>			<p>et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur des élèves;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p><b>Sécurité aquatique</b></p> <p>Lorsqu'ils font du kayak, les élèves et les superviseurs doivent porter un V.F.I. approuvé par Transports Canada en tout temps sur l'eau, près de l'eau ou dans l'eau. Consultez la colonne Équipement.</p> <p><b>Emplacement</b></p> <p>L'emplacement doit être enclos et abrité, et offrir des</p>	<p>moins d'un certificat de compétence I en kayak de mer ou l'équivalent.</p> <p><b>Ratios pour le kayak</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 superviseur pour 6 élèves pendant l'enseignement</li> <li>▪ Excursions guidées : Un superviseur doit être un guide au niveau de compétence I de Pagaie Canada pour soutenir adéquatement l'activité. L'autre superviseur doit être un instructeur de kayak de mer agréé par Pagaie Canada ou détenir un certificat d'instructeur d'initiation aux habiletés de kayak de mer.</li> <li>▪ Il est recommandé d'avoir un maximum de deux animateurs pour 12 élèves.</li> </ul> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité, soit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauvetage de la NLS;</li> </ul> <p>OU</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>Une pagaie de secours doit être accessible pour le groupe.</p>			<p>possibilités de débarquement facile immédiatement présentes.</p> <p>Ce cours peut être dispensé dans une piscine.</p> <p>Les superviseurs doivent connaître les prévisions météorologiques, en particulier les conditions de vent.</p> <p>L'activité de kayak doit être annulée en cas de conditions défavorables.</p> <p>À l'approche soudaine d'un temps orageux, cherchez immédiatement un abri convenable.</p> <p>Le kayak doit se pratiquer uniquement durant le jour, sauf en cas d'urgence.</p> <p><b>Remarque :</b> Des feux de navigation sont requis la nuit ou lorsque la visibilité est réduite (p. ex., avec une lampe de poche imperméable).</p> <p>Les instructeurs de kayak doivent connaître les conditions nautiques (p. ex., courants et flots de fond).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex.,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général avec RCR niveau C (distances et temps d'accès correspondant au milieu urbain-rural);</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné (de base ou avancé) de la Croix-Rouge canadienne en fonction des considérations de temps et de distance pour obtenir une aide médicale d'urgence.</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure.</p> <p>L'instructeur ou au guide doit pouvoir accéder immédiatement à tout le matériel de sécurité et de sauvetage approuvé.</p> <p>Le lieu d'enseignement et les excursions guidées doivent correspondre au niveau d'habileté des élèves et respecter les règlements de Pagaie Canada pour le kayak de mer.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Équitation (classique, western, thérapeutique)

Randonnées sur les sentiers : de la 5<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année seulement.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Sur les sentiers, un guide par groupe doit transporter une trousse de premiers soins.</p> <p>Utilisez des chevaux qui conviennent aux débutants.</p> <p>Utilisez un harnachement adapté et sécuritaire, bien ajusté au cheval.</p> <p>L'instructeur doit ajuster et vérifier le harnachement (sangle, étriers) pour chaque cavalier.</p>	<p>Vêtements appropriés pour l'équitation (p. ex., pantalons amples ou extensibles). Chaussures appropriées pour l'équitation <i>seulement</i> (p. ex., bottes avec talons).</p> <p>Bombes bien ajustées avec jugulaire, homologuées BSI, ASTM ou SEI seulement.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p><b>Randonnées sur les sentiers</b></p> <p>Des chaussures appropriées doivent être portées : le talon des bottes doit mesurer un demi-pouce au minimum et deux pouces au maximum, pas de semelle plateforme.</p> <p>Vous trouverez d'autres renseignements sur les vêtements et les chaussures appropriés pour l'équitation thérapeutique dans les normes d'évaluation des risques de l'ACET (<a href="http://www.cantra.ca">www.cantra.ca</a>).</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Le centre équestre doit être membre de l'Association of Riding Establishments.</p> <p>Les manèges (intérieurs ou extérieurs) doivent offrir suffisamment d'espace et une bonne adhérence. Ils doivent être exempts de dangers potentiels (p. ex. clôtures brisées, routes).</p> <p>La première leçon doit avoir lieu dans un endroit clôturé.</p> <p>Vous trouverez d'autres directives de sécurité pour l'équitation thérapeutique dans les normes d'évaluation des risques de l'ACET (<a href="http://www.cantra.ca">www.cantra.ca</a>).</p>	<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les instructeurs doivent connaître tous les élèves souffrant de problèmes médicaux présentant un risque.</p> <p>Les élèves doivent connaître les techniques sécuritaires de maniement et de monte des chevaux.</p> <p>Les élèves doivent respecter les règles établies concernant les manèges, le traitement des chevaux, les activités permises, etc.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures</p>	<p>L'enseignant doit se trouver sur place.</p> <p>Une surveillance sur place par un instructeur qualifié est requise pour la première leçon.</p> <p>Après la première leçon et sur les sentiers, une surveillance générale par un instructeur qualifié est requise.</p> <p>Un superviseur doit être titulaire d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné en cours de validité; il doit s'agir au minimum d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge, ou l'équivalent, si l'activité se déroule à l'extérieur de l'enceinte de l'école et dans un milieu de type sauvage. Si l'endroit est considéré comme un milieu urbain ou éloigné, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme général en cours de validité, et les superviseurs</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Toutes les selles doivent être munies d'étriers de sécurité.</p> <p>Les guides sur les sentiers doivent posséder ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ système de communication pour toutes les randonnées sur les sentiers (p. ex., émetteur-récepteur portatif, téléphone cellulaire qui fonctionne);</li> <li>▪ sifflet;</li> <li>▪ longe;</li> <li>▪ couteau aiguisé;</li> <li>▪ cure-pied;</li> <li>▪ bandes de cuir pour réparer le harnachement.</li> </ul> <p>Vous trouverez d'autres renseignements sur l'équipement de sécurité pour l'équitation thérapeutique dans les normes d'évaluation des risques de l'ACET (<a href="http://www.cantra.ca">www.cantra.ca</a>).</p>			<p>extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>L'élève doit démontrer à un instructeur d'équitation qualifié qu'il peut arrêter, tourner, rester en équilibre et contrôler sa monture avant de pouvoir aller sur les sentiers.</p> <p>Les débutants doivent être supervisés par un employé des lieux compétent durant le maniement et le harnachement du cheval ou du poney.</p> <p>Un superviseur doit tenir le cheval pendant que l'élève se met en selle, ou ce dernier doit utiliser un montoir.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p><b>Randonnées sur les sentiers</b></p> <p>Les élèves ne doivent pas descendre de leur monture durant la randonnée, à moins que sa durée dépasse une heure. Dans ce cas, ils doivent</p>	<p>qui l'appuient doivent posséder au moins un certificat de secourisme d'urgence.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs d'équitation</b></p> <p>Les instructeurs doivent être titulaires d'un certificat de secourisme et de RCR.</p> <p><b>Équitation western</b></p> <p>Les instructeurs ou enseignants doivent détenir un certificat du <i>Canadian Equine Western Rider Preparation Program</i>, un certificat du <i>Nova Scotia Equestrian Instructor Program</i> ou l'équivalent approuvé par la Nova Scotia Equestrian Federation : <a href="http://www.horsenovascotia.ca">www.horsenovascotia.ca</a>.</p> <p><b>Équitation classique</b></p> <p>Les instructeurs ou enseignants doivent détenir un certificat du <i>Canadian Equine Federation English Rider Preparation Program</i>, un certificat de l'<i>Equine Canada English Instructor Program</i> ou l'équivalent approuvé par la Nova Scotia</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>absolument obtenir l'aide du guide de sentiers.</p> <p>Dans les côtes et les descentes, le cheval doit rester au pas.</p> <p>L'équitation sans selle est interdite.</p> <p>Vous trouverez d'autres directives concernant l'équitation thérapeutique dans les normes d'évaluation des risques de l'ACET (<a href="http://www.cantra.ca">www.cantra.ca</a>).</p> <p>En ce qui concerne l'équitation thérapeutique, l'accès aux renseignements médicaux détaillés est primordiale.</p>	<p>Equestrian Federation : <a href="http://www.horsenovascotia.ca">www.horsenovascotia.ca</a>.</p> <p><b>Équitation thérapeutique</b></p> <p>Les instructeurs ou enseignants doivent détenir un certificat canadien d'instructeur d'équitation thérapeutique (CTRI) en cours de validité.</p> <p><b>Guides de sentiers</b></p> <p>Les instructeurs ou enseignants doivent détenir un certificat du <i>Trail Guides Certification Program</i> de l'Association of Riding Establishments ou de la Nova Scotia Equestrian Federation ou l'équivalent approuvé par la Nova Scotia Equestrian Federation : <a href="http://www.horsenovascotia.ca">www.horsenovascotia.ca</a>.</p> <p><b>Ratios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 instructeur par élève pour la première leçon et l'équitation thérapeutique</li> <li>▪ 1 instructeur pour 5 élèves après la première leçon</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				<p><b>Ratios pour les randonnées sur les sentiers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Toutes les randonnées de niveau intermédiaire doivent respecter un ratio de 1 guide de sentiers pour 5 élèves; il doit y avoir au moins 2 guides lorsqu'il y a plus de 5 élèves.</li> </ul> <p>Vous trouverez d'autres renseignements sur la surveillance concernant l'équitation thérapeutique dans les normes d'évaluation des risques de l'ACET (<a href="http://www.cantra.ca">www.cantra.ca</a>).</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Vélo de montagne

Le vélo de montagne se pratique sur des surfaces hors route variées (p. ex., routes en gravier, pistes de ski, pistes cyclables, etc.).

**Remarque :** Toutes les habiletés de base pour le vélo de montagne peuvent être enseignées sur place. Si l'expérience de vélo de montagne a lieu à l'extérieur de l'enceinte de l'école, il est fortement recommandé que l'enseignant détienne un certificat de l'IMBA, un certificat en éducation de plein air ou une formation reconnue comparable, ou qu'il ait une expérience approfondie pour emmener des groupes faire du vélo de montagne sur des sentiers balisés. Pour évaluer l'endroit, les enseignants doivent respecter la classification des sentiers de l'IMBA (en anglais seulement) et choisir les parcours qui conviennent à leurs classes (<http://www.imbacanada.com/resources/maps/trail-difficulty-ratings>). Les enseignants qui animent des activités de vélo de montagne à l'extérieur de l'enceinte de l'école doivent détenir un certificat de secourisme adapté au lieu d'enseignement.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>L'enseignant doit inspecter tous les vélos avant leur utilisation pour vérifier qu'ils sont en bon état (les freins</p>	<p>Les vêtements ne doivent pas entraver le fonctionnement de la chaîne du vélo et doivent convenir à une activité de plein air.</p> <p>Pas de chaussures à bout ouvert ni de sandales.</p>	<p>Avant de suivre un parcours pour la première fois, l'enseignant ou le superviseur doit le parcourir afin de s'assurer qu'il est convenable et sécuritaire.</p> <p>Indiquez les parcours précis aux élèves pour qu'ils connaissent les limites de l'activité, qu'il s'agisse d'un emplacement commercial ou non.</p> <p>Lorsque vous choisissez un endroit, vous devez tenir compte des conditions suivantes :</p>	<p><b>Milieu urbain</b></p> <p>Il est recommandé de suivre le programme « Making Tracks Cycling » (en anglais seulement) de l'Ecology Action Centre. Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez le site <a href="http://saferoutesns.ca/programs/making-tracks">http://saferoutesns.ca/programs/making-tracks</a>.</p> <p>Un registre indiquant les noms des élèves et le parcours suivi doit être laissé à l'école, aux soins du personnel compétent. Le plan</p>	<p>Pendant la première leçon, une surveillance sur place est requise.</p> <p>Un enseignant ou superviseur qui donne des cours de vélo de montagne et qui ne connaît pas bien les techniques de vélo de montagne (p. ex., aucune expérience récente) doit demander de l'aide au personnel de soutien compétent ou s'abstenir de participer à des activités de vélo de montagne jusqu'à ce qu'il reçoive de l'aide.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>fonctionnent, les pneus sont correctement gonflés, les boulons sont serrés, les roues sont serrées, etc.).</p> <p>Les énoncés suivants concernent l'équipement appartenant aux élèves, l'équipement emprunté et l'équipement loué :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ensemble, l'enseignant et l'élève doivent inspecter le vélo de l'élève, qu'il s'agisse du vélo de l'élève ou qu'il soit emprunté ou loué, avant de l'utiliser (les freins fonctionnent, les pneus sont correctement gonflés, les boulons sont serrés, les roues sont serrées, etc.).</li> </ul> <p>La taille du vélo doit convenir au cycliste.</p> <p>Tous les cyclistes doivent porter des casques de vélo correctement ajustés qui respectent les normes CSA, Snell, ANSI, ASTM ou une norme britannique ou australienne.</p> <p>Il est recommandé aux élèves d'apporter des lunettes de protection (p. ex., des lunettes de soleil) de la maison. Les enseignants</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ soleil;</li> <li>▪ vent;</li> <li>▪ adéquation du terrain avec l'activité.</li> </ul> <p>Donnez aux élèves une carte routière ou des indications claires.</p> <p>Les élèves ne doivent emprunter que les sentiers indiqués par l'enseignant ou le superviseur.</p> <p>En plus des directives énoncées ci-dessus, un emplacement non commercial doit comprendre ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ terrain plat avec aire d'entraînement;</li> <li>▪ vaste espace libre au pied d'une grande colline;</li> <li>▪ installations procurant chaleur, nourriture, etc., à proximité.</li> </ul> <p>Avant de tenir pour la première fois une activité de vélo à un emplacement non commercial, l'enseignant ou le superviseur doit le parcourir afin de s'assurer que le terrain est adéquat et sécuritaire.</p> <p>Obtenez la permission du propriétaire avant</p>	<p>de mesures d'urgence doit également être laissé à l'école.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures d'urgence (plan de mesures d'urgence) à suivre en cas d'accident (p. ex., s'ils éprouvent des difficultés, les élèves doivent descendre et marcher à côté du vélo jusqu'à ce qu'ils puissent remonter sur le vélo en toute sécurité).</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Passez en revue le règlement pour le cyclisme hors route. Rendez-vous sur le site Web de l'International Mountain Bicycling Association, à l'adresse <a href="http://www.imba.com">www.imba.com</a>.</p> <p>Empruntez des sentiers ouverts seulement. Respectez les fermetures de routes.</p> <p>Enseignez aux élèves le port correct du casque de vélo (p. ex., le front du casque doit</p>	<p>Tous les instructeurs doivent au minimum avoir suivi un cours de vélo de montagne ou détenir un certificat de l'IMBA de niveau 1, un certificat en éducation de plein air, un certificat du PNCE de niveau 1 en vélo de montagne, ou l'équivalent.</p> <p><b>Ratio pour l'enseignement sur place</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant par classe</li> </ul> <p><b>Ratio pour l'enseignement à l'extérieur de l'enceinte de l'école</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 6 élèves (de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année)</li> <li>▪ 1 enseignant pour 8 élèves (de la 5<sup>e</sup> à la 9<sup>e</sup> année)</li> <li>▪ 1 enseignant pour 10 élèves (de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année)</li> </ul> <p>Sur les pistes et parcours de vélo de montagne, il doit y avoir deux superviseurs adultes, chacun portant sur lui un dispositif de communication. Un superviseur reste à l'arrière</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>peuvent envisager de garder des paires supplémentaires pour les élèves qui n'ont pas la leur.</p> <p>Un superviseur par groupe doit porter ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ trousse de premiers soins;</li> <li>▪ trousse de dépannage de cyclisme, comprenant une pompe;</li> <li>▪ dispositif de signalisation (p. ex., sifflet).</li> </ul>		<p>d'emprunter les sentiers hors route.</p>	<p>reposer à la hauteur des sourcils).</p> <p>Les élèves doivent pédaler à une vitesse qui leur permet de contrôler leur vélo de façon sécuritaire.</p> <p>Il est recommandé aux élèves de ne pas effectuer de sauts, de cascades ou d'acrobaties pendant le programme de vélo de montagne.</p> <p>Les élèves doivent s'attendre à rencontrer d'autres cyclistes sur les sentiers, en particulier dans les virages. Ils doivent établir la communication et être prêts à freiner au besoin, ainsi qu'à dépasser prudemment.</p> <p>Avant de quitter l'enceinte de l'école ou d'emprunter les sentiers de vélo de montagne, les élèves doivent démontrer (à l'enseignant ou au superviseur) les compétences suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ arrêt;</li> <li>▪ changement de vitesse;</li> <li>▪ virages;</li> <li>▪ maintien du contrôle dans les côtes et les descentes;</li> </ul>	<p>du groupe, et un superviseur reste à l'avant.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité, selon le lieu de l'activité (urbain, éloigné ou sauvage), qui peut être :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général avec RCR niveau C;</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage de la Croix-Rouge canadienne (de base ou avancé);</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné ou l'équivalent.</li> </ul> <p>Lorsque les élèves se rendent dans des régions sauvages situées à 60 minutes et plus des services médicaux d'urgence, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de base ou certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné avancé.</p> <p><b>Remarque :</b> Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ négociation des obstacles.</li> </ul> <p>L'enseignant ou le superviseur doit choisir des parcours ou des sentiers qui conviennent aux habiletés démontrées par les élèves.</p> <p>Il faut insister sur le contrôle du vélo.</p> <p>Les élèves doivent savoir qu'en cas de difficultés, ils doivent descendre et marcher à côté du vélo jusqu'à ce qu'ils puissent remonter dessus en toute sécurité.</p> <p>Tous les élèves doivent se déplacer par groupes de trois. Si une personne se blesse, une personne peut aller chercher de l'aide pendant que l'autre demeure auprès du blessé.</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p>	<p>général ou une formation supérieure.</p> <p>Un superviseur doit être chargé d'administrer les premiers soins à un élève blessé. Cette personne doit être présente pendant toute la durée de l'activité.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les élèves doivent connaître le plan de mesures d'urgence en cas d'accident.</p> <p>Les parents ou tuteurs doivent être informés que l'activité de cyclisme se déroule à l'extérieur de l'enceinte de l'école.</p> <p>La course à vélo n'est pas une activité appropriée durant les cours.</p> <p>L'utilisation d'un appareil audio est interdite (p. ex., MP3, téléphone intelligent, etc.).</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les excursions en vélo de montagne doivent être prévues durant le jour seulement.</p> <p>Si le cycliste utilise des attaches pour ses pédales, il doit démontrer à l'enseignant ou au superviseur, lors de la première leçon, qu'il sait comment les utiliser. Si l'élève ne peut pas utiliser les attaches correctement, elles doivent être retirées avant de parcourir les sentiers.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Demandez aux participants de se tenir à une distance de sécurité les uns des autres (p. ex., 2 à 3 m) pour éviter les collisions.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Activités en eau vive

Le kayak en eau vive, le rafting en eau vive et le rafting sur mascaret sont déconseillés pour les élèves en éducation physique de Nouvelle-Écosse.

L'eau vive présente de nombreux dangers, souvent imprévisibles, et nécessite une formation spécialisée supplémentaire (techniques de sauvetage en eau vive) et un équipement spécialisé. Dans la plupart des cas, les conditions requises pour atteindre des niveaux d'eau adéquats en Nouvelle-Écosse sont réunies pendant les saisons intermédiaires (printemps/automne) et les températures de l'eau s'accompagnent de conditions pouvant conduire à l'hypothermie. Pour ces raisons, les activités en eau vive sont déconseillées.

Le canotage en eau vive de classe II et l'excursion en canot de classe I font exception.

## Plein air : Escalade de rocher en plein air

L'escalade de rocher en plein air est déconseillée pour les élèves de Nouvelle-Écosse de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.

Cette fiche concerne les programmes d'escalade permettant aux élèves d'être assureurs. Elle n'inclut pas les voies montantes, les tyroliennes ou l'escalade de blocs à l'extérieur.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Tout l'équipement doit être de fabrication commerciale, conçu précisément pour l'activité d'escalade en question et conforme à l'une des normes suivantes : UIAA, CE, NFPA, ULC, CSA ou ASTM.</p> <p>Les cordes d'escalade doivent être compatibles avec le dispositif d'assurage choisi et l'activité d'escalade.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures adaptés aux activités et aux conditions environnementales.</p> <p>Pas de cordons sur les vêtements du haut. Rien autour du cou (p. ex., colliers de cuir, foulards).</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Tout l'équipement d'escalade doit être installé par un professionnel qualifié.</p> <p>L'activité d'escalade doit convenir au niveau d'habileté, à l'âge et à la taille des élèves.</p> <p>L'escalade peut avoir lieu sur des sites :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pour lesquels la permission du propriétaire a été obtenue afin d'y enseigner l'escalade;</li> <li>▪ reconnus par une source réputée en matière d'escalade de rocher.</li> </ul>	<p>Cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>Les formulaires de renseignements médicaux complets des élèves qui participent doivent être accessibles.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux</p>	<p>Une surveillance sur place par un instructeur qualifié est requise.</p> <p>Les enseignants doivent être présents pour tous les aspects du programme.</p> <p>Si c'est l'enseignant qui dispense le cours d'escalade, un enseignant ou superviseur supplémentaire doit être présent.</p> <p>Un moyen de transport approprié doit être accessible pour transporter un élève blessé.</p> <p>Le superviseur responsable de l'excursion doit désigner un enseignant ou un superviseur (p. ex., enseignant, parent, bénévole) pour conduire ou accompagner un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable de l'excursion.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Des casques de fabrication commerciale, conçus précisément pour l'escalade, doivent être portés par tous les élèves présents sur le site d'escalade.</p> <p>Le port d'un baudrier ou d'un cuissard d'escalade qui convient à l'âge ou à la taille du grimpeur est obligatoire.</p> <p>Les dispositifs d'assurage doivent être reliés à l'aide d'un mousqueton à bague vissée pouvant supporter 22 kN/2 200 kg/4 945 lb lorsque des coinçeurs à friction ou à cames de fabrication commerciale sont utilisés.</p> <p>Les ancrages supérieurs doivent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ être pourvus d'un minimum de deux points distincts;</li> <li>▪ être pourvus de dispositifs de blocage;</li> <li>▪ pouvoir supporter une charge de 22 kN/2 200 kg/4 945 lb.</li> </ul> <p>Il doit être impossible pour les grimpeurs de dépasser les ancrages.</p>			<p>élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Avant la première leçon, les enseignants doivent informer les instructeurs d'escalade des élèves ayant des besoins spéciaux.</p> <p>Les élèves doivent être informés des risques que comporte chaque activité et des méthodes visant à réduire le risque de blessure.</p> <p>Les enseignants, les instructeurs et les élèves doivent connaître les procédures de sécurité.</p> <p>Les élèves qui attendent leur tour pour grimper doivent :</p>	<p>Les instructeurs doivent comprendre, démontrer et mettre en pratique les habiletés pertinentes permettant de participer à l'activité pour laquelle ils sont formés.</p> <p>Les habiletés pertinentes sont celles définies par les professionnels d'escalade reconnus.</p> <p>Tous les instructeurs doivent être âgés d'au moins 18 ans pour occuper leur poste ou donner le cours d'initiation.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité, selon le lieu de l'activité (urbain, éloigné ou sauvage), qui peut être :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général avec RCR niveau C;</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage de la Croix-Rouge canadienne (de base ou avancé);</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné ou l'équivalent.</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>L'ancrage inférieur doit comprendre un ancrage au sol combiné avec un baudrier d'assureur.</p> <p>Les ancrages inférieurs doivent être pourvus d'un dispositif d'assurage relié à l'aide d'un mousqueton à bague vissée. Le système d'ancrage doit pouvoir supporter une charge de 10 kN/1 000 kg/2 240 lb.</p> <p>Tout l'équipement doit être inspecté par un personnel qualifié avant l'activité.</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ demeurer à une distance sécuritaire de la base de la montée;</li> <li>▪ être retenus s'ils se trouvent à moins de 3 m (10 pi) du rebord supérieur de la falaise.</li> </ul> <p>Une voie de descente reconnue doit être utilisée pour atteindre le bas de la falaise.</p> <p>Lorsque les élèves sont assureurs, avant de commencer l'escalade avec assurage en moulinette, le cours d'initiation doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ être propre à l'escalade avec assurage en moulinette;</li> <li>▪ être propre au dispositif d'assurage utilisé;</li> <li>▪ comprendre l'enseignement et la pratique répétée : <ul style="list-style-type: none"> <li>– de l'usage correct du baudrier,</li> <li>– de l'usage correct des nœuds et des points d'attache,</li> <li>– du concept d'escalade avec assurage en moulinette,</li> </ul> </li> </ul>	<p>Lorsque les élèves se rendent dans des régions sauvages situées à 60 minutes et plus des services médicaux d'urgence, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de base ou certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné avancé.</p> <p><b>Remarque :</b> Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure.</p> <p><b>Ratios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Durant la première leçon : 1 instructeur d'escalade pour 2 voies actives. Le ratio global instructeur/élèves pour l'escalade ne doit pas dépasser 1:6.</li> <li>▪ Après la première leçon, si les séances suivantes ont lieu dans des délais raisonnables : 1 instructeur d'escalade pour 3 voies actives. Le ratio global instructeur/élèves pour</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>– de l’usage correct du dispositif d’assurage,</li> <li>– des principes généraux d’assurage,</li> <li>– des procédures de descente,</li> <li>– de la communication et du contrat entre grimpeur et assureur,</li> <li>– des procédures pour réduire les risques d’éboulement.</li> </ul> <p>Les élèves doivent pouvoir choisir un défi avec lequel ils sont à l’aise.</p> <p>Un instructeur qualifié doit effectuer une vérification de sécurité auprès de tout élève qui quitte le sol.</p> <p>Un compagnon d’assurage (lorsque les élèves sont assureurs) doit être inclus dans tous les systèmes d’assurage, en tout temps. Pour la plupart des systèmes conventionnels d’assurage en moulinette, le ratio de poids grimpeur/assureur est d’environ 1:1.</p> <p>Ne jamais utiliser le corps d’une personne ou un système de contrepoids (par exemple, assurage à</p>	<p>l’escalade ne doit pas dépasser 1:9.</p> <p>Un instructeur doit effectuer une vérification de sécurité auprès de tout élève qui quitte le sol à la première séance d’escalade, ainsi qu’à toutes les séances suivantes.</p> <p><b>Ratios pour les programmes d’escalade uniquement</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Un instructeur par activité d’assurage.</li> </ul> <p>Pour les clubs intra-muros qui fréquentent des emplacements extérieurs gérés par un fournisseur d’activités d’escalade, tous les ratios indiqués plus haut doivent être respectés durant les trois premières visites (minimum de 16 heures) qui ont lieu dans des délais raisonnables. Après trois visites distinctes (minimum de 16 heures au total) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ un instructeur doit faire une vérification d’assurage pour chaque élève;</li> <li>▪ une supervision sur place par l’instructeur est requise;</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>l'australienne) comme relais d'assurage.</p> <p>Tous les élèves-assureurs doivent utiliser un système ou une technique d'assurage qui empêchera le grimpeur de tomber au sol si l'assureur devenait inapte.</p> <p>Un élève ne doit jamais être premier de cordée.</p> <p><b>Programmes d'escalade uniquement</b></p> <p>Un instructeur qualifié doit expliquer clairement les règlements aux élèves avant l'activité d'escalade.</p> <p>Les élèves ne peuvent pas :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ être assureurs;</li> <li>▪ enfiler seuls leur baudrier ou aider les autres à le faire;</li> <li>▪ faire leurs propres nœuds ou ceux des autres.</li> </ul> <p>Un instructeur qualifié doit se charger d'assurer, d'enfiler les baudriers et de faire les nœuds.</p> <p>Les conditions météorologiques ne doivent pas poser de risques pour la sécurité.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ le ratio enseignant/élèves doit être de 1:16;</li> <li>▪ le ratio instructeur/élèves doit être de 1:16.</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Il faut prévoir le nécessaire pour assurer l'hydratation et répondre aux besoins nutritionnels des grimpeurs.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Enseignement en plein air : Rafting à la pagaie

Le rafting à la pagaie est déconseillé pour les élèves de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

Les groupes scolaires ne feront pas de rafting à la pagaie en eau vive sur des rivières ou des ruisseaux dont la classification des rapides est égale ou supérieure à la classe II.

L'eau calme est appropriée pour le rafting à la pagaie. En général, on trouve l'eau calme dans des lacs, mais il est possible de trouver cet état dans des rivières ou des zones côtières de l'océan là où des anses abritées créent des conditions d'apprentissage sécuritaires. Quand on s'adonne au rafting à la pagaie dans un milieu marin, il est essentiel que les responsables connaissent bien la géographie et la bathymétrie locales et soient en mesure d'évaluer et d'anticiper l'état de la mer, y compris les effets des marées, des courants et du vent, pendant la durée de l'activité de rafting.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une trousse de premiers soins pour l'arrière-pays complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures adaptés aux activités et aux conditions environnementales.</p> <p>Aucun bijou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que les installations et les routes prévues peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les conditions nautiques doivent convenir au niveau d'habiletés du groupe.</p> <p>La côte doit offrir un endroit où débarquer.</p> <p>Les superviseurs ne doivent pas prévoir d'excursion en eaux vives.</p>	<p>S'il y a lieu, cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité, et le groupe doit répondre aux exigences minimales sur cette page avant la tenue de l'activité.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants</p>	<p>Une surveillance sur place par l'instructeur est requise en tout temps quand des élèves sont présents; cela comprend lors de la formation sur terre avant le départ, pendant les leçons sur l'eau et de retour sur la côte après l'activité. Si l'instructeur principal n'est pas un enseignant et est embauché par l'école, un employé de l'école doit aussi être présent et assumer la responsabilité de l'excursion et la supervision des élèves.</p> <p>Un véhicule doit être accessible en cas d'urgence.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Chaque responsable doit avoir une ligne d'attrape flottante d'au moins 15 m (45 pi) par canot (p. ex., sac de sauvetage avec corde à lancer).</p> <p>Un V.F.I. avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté en tout temps sur l'eau. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>On doit enseigner aux élèves la fonction de la laisse lors du rafting à la pagaie, et ils doivent porter la laisse en tout temps quand ils sont sur la planche.</p>			<p>doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur des élèves;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température de l'air et de l'eau.</li> </ul> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Les élèves doivent savoir comment se protéger de blessures causées par la météo (ex. hypothermie, hyperthermie, déshydratation, coups de soleil, et dangers environnementaux comme les piqûres ou les morsures d'insectes ou l'herbe à puces).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p><b>Sécurité aquatique</b></p> <p>Un V.F.I. (gilet de sauvetage) avec sifflet, approuvé par</p>	<p>Le superviseur responsable de l'excursion doit désigner un adulte responsable (enseignant, parent, bénévole) pour conduire ou accompagner un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable de la sortie.</p> <p>Les superviseurs de soutien doivent posséder des compétences comparables pour répondre aux attentes de l'activité.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs</b></p> <p>Les instructeurs doivent posséder un certificat avancé de rafting à la pagaie en eaux calmes de Paddle Canada. Si on fait du rafting à la pagaie dans l'océan, l'instructeur doit aussi posséder un certificat SUP Touring (Niveau I) de Paddle Canada et bien connaître le lieu où l'activité prendra place.</p> <p><b>Ratios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Un superviseur pour six élèves (selon le cours Basic SUP de Paddle Canada)</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Transports Canada, doit être porté en tout temps sur l'eau, conformément aux règlements de Pagaie Canada. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>Le superviseur responsable doit remettre l'excursion si des conditions météorologiques mauvaises ou la température de l'eau menacent de mettre en danger la sécurité des élèves.</p> <p>À l'approche soudaine d'un temps orageux, cherchez immédiatement un abri convenable.</p>	<p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité qui peut être :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage de la Croix-Rouge canadienne (de base ou avancé);</li> <li>▪ certificat de sauvetage de la NLS</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.



## Plein air : Parcours de cordes, tours de rappel

Les tours de rappel sont déconseillés pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

Pour les parcours de cordes, consultez la fiche Escalade : Aventure – Parcours d’obstacles.

Actuellement, la Nouvelle-Écosse ne dispose pas d’un mécanisme d’inspection des parcours de cordes (suspendues) ou des tours de rappel. Elle ne dispose pas non plus d’une liste d’inspecteurs agréés pour permettre la participation des élèves de la Nouvelle-Écosse par l’intermédiaire des écoles.

## Plein air : Aviron

L'aviron est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les personnes à bord du bateau d'aviron doivent porter en tout temps un V.F.I. homologué au Canada. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>Inspectez la coque du bateau avant chaque utilisation (p. ex., vérifiez qu'il n'y a pas de trous, de fissures, de quincaillerie mal serrée).</p> <p>La coque doit être munie d'une boule de proue en bon état.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les lunettes, le cas échéant, doivent être retenues par une courroie de sécurité.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Les personnes à bord du bateau d'aviron doivent porter en tout temps un V.F.I. homologué au Canada. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Si vous utilisez des installations d'aviron intérieures, vous devez respecter les règlements de l'endroit.</p> <p><b>Au quai et au hangar à bateaux</b></p> <p>Des affiches doivent indiquer les dangers et comment circuler à pied (p. ex., restez à droite, le quai est glissant lorsqu'il est mouillé).</p> <p>Il doit y avoir un téléphone et les numéros d'urgence doivent être indiqués (p. ex., 911).</p> <p><b>Sur l'eau</b></p> <p>Le parcours doit être inspecté avant chaque activité.</p> <p>Repérez les débris sur le parcours, particulièrement après une forte pluie.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les conditions nautiques doivent convenir au niveau d'habileté des élèves.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Le niveau de forme physique d'un élève doit correspondre au niveau de l'activité.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>La compétence de l'instructeur en chef repose sur la participation à l'atelier pour instructeur « Apprendre à ramer » de Rowing Canada Aviron, ou l'équivalent, au cours des trois dernières années.</p> <p>Une personne responsable de prodiguer les premiers soins aux élèves blessés doit être présente pendant toute la durée de l'entraînement et de la compétition. Elle doit posséder l'un des certificats suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS);</li> <li>▪ certificat en cours de validité de :             <ul style="list-style-type: none"> <li>– secourisme général d'Ambulance Saint-Jean avec RCR niveau C;</li> </ul> </li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Durant les entraînements, chaque bateau doit être muni de ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dispositif de signalisation;</li> <li>▪ lampe de poche étanche.</li> </ul> <p>Les chaussures seront fixées aux cale-pieds au niveau des talons de façon à ne pas laisser plus de 6 cm (2 po) de jeu.</p> <p>L'avant et l'arrière doivent être munis de feux lorsque la visibilité est mauvaise (p. ex. réflecteurs de bicyclette, lampes clignotantes).</p> <p>Vérifiez que les rames ne présentent pas de fissures ou d'éclats de bois.</p> <p>Les rames réglables doivent être bien serrées.</p> <p>Le bateau du superviseur ou de l'instructeur doit être motorisé et muni de l'équipement requis par le règlement de Transports Canada (<a href="http://www.tc.gc.ca">www.tc.gc.ca</a>). Par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ vêtement de flottaison individuel (V.F.I.)/gilet de sauvetage homologué CSA pour chacun des participants sur l'eau;</li> <li>▪ pagaies;</li> </ul>		<p>L'instructeur doit informer les élèves de la présence de débris.</p> <p>Soyez attentif aux courants, particulièrement ceux créés par les rapides et les chutes.</p> <p>Tous les sites doivent être exempts de rapides et de chutes.</p>	<p>Avant l'activité d'aviron, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité : Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test (qui est conforme à la norme canadienne Nager pour survivre).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,8 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> <li>▪ nager 50 m (164 pi) de façon continue, peu importe le style de nage, tout habillé (sans aide et sans arrêt);</li> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute.</li> </ul> <p>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation décrit ne doivent pas participer à l'activité d'aviron.</p> <p>Un plan de sauvetage pour le site utilisé doit être établi et communiqué à tous les superviseurs et participants.</p> <p>Il faut tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conditions météorologiques (p. ex.,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– secourisme général de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>– secourisme de la Patrouille canadienne de ski.</li> </ul> <p>Le pilote du bateau de secours doit détenir une Carte de conducteur d'embarcation de plaisance.</p> <p>L'instructeur, dans son bateau motorisé, doit demeurer à moins de 500 m de l'équipage durant tous les exercices sur l'eau.</p> <p><b>Ratios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rameurs débutants : 1 instructeur pour 9 élèves</li> <li>▪ Rameurs expérimentés : 1 instructeur pour 18 élèves</li> </ul> <p><b>Ratio pour le test de natation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 instructeurs pour 50 élèves</li> </ul> <p>Un véhicule doit être accessible en cas d'urgence.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs de natation</b></p> <p>Les deux instructeurs doivent être titulaires de l'un des</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ écope;</li> <li>▪ lampe de poche étanche;</li> <li>▪ dispositif de signalisation;</li> <li>▪ moteur en bon état, avec suffisamment d'essence pour toute la durée de l'activité;</li> <li>▪ corde flottante de 23 m (75 pi).</li> </ul> <p>Le moteur du bateau de l'instructeur doit être en marche avant que les élèves quittent le quai.</p>			<p>température, vents violents, foudre et brouillard);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ température de l'eau;</li> <li>▪ visibilité (une visibilité d'au moins 500 m [1 640 pi] est requise);</li> <li>▪ temps d'exposition au soleil;</li> <li>▪ entraînement préalable et durée de préparation.</li> </ul> <p>L'activité d'aviron doit être annulée en cas de conditions défavorables (p. ex., dès l'apparition de moutons).</p> <p>À l'approche soudaine d'un temps orageux, cherchez immédiatement un abri convenable.</p> <p>L'activité d'aviron doit avoir lieu uniquement durant le jour.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité, l'utilisation de l'équipement et les techniques d'aviron avant le premier exercice.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran</p>	<p>certificats en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de natation de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur du YMCA;</li> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>Un instructeur doit également maintenir la validité des certificats suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général (p. ex., Croix-Rouge, Nova Scotia Lifesaving Society, Ambulance Saint-Jean, Organisation de la patrouille canadienne de ski).</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les superviseurs doivent être informés de tous les résultats du test de natation.</p> <p>En cas d'accident, il faut demander aux élèves de se tenir à la coque et aux rames pour flotter et demeurer visibles.</p> <p>Les élèves doivent connaître les premiers soins de base et les procédures à suivre en cas d'hypothermie et de blessures causées par une chaleur extrême.</p> <p>Cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p>	<p><b>Remarque :</b> Des copies certifiées conformes des certificats doivent être disponibles à la piscine.</p> <p>Consultez la réglementation locale sur les piscines municipales pour connaître les normes supplémentaires.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Voile

La voile est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio VHF) doit être accessible (et avoir été testé) pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>L'instructeur doit vérifier tout l'équipement de sécurité personnel avant son utilisation afin de déceler d'éventuels défauts.</p> <p>Il faut s'assurer que les voiliers sont en bon état et ne sont pas endommagés.</p> <p>Tous les bateaux utilisés (à voile et à moteur) doivent être dotés de l'équipement approprié, comme l'exigent</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Pas de vêtements amples.</p> <p>Les élèves doivent porter des chaussures appropriées à semelles antidérapantes. Chaussures à bout fermé uniquement. Pas de sandales de plage.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p>Un V.F.I. (gilet de sauvetage) avec sifflet, approuvé par Transports Canada, doit être porté en tout temps sur l'eau ou à proximité. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>Un casque homologué CSA doit être porté.</p>	<p>Seule une école agréée par Voile Canada peut être utilisée.</p> <p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Toutes les installations doivent être pourvues de zones désignées à la pratique de la voile.</p>	<p>Cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur;</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>L'enseignant doit être présent et doit accompagner les élèves pour aller à l'installation et en revenir.</p> <p>Il faut avoir un bateau de secours motorisé pour chaque groupe de huit voiliers. Le conducteur du bateau de secours doit détenir une Carte de conducteur d'embarcation de plaisance.</p> <p>Un moyen de transport approprié doit être accessible pour transporter un participant blessé.</p> <p>Le superviseur responsable de l'excursion doit désigner un adulte responsable (p. ex., enseignant, parent, bénévole) pour conduire ou accompagner un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable de l'excursion.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>les lignes directrices de Transports Canada.</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> <li>▪ le bulletin météo.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Avant de faire de la voile, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> <li>▪ nager 50 m (164 pi) de façon continue, peu importe le style de nage.</li> </ul> <p>Les éléments du test doivent être exécutés dans l'ordre, sans aide et sans arrêt.</p>	<p><b>Qualifications des instructeurs</b></p> <p>Des instructeurs certifiés (au minimum White Sail Coach, anciennement le Niveau vert de l'Association canadienne de yachting, ou certificat de voile équivalent) doivent être présents pour donner le cours de voile.</p> <p><b>Ratios pour le test de natation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 instructeurs qualifiés pour 50 élèves, plus un sauveteur</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test (qui est conforme à la norme Nager pour survivre<sup>MD</sup> de la Société de sauvetage).</p> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p><i>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation susmentionné ou qui ne possèdent pas la certification indiquée ne doivent pas faire de la voile.</i></p> <p>L'instructeur et le tiers doivent être informés des résultats du test de natation.</p> <p><b>Consignes et communications</b></p> <p>Avant l'activité, des séances en classe permettront aux élèves d'acquérir la base de connaissances nécessaire</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>pour faire de la voile en toute sécurité.</p> <p>Les enseignants ou superviseurs et les élèves doivent connaître les procédures de sécurité et le plan de mesures d'urgence et s'y exercer.</p> <p>Les enseignants ou superviseurs doivent utiliser un système de surveillance mutuelle pour dénombrer les élèves.</p> <p>Un processus de dénombrement des élèves doit être mis en place.</p> <p>Les instructeurs doivent tenir compte des conditions météorologiques.</p> <p>À l'approche soudaine d'un temps orageux, cherchez immédiatement un abri convenable.</p> <p>La voile doit se pratiquer uniquement durant le jour, sauf en cas d'urgence.</p> <p><b>Remarque :</b> Des feux de navigation sont requis la nuit ou lorsque la visibilité est réduite (p. ex., avec une lampe de poche imperméable).</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les instructeurs de voile doivent connaître les conditions nautiques (p. ex., courants et flots de fond).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les élèves qui font de la voile doivent savoir que les bousculades dangereuses sont déconseillées, car le risque de tomber à l'eau et de se blesser augmente.</p> <p>La réparation des bateaux (p. ex., coupe de cordage, réparation de fibre de verre, ou utilisation d'outils ou de matériaux dangereux) doit être effectuée sous la surveillance des superviseurs ou par ces derniers.</p> <p>Une brève réunion de sécurité préalable à l'activité, à laquelle doivent participer les instructeurs, les superviseurs et les élèves, doit avoir lieu chaque jour. Rappelez à chacun les risques, les procédures, etc.</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			Les élèves qui font de la voile doivent apprendre à mettre à l'eau, à gréer et à arrimer correctement les bateaux en toute sécurité.	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Glissade sur chambre à air

La glissade sur chambre à air est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

La vitesse incontrôlable et la possibilité de rebonds à grande vitesse sont des risques qui l'emportent sur les avantages.

## Plein air : Natation (océan, lacs, étangs, rivières)

Ces lignes directrices sur la natation portent sur les milieux aquatiques suivants : l'océan, les lacs, les étangs, les rivières des camps de loisirs, les lieux de baignade publics et les lieux de baignade non désignés.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez le document (en anglais seulement) à l'adresse

<https://novascotia.ca/dhw/environmental/documents/aquatic-guidelines/Nova-Scotia-Operational-Aquatic-Guidelines.pdf> et le règlement à l'adresse <https://www.canlii.org/fr/on/legis/regl/rro-1990-regl-568/derniere/rro-1990-regl-568.html>.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Le responsable doit avoir un sifflet ou un dispositif d'alerte similaire.</p> <p><b>Camps de loisirs</b></p> <p>L'équipement de sécurité standard doit être accessible :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ une ou plusieurs aides de sauvetage flottantes (p. ex., bouée de sauvetage attachée à un anneau à la taille) avec</li> </ul>	<p>Le port d'un maillot de bain approprié est obligatoire.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Des chaussures doivent être portées (p. ex., lorsque des objets saillants pourraient blesser les pieds).</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La zone de baignade doit être :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ clairement définie (p. ex., zone définie par des bouées);</li> <li>▪ exempte de dangers;</li> <li>▪ suffisamment chaude (température de l'eau convenable).</li> </ul> <p>La baignade dans les rivières ou les ruisseaux turbulents est interdite.</p> <p>Avant l'activité de baignade, les superviseurs doivent consulter les autorités locales pour s'assurer qu'il est sécuritaire de nager à cet endroit (p. ex., emplacement,</p>	<p><b>Test de natation</b></p> <p>Dans la partie peu profonde, les élèves doivent démontrer qu'ils savent nager à un instructeur ou à un sauveteur agréé avant de commencer l'activité.</p> <p>Pour être qualifiés de « nageurs », les élèves doivent réussir le test suivant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> <li>▪ nager sur 50 m (164 pi).</li> </ul> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Les élèves qui ne savent pas nager doivent être identifiés et porter un vêtement de</p>	<p>Une surveillance sur place par l'enseignant ou le superviseur est requise.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour l'enseignement de la natation</b></p> <p>L'enseignement de la natation peut comprendre des jeux organisés, des relais, etc., mais il ne comprend <i>pas</i> la baignade libre non organisée sans surveillance.</p> <p>Au moins deux <i>instructeurs de natation agréés</i> doivent être présents sur le rivage et détenir les certificats indiqués ci-dessous.</p> <p>Le ratio de surveillance est de 2 instructeurs pour 1 à 25 élèves, les deux instructeurs étant agréés tel qu'il est indiqué ci-dessous.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>une corde d'au moins 6 mm (0,25 po) d'épaisseur et 1,6 m (5 pi) de longueur;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ une ou plusieurs perches d'au moins 3,6 m (12 pi) de longueur;</li> <li>▪ une ou plusieurs aides de sauvetage flottantes à lancer attachées à une corde d'au moins 6 mm (0,25 po) d'épaisseur et 8 m (26 pi 5 po) de longueur;</li> <li>▪ une planche dorsale, un pédalo ou un bateau, si la zone de baignade se trouve à plus de 50 m (165 pi) du rivage;</li> <li>▪ des couvertures et des oreillers.</li> </ul>		<p>qualité de l'eau, absence de courant).</p> <p><b>Lieux de baignade non désignés</b></p> <p>Les superviseurs doivent vérifier toute la zone à la nage afin de déceler les dangers présents sous l'eau.</p>	<p>flottaison individuel (V.F.I.) bien attaché durant les activités de baignade récréative.</p> <p>Les seuls dispositifs de flottaison acceptés sont des V.F.I. bien attachés.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p>Le sauveteur et le tiers doivent être informés des résultats du test de natation (p. ex., quels élèves ont réussi le test de natation et quels élèves doivent porter un V.F.I. pendant les activités de baignade récréative).</p> <p>Tous les nageurs doivent pouvoir repérer facilement les sauveteurs en tout temps.</p> <p>Le sauveteur devient la personne responsable lors d'une situation d'urgence.</p> <p>Un plan de mesures d'urgence doit être établi et communiqué à tous les superviseurs.</p>	<p>S'il y a davantage d'élèves, un instructeur ou sauveteur agréé supplémentaire (NLS) est requis pour chaque groupe de 25 nageurs supplémentaires ou moins. L'instructeur doit également posséder les certificats indiqués ci-dessous.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs de natation</b></p> <p>Les deux instructeurs doivent être titulaires de l'un des certificats en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de natation de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur du YMCA;</li> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> <li>▪ Un instructeur doit également maintenir la</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les élèves doivent effectuer des exercices pratiques de simulation de situations d'urgence (p. ex., trouver un partenaire, se rassembler sur la rive s'ils entendent trois puissants coups de sifflet).</p> <p>Les élèves doivent connaître tous les règlements du lieu de baignade.</p> <p>Les élèves doivent connaître le type de comportement acceptable.</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> </ul>	<p>validité des certificats suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de la Société de sauvetage (NLS) en cours de validité;</li> <li>▪ certificat de secourisme général (p. ex., Croix-Rouge, Nova Scotia Lifesaving Society, Ambulance Saint-Jean, Organisation de la patrouille canadienne de ski);</li> <li>▪ dans les milieux éloignés ou sauvages, un instructeur doit détenir un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné (de base ou avancé).</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Une copie certifiée conforme des certificats doit être disponible.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour la natation récréative</b> (Baignade libre; pas d'enseignement.)</p> <p>Les enseignants doivent accompagner les élèves jusqu'à la zone de baignade et demeurer sur place ou dans l'eau pendant la baignade récréative ou libre.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ la température.</li> <li>▪ le bulletin météo.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Les élèves doivent nager avec un partenaire.</p> <p>Un système pour compter les baigneurs doit être utilisé à intervalles réguliers (p. ex., connaître le nombre d'élèves, donner un coup de sifflet et les compter). Utilisez ce processus de comptage au début de l'activité, toutes les 15 minutes et à la sortie de l'eau des élèves.</p> <p>La durée de la baignade doit dépendre de ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ capacité des nageurs;</li> <li>▪ conditions météorologiques;</li> <li>▪ conditions nautiques;</li> <li>▪ moment de la journée.</li> </ul> <p>Interdisez la baignade si vous percevez des signes de mauvais temps (p. ex., éclairs, grands vents).</p>	<p>Pour la baignade récréative ou libre, le seul certificat de sauveteur acceptable est celui de la NLS.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le ratio minimal de sauveteurs (agréés par la NLS) par rapport aux baigneurs présents dans la zone de baignade et dans l'eau est de 2 sauveteurs pour 1 à 25 élèves. Si l'enseignant est agréé par la NLS, il peut être l'un des deux sauveteurs; il n'est alors pas nécessaire d'avoir une troisième personne.</li> <li>▪ De 26 à 100 élèves : 3 sauveteurs. Si l'enseignant est agréé par la NLS, il peut être l'un des trois sauveteurs; il n'est alors pas nécessaire d'avoir une quatrième personne.</li> <li>▪ Pour chaque tranche supplémentaire de 25 élèves, un autre sauveteur est nécessaire.</li> </ul> <p>Malgré la surveillance exigée, si la zone riveraine est utilisée par des personnes qui ne savent pas nager, des personnes présentant une incapacité mentale ou</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les seuls dispositifs de flottaison acceptés sont des V.F.I. bien attachés et correctement ajustés approuvés par le ministère des Transports.</p> <p>Les plongeurs sont interdits en plein air.</p> <p>La baignade après le coucher du soleil ou avant le lever du soleil est interdite.</p> <p>La natation longue distance est interdite.</p> <p>Les élèves doivent nager dans la zone désignée seulement.</p> <p>Les élèves ne doivent pas aller chercher les jouets aquatiques qui se trouvent hors de la zone de baignade désignée.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p><b>Remarque :</b> Le sauveteur a le pouvoir de mettre fin à toute activité qui, selon lui, pourrait mettre les nageurs dans une</p>	<p>physique, ou des campeurs âgés de moins de cinq ans, la direction de zone riveraine (d'un camp) doit veiller à ce qu'il y ait une surveillance supplémentaire qui, à son avis, est suffisante compte tenu du type de zone riveraine et du nombre d'enfants utilisant la zone en question. En plus des sauveteurs, au moins un superviseur adulte connaissant les procédures d'urgence aquatiques doit être présent (p. ex., emplacement de la trousse de premiers soins et du téléphone, plan de mesures d'urgence).</p> <p><b>Qualifications des sauveteurs</b></p> <p>Le sauveteur doit détenir un certificat de la Société de sauvetage en cours de validité.</p> <p>Un véhicule doit être accessible en cas d'urgence.</p> <p>Si la situation ne requiert pas l'intervention des services de santé d'urgence (SSU) ou si ces services ne sont pas facilement accessibles, désignez un superviseur (p. ex., enseignant ou parent)</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			situation potentiellement dangereuse.	pour conduire un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable de la sortie.

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Luge, traîneau

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Consultez la section Équipement dans l'introduction en ce qui concerne l'équipement apporté de la maison pour être utilisé en classe.</p> <p>Les luges et les traîneaux doivent être en bon état, sans rebords coupants.</p> <p>L'équipement difficile à contrôler est interdit (p. ex., boîtes en carton, soucoupes à neige, sacs poubelles, chambres à air).</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures appropriés pour une activité de plein air. Les élèves doivent disposer d'une tuque et de gants.</p> <p>Vérifiez qu'il n'y a pas de cordons qui pendent.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p>Pas de foulards mal attachés.</p> <p>Les cheveux longs doivent être attachés.</p> <p>Les parents et tuteurs doivent être informés qu'il est important de porter un casque (p. ex., casque de ski ou de planche à neige).</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Quel que soit le lieu, les élèves doivent connaître les limites de l'activité.</p> <p>Lorsque vous choisissez un endroit, vous devez tenir compte des conditions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ soleil;</li> <li>▪ vent;</li> <li>▪ conditions d'enneigement;</li> <li>▪ adéquation du terrain avec l'activité;</li> <li>▪ installations procurant chaleur, nourriture, toilettes, etc., à proximité.</li> </ul> <p>La pente et la rampe de sortie au bas de la pente doivent être exemptes d'obstacles (p. ex., arbres, rochers saillants, route, voie ferrée ou ruisseau à découvert).</p> <p>Surveillez l'état de la pente régulièrement. Si les conditions deviennent</p>	<p>Établissez des procédures d'urgence et communiquez-les aux élèves.</p> <p>Les élèves doivent être assis et tournés vers l'avant lorsqu'ils font de la luge ou du traîneau.</p> <p>Il faut maintenir une distance sécuritaire entre les luges et les traîneaux durant la descente.</p> <p>Interdisez la surcharge des luges et des traîneaux.</p> <p>Établissez une procédure sécuritaire pour permettre aux élèves de quitter le bas de la pente après la descente. Apprenez aux élèves à rouler hors de la luge à l'approche d'un danger.</p> <p>Avant de commencer l'activité, indiquez aux élèves comment participer de façon sécuritaire (p. ex., ne pas monter la pente en courant, ne pas sauter devant les luges en mouvement, ne pas couvrir de neige une autre</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Si la classe est divisée en groupes, les fonctions des superviseurs de chaque groupe doivent être clairement définies.</p> <p>Un superviseur désigné (enseignant, parent ou tuteur, ou adulte responsable) ayant un véhicule devra accompagner un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas s'agir du superviseur responsable.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité, selon le lieu de l'activité (urbain, éloigné ou sauvage), qui peut être :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général avec RCR niveau C;</li> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage de la Croix-Rouge canadienne (de base ou avancé);</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
		<p>dangereuses, mettez fin à l'activité.</p>	<p>personne de façon intentionnelle).</p> <p>Demandez aux élèves de glisser au centre de la pente et de la remonter par les côtés.</p> <p>Il ne faut faire de la luge ou du traîneau que le jour ou sur des pentes bien éclairées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme ou autre problème respiratoire, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire).</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Apprenez aux élèves à reconnaître et à traiter les symptômes des engelures et de l'hypothermie.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné ou l'équivalent.</li> </ul> <p>Lorsque les élèves se rendent dans des régions sauvages situées à 60 minutes et plus des services médicaux d'urgence, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de base ou certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné avancé.</p> <p><b>Remarque :</b> Il est également recommandé qu'au moins un autre superviseur ait une formation en secourisme général ou une formation supérieure.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plein air : Camping d'hiver

Le camping d'hiver est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.

Consultez la fiche Procédures générales pour l'enseignement en plein air.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une trousse de premiers soins pour l'arrière-pays complète doit être facilement accessible pour les activités de camping à l'extérieur de l'enceinte de l'école.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., radio bidirectionnelle, téléphone cellulaire) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu. Un dispositif SPOT est fortement recommandé.</p> <p>Tout l'équipement nécessaire doit être rassemblé et vérifié avant l'utilisation.</p> <p>Tous les participants doivent avoir un sifflet ou un dispositif d'alerte similaire.</p> <p>Si vous cuisinez sur des réchauds, utilisez des réchauds au propane ou au</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures adaptés aux activités et aux conditions environnementales.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p>Des épaisseurs appropriées et des vêtements de rechange pour un à deux jours de plus que le nombre de jours d'excursion doivent être emportés.</p> <p>Expliquez aux élèves comment porter plusieurs épaisseurs de vêtements appropriés.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les installations ou les emplacements doivent convenir à l'âge et à l'expérience des campeurs.</p> <p>Les toilettes doivent se trouver à distance de marche.</p> <p>Les tentes chauffantes et les poêles à bois doivent être en bon état.</p> <p>L'abri d'hiver doit être correctement construit et inspecté par le superviseur principal (p. ex., hutte de neige et autres types d'abris contre la neige).</p>	<p>Cette fiche d'activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité.</p> <p>Les formulaires de renseignements médicaux complets des élèves qui participent doivent être accessibles.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié. Les habiletés des élèves et les compétences des superviseurs doivent correspondre aux conditions hivernales présentes.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p><b>Ratio</b></p> <p>Les ratios de surveillance sont les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 10 élèves pour le camping avec hébergement pour la nuit en milieu éloigné (la présence de deux adultes est recommandée);</li> <li>▪ 1 enseignant pour 15 élèves pour le camping avec hébergement pour la nuit en milieu urbain.</li> </ul> <p>Un véhicule doit être accessible au camp de base en cas d'urgence.</p> <p>Le superviseur responsable de l'activité doit désigner un adulte responsable (p. ex., enseignant, parent, bénévole) pour conduire ou accompagner un élève blessé à l'hôpital. Il ne peut pas</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>gaz liquéfié (un pour six élèves).</p> <p>Tous les participants doivent avoir un sac de couchage quatre saisons ou l'équivalent (sac de couchage trois saisons modifié).</p> <p>Tous les participants doivent avoir un tapis de sol ou un matelas isolant Therm-a-Rest sous leur sac de couchage.</p> <p>Une lampe de poche doit se trouver sur place.</p> <p>N'utilisez que des poêles à bois commerciaux et des tentes chauffantes homologués.</p> <p>Il faut emporter des réserves suffisantes d'aliments nutritifs ne nécessitant pas de préparation ou de réfrigération.</p> <p>Il faut emporter une réserve adéquate d'eau potable.</p> <p>Un dispositif d'allumage de feu, des allumettes imperméables ou des allumettes dans un contenant imperméable doivent se trouver sur place.</p>			<p>particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Apprenez aux élèves à prévenir et à traiter l'hypothermie et les engelures.</p> <p>Les élèves doivent connaître les techniques de survie hivernale.</p> <p>Un arrangement systématique doit être établi pour les déplacements en groupe et la communication.</p> <p>La durée et la difficulté de l'excursion doivent convenir à l'âge et aux capacités des élèves.</p> <p>Ne vous déplacez pas la nuit, sauf en cas d'urgence.</p> <p>Les élèves doivent savoir ce qu'on attend d'eux concernant ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ comportement;</li> <li>▪ procédures d'urgence;</li> <li>▪ signal de rassemblement;</li> </ul> <p>Les enseignants ou superviseurs doivent utiliser un système de surveillance</p>	<p>s'agir du superviseur responsable de l'activité.</p> <p>Les enseignants ou superviseurs doivent avoir de l'expérience en camping d'hiver.</p> <p>Le remplissage et l'allumage des réchauds nécessitent une surveillance visuelle constante.</p> <p>Les élèves peuvent, après avoir reçu les instructions d'utilisation, utiliser des scies et des couteaux de camping sous la surveillance d'un adulte.</p> <p>Les hachettes doivent être utilisées par les superviseurs.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit être titulaire d'un certificat de secourisme en cours de validité, qui peut être un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné avancé de la Croix-Rouge canadienne ou l'équivalent.</p> <p>Il est recommandé que les autres superviseurs possèdent au moins un</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>mutuelle pour dénombrer les élèves.</p> <p>Un processus de dénombrement des élèves doit être mis en place.</p> <p>Le programme doit être conçu en détail et comporter des plans d'urgence en cas de mauvais temps.</p> <p>L'itinéraire complet de l'excursion doit être laissé à l'école.</p> <p>Les élèves ne doivent pas utiliser de haches. Les élèves de 6<sup>e</sup> année peuvent utiliser des scies sous la supervision directe de l'enseignant responsable.</p> <p>Aucune flamme nue n'est permise dans les tentes ou à proximité (p. ex., bougies ne se trouvant pas dans un contenant).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>certificat de secourisme général.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p><i>Les chauffe-tentes et les lanternes à gaz sont interdits.</i></p> <p>Les enseignants ou superviseurs doivent vérifier les sources de chaleur et en contrôler l'utilisation. Les tentes doivent être adéquatement aérées lorsque le poêle à bois est utilisé. Les poêles à bois utilisés dans les tentes doivent être régulièrement contrôlés pendant toute la durée de leur utilisation.</p> <p><b>Remarque :</b> Le superviseur principal doit prendre des décisions appropriées pour la santé et le bien-être des élèves, en cas de températures extrêmes, de refroidissement éolien et de conditions hivernales difficiles.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Tennis à batte

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les battes doivent être inspectées régulièrement pour s'assurer qu'elles ne sont pas endommagées et que la prise est bonne.</p> <p>Les balles doivent convenir aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les lignes de jeu doivent être clairement définies.</p> <p>Des consignes de sécurité doivent être établies pour les terrains de jeu côte à côte.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés et le jeu, il faut prévoir assez d'espace pour que chaque joueur puisse s'élancer sans obstacle.</p> <p>Les règles de courtoisie sur le terrain doivent être enseignées aux élèves.</p> <p>Les élèves ne doivent jouer que des simples, à moins qu'un terrain de double adéquat ne soit disponible.</p> <p>Maximum de quatre joueurs par terrain de jeu.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'installation de l'équipement.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement des habiletés. Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Paddleball

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les raquettes doivent être inspectées régulièrement pour déceler les dommages et l'usure.</p> <p>Les balles doivent convenir aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les lignes de jeu doivent être clairement définies.</p> <p>Des consignes de sécurité doivent être établies pour les terrains de jeu côte à côte.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés et le jeu, il faut prévoir assez d'espace pour que chaque joueur puisse s'élancer sans obstacle.</p> <p>Les règles de courtoisie sur le terrain doivent être enseignées aux élèves.</p> <p>Enseignez aux élèves comment installer les filets correctement et de façon sécuritaire.</p> <p>Maximum de quatre joueurs par terrain de jeu.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'installation de l'équipement.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement des habiletés.</p> <p>Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Parachute

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Assurez-vous que le parachute est en bon état (p. ex., pas de déchirures).</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit être progressif.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves ne doivent passer aucune partie du corps dans le trou du parachute.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise pour les élèves du cycle moyen et du cycle intermédiaire.</p> <p>Une surveillance visuelle constante est requise pour les élèves du primaire.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Pickleball

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les raquettes doivent être inspectées régulièrement pour déceler les dommages et l'usure.</p> <p>Les balles doivent convenir aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les lignes de jeu doivent être clairement définies.</p> <p>Des consignes de sécurité doivent être établies pour les terrains de jeu côte à côte.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés et le jeu, il faut prévoir assez d'espace pour que chaque joueur puisse s'élancer sans obstacle.</p> <p>Les règles de courtoisie sur le terrain doivent être enseignées aux élèves.</p> <p>Les élèves ne doivent jouer que des simples, à moins qu'un terrain de double adéquat ne soit disponible.</p> <p>Maximum de quatre joueurs par terrain de jeu.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'installation de l'équipement.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement des habiletés. Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Racquetball

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Si le jeu se déroule sur un terrain réglementaire fermé, le port de lunettes protectrices respectant la norme ASTM F803 ou l'équivalent est obligatoire.</p> <p>Les raquettes de racquetball doivent être munies d'une courroie qui se porte autour du poignet.</p> <p>Les raquettes doivent être inspectées régulièrement pour déceler les dommages et l'usure.</p> <p>Les balles doivent convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les lignes de jeu doivent être clairement définies.</p> <p>Des consignes de sécurité doivent être établies pour les terrains de jeu côte à côte.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés et le jeu, il faut prévoir assez d'espace pour que chaque joueur puisse s'élancer sans obstacle.</p> <p>Les règles de courtoisie sur le terrain doivent être enseignées aux élèves.</p> <p>Maximum de quatre joueurs par terrain de jeu.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement des habiletés.</p> <p>Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Ringuette en salle

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Un anneau de « feutre » ou un palet de caoutchouc réglementaire doit être utilisé.</p> <p>Utilisez seulement des bâtons de ringuette réglementaires de fabrication commerciale.</p> <p>Il faut vérifier régulièrement que les bâtons ne présentent ni fissures ni éclats de bois.</p> <p>La longueur du bâton doit convenir à la taille de l'élève.</p> <p>Les gardiens de but doivent porter un masque protecteur (p. ex., un casque de hockey avec grille, un masque de balle molle).</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucune bague ni montre.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu doivent être exemptes d'obstacles (p. ex., tables, chaises, pianos) et doivent offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les douilles de plancher doivent avoir des couvercles.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les règlements suivants doivent être respectés sous peine de pénalités :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aucun contact physique.</li> <li>▪ Aucun contact bâton contre corps ou bâton contre bâton.</li> <li>▪ Les bâtons doivent demeurer sous la taille en tout temps.</li> <li>▪ Pour protéger le gardien de but, délimitez une enceinte de but qu'aucun autre joueur ou bâton ne doit franchir.</li> </ul> <p>Les bâtons doivent demeurer sous la taille en tout temps.</p> <p>Les pénalités pour les infractions commises avec le bâton doivent être strictement imposées.</p> <p>Aucun autre élève ou bâton ne doit franchir l'enceinte de but.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Les gardiens de but doivent porter des gants, des protections et un plastron qui conviennent à l'activité (p. ex., gant de baseball).</p>			<p>Les gardiens de but doivent rester dans l'enceinte de but durant le jeu.</p> <p>Les bâtons doivent rester en contact avec le sol en tout temps sauf pour les lancers ou les passes, mais ils ne doivent jamais s'élever au-dessus de la taille.</p> <p>Seuls les participants en action sur le terrain peuvent avoir un bâton.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Ringuette sur glace

La ringuette sur glace est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les gardiens de but doivent porter ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ casque de hockey homologué CSA et masque protecteur;</li> <li>▪ gant receveur/bloqueur;</li> <li>▪ protège-coudes;</li> <li>▪ plastron de gardien;</li> <li>▪ jambières.</li> <li>▪ coquille ou pelvière.</li> </ul> <p>Les joueurs doivent porter ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ casque homologué CSA avec grille protectrice;</li> <li>▪ gants de hockey;</li> <li>▪ protège-coudes, protège-tibias;</li> <li>▪ épaulières;</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les patins de hockey sur glace doivent être bien ajustés.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p>Aucune bague.</p> <p>Aucune montre.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La glace doit être exempte de débris et de crevasses profondes.</p> <p>Avant de jouer à la ringuette sur une surface glacée extérieure (p. ex., lac, étang), communiquez avec les autorités locales afin d'être absolument certain que la glace est assez épaisse pour que l'activité soit sécuritaire.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Aucun contact physique ni contact bâton contre corps ou bâton contre bâton.</p> <p>Le bâton ne doit jamais s'élever au-dessus de la taille.</p> <p>Les pénalités pour les infractions commises avec le bâton doivent être strictement imposées.</p> <p>Délimitez une enceinte de but pour protéger le gardien.</p> <p>Aucun autre élève ou bâton ne doit franchir l'enceinte de but.</p> <p>Le gardien de but doit rester dans l'enceinte.</p> <p>Modifiez le jeu en fonction des habiletés des élèves.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ coquille ou pelvière.</li> </ul> <p>Bâtons :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ utilisez des bâtons de ringuette réglementaires seulement;</li> <li>▪ vérifiez régulièrement la présence de fissures;</li> <li>▪ n'utilisez pas de bâton de type « Excel ».</li> </ul> <p>Utilisez un anneau de caoutchouc réglementaire.</p>			<p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., engelures et hypothermie).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Rugby : Drapeau ou toucher (sans contact seulement)

Le rugby avec contact est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Il faut utiliser des ballons de rugby pour le jeu sans contact.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les chaussures à crampons sont interdites.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les poteaux des buts du terrain de jeu doivent être coussinés. Le rembourrage doit atteindre 1,8 m (6 pi) de hauteur.</p> <p>Les surfaces de jeu doivent être exemptes de débris et d'obstacles, offrir une bonne adhérence et être situées loin des zones de circulation.</p> <p>Les trous, les dangers et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p> <p>Le périmètre du terrain doit être marqué (p. ex., drapeaux repliables ou cônes souples aux coins).</p>	<p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des participants.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les règles du rugby sans contact doivent être strictement observées.</p> <p>Rookie Rugby est un programme qui aide à développer les habiletés et la compréhension du jeu. <a href="https://rookierugby.ca/fr/">https://rookierugby.ca/fr/</a></p> <p>Lorsqu'on joue au rugby-drapeau, les drapeaux ne doivent pas être rentrés sous la ceinture. Ils doivent pouvoir être retirés facilement.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise durant le premier entraînement permettant les contacts. Ensuite, une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			(consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Scoop Ball

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les raquettes et les balles de scoop ball doivent être en bon état (p. ex., pas de fissures ou d'encoches).</p> <p>Les gardiens de but doivent porter un masque protecteur durant une partie.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu doivent être exemptes d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Aucun contact physique intentionnel (p. ex., corps contre corps ou raquette contre corps) n'est autorisé.</p> <p>Mettez l'accent sur la responsabilité des élèves concernant l'espace individuel.</p> <p>S'il y a un gardien de but dans une partie, vous devez délimiter une enceinte de but.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Planche à roulettes carrée

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Il est recommandé que les planches soient équipées de poignées de protection afin de protéger les doigts des blessures. Tenez-en compte lorsque vous achetez de nouvelles planches à roulettes, car les anciens modèles n'ont pas de poignées.</p> <p>Les planches à roulettes doivent être en bon état (p. ex., sans fissures, rebords brisés ou roues mal serrées).</p>	<p>Les cheveux longs doivent être attachés si l'élève est couché sur la planche à roulettes.</p> <p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de vêtements amples qui pendent.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p>Pas de pieds nus.</p> <p>Pas de chaussettes sans chaussures.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p> <p>Établissez des limites ou utilisez des matelas protecteurs afin d'éliminer les objets en saillie (p. ex., poignées sur l'estrade ou les portes des compartiments de rangement).</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Il ne faut pas se tenir debout sur une planche à roulettes carrée.</p> <p>Ne permettez pas aux élèves de courir et de sauter en utilisant ces planches.</p> <p>Répétez aux élèves qu'ils ne doivent pas se tenir debout sur ces planches.</p> <p>Durant les activités de type relais, prévoyez des espaces qui permettent de ralentir avant de s'arrêter.</p> <p>Les contacts intentionnels entre les planches à roulettes sont interdits.</p> <p>Durant les activités de soccer et de hockey sur planches à roulettes, les contacts intentionnels entre les planches à roulettes et les mouvements élevés des jambes et des bâtons sont interdits.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Plongée autonome

La plongée autonome est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

# Autodéfense

Les arts martiaux, à part le tai-chi, sont déconseillés pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.

**Remarque :** Les techniques d'autodéfense peuvent être enseignées par des instructeurs qualifiés, si les propulsions et les chutes ne sont pas incluses dans les leçons.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p><b>Surface de l'activité</b></p> <p>Des matelas de 5 cm (2 po), des matelas de lutte ou des matelas offrant un compactage équivalent sont requis. (Consultez la fiche Gymnastique : Généralités pour connaître les caractéristiques des matelas polyvalents.)</p> <p>La surface des matelas doit être propre et vérifiée fréquemment pour déceler les irrégularités (p. ex., aucun espace, pas de</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Des vêtements amples et confortables doivent être portés. Il est possible d'être pieds nus.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Le revêtement de sol doit être propre, lisse, de niveau et sec.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p> <p>Les murs doivent être coussinés si la surface matelassée s'en trouve à moins de 2 m (6 pi 5 po).</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Rappelez qu'il est important d'anticiper, d'éviter les situations risquées et d'employer les tactiques d'autodéfense et d'agression appropriées.</p> <p>Aucune propulsion.</p> <p>Les élèves doivent être jumelés selon leur poids, leur taille et leur niveau d'habiletés.</p> <p>Durant les exercices individuels ou en groupe, les bousculades sont interdites.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place par l'enseignant et un instructeur d'autodéfense qualifié est requise.</p> <p>Des instructeurs d'autodéfense qualifiés doivent présenter le programme d'enseignement.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
chevauchement ou de différence de hauteur entre les matelas).				

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Sepak Takraw

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les poteaux doivent être rangés de façon sécuritaire lorsqu'ils ne sont pas utilisés.</p> <p>Les filets ne doivent pas comporter d'effilochures.</p> <p>Le ballon doit convenir à l'âge et aux habiletés des élèves (p. ex., balle en mousse, peau d'éléphant, haki, balle Takraw appropriée en rotin ou synthétique).</p> <p>La hauteur du filet doit convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Lorsque les poteaux sont rangés, les couvercles doivent être replacés sur les douilles de plancher.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p> <p>Désignez les limites de l'activité à une distance sécuritaire des murs.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les exercices avec coup de tête ne conviennent pas aux élèves du primaire.</p> <p>Limitez la durée des exercices avec coup de tête (cycles moyen et intermédiaire).</p> <p>Si les élèves du cycle moyen et du cycle intermédiaire sont autorisés à faire des coups de tête pendant une partie, les techniques de coup de tête appropriées doivent être enseignées.</p> <p>Les exercices doivent être structurés de façon à réduire les risques d'être frappé par un ballon mal dirigé.</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des participants.</p> <p>Montrez aux élèves comment installer, régler et enlever les</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement initial des habiletés. Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant l'installation et le rangement de l'équipement.</p> <p>Lorsque des poteaux de volleyball sont utilisés, une surveillance visuelle constante est nécessaire pendant l'installation et le rangement de l'équipement.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>filets correctement et en toute sécurité.</p> <p>Si les installations ne permettent pas de jouer en toute sécurité (p. ex., poteaux sur les côtés adjacents aux murs), modifiez les règlements en conséquence.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Planche à roulettes

Il faut utiliser le programme Skate Pass et les documents du programme d'études.

Les élèves ne sont pas autorisés à faire de la planche à roulettes à l'extérieur avant d'avoir terminé le programme Skate Pass en salle.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Informez les parents ou tuteurs et les élèves que seules les planches à roulettes en bon état peuvent être apportées à l'école.</p> <p>L'équipement du programme Skate Pass doit être utilisé en salle seulement.</p> <p>Les participants doivent porter un casque.</p> <p>Lorsque la planche à roulettes est empruntée ou louée, elle</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Chaussures appropriées : souliers fermés, antidérapants (p. ex., espadrilles, souliers pour la planche à roulettes). Pas de sandales.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p>Les parents ou tuteurs et les élèves doivent savoir qu'il est important de porter de ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ casque bien ajusté, conçu pour la planche à roulettes;</li> <li>▪ protège-coudes.</li> <li>▪ genouillères;</li> <li>▪ protège-poignets.</li> </ul>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Le programme Skate Pass est conçu pour le gymnase, mais on peut le suivre à l'extérieur en utilisant un équipement de plein air.</p> <p>L'emplacement public ou commercial doit être en bon état.</p> <p>Pour l'activité de planche à roulettes, choisissez un endroit loin de la circulation et sans dénivellations importantes.</p> <p>Les surfaces de l'endroit choisi doivent être sèches et exemptes d'obstacles et de débris.</p>	<p>Les participants doivent suivre les règlements affichés sur les planchodromes publics ou commerciaux.</p> <p>Les règles de sécurité doivent être expliquées clairement aux élèves. Rappelez qu'il est important de contrôler la planche à roulettes en tout temps.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Tous les élèves doivent participer à une leçon structurée comprenant un volet sur le port et l'utilisation appropriés de l'équipement.</p> <p>Enseignez les techniques de base suivantes à tous les</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>L'enseignant ou le superviseur qui dispense l'enseignement doit avoir suivi un atelier de formation des formateurs du programme Skate Pass.</p> <p><b>Instructeur externe</b></p> <p>Tout instructeur externe doit posséder un certificat ou une expérience en enseignement de la planche à roulettes.</p> <p>Consultez le site <a href="https://ecologyaction.ca/making-tracks">https://ecologyaction.ca/making-tracks</a> pour obtenir de plus amples renseignements sur le programme Skate Pass.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>doit être en bon état et sa taille doit convenir à l'élève.</p> <p>Lorsque l'activité de planche à roulettes a lieu dans un planchodrome ou un autre emplacement commercial, suivez les règles en vigueur concernant l'équipement.</p>			<p>participants, quel que soit leur niveau d'habileté :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ virages;</li> <li>▪ freinage;</li> <li>▪ déplacement;</li> <li>▪ équilibre;</li> <li>▪ utilisation des pentes.</li> </ul> <p>Prévoyez un espace réservé aux débutants.</p> <p>L'utilisation d'appareils audio (p. ex., lecteurs MP3) est interdite.</p> <p>Les parents et tuteurs doivent être informés de l'importance de la protection contre le soleil.</p> <p>Aucune inversion n'est permise.</p> <p>Pour pouvoir utiliser les endroits plus difficiles des installations ou de l'emplacement, les élèves doivent suivre une leçon spéciale (p. ex., leçon sur la demi-lune, le parc de planche à roulettes, les sauts ou les rampes).</p> <p>L'expression libre (acrobaties) n'est pas permise.</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Lorsque d'autres groupes sont à l'extérieur au même moment durant la leçon de planche à roulettes, prévoyez une zone de sécurité entre les deux classes.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Demandez aux participants de se tenir à une distance de sécurité les uns des autres (p. ex., 2 à 3 m) pour éviter les collisions et les trébuchements.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			(consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Patinage sur glace

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Si l'école n'apporte pas de trousse de premiers soins à la patinoire, assurez-vous que la patinoire en possède une qui est accessible et sachez où elle se trouve.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les élèves doivent porter un casque de hockey homologué CSA.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les enseignants doivent informer les élèves et les parents ou tuteurs de l'importance de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ porter un casque de hockey homologué CSA (obligatoire);</li> <li>▪ porter des patins de la bonne taille;</li> <li>▪ porter des gants ou des mitaines;</li> <li>▪ transporter ses patins en toute sécurité.</li> </ul> <p>Il faut s'habiller selon les conditions météorologiques si le patinage a lieu à l'extérieur.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Avant de patiner sur un étang, communiquez avec les autorités locales afin d'être absolument certain que la glace est assez épaisse pour que l'activité soit sécuritaire.</p> <p>La surface de patinage doit être exempte d'obstacles et de fissures dangereuses.</p>	<p>Une partie du temps de glace doit être consacrée à l'enseignement.</p> <p>Mettez en place un processus pour déterminer les habiletés de patinage de chacun.</p> <p>Pendant un certain temps, prévoyez un espace de glace réservé aux patineurs débutants (distinct de celui des patineurs accomplis).</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les activités doivent convenir au niveau d'habileté des élèves.</p> <p>Mettez l'accent sur les techniques de patinage et non la vitesse, lors de tous les jeux, défis et exercices.</p> <p>Informez les élèves de l'importance de la prudence et du contrôle sur la glace, ainsi que des procédures courantes (p. ex., tous patiner</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>dans le même sens durant le patinage libre).</p> <p>Évitez les jeux de poursuite, les courses et les chaînes humaines de type « crack the whip ».</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., engelures et hypothermie).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Demandez aux participants de se tenir à une distance de sécurité les uns des autres (p. ex., 2 à 3 m) pour éviter</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			les collisions et les trébuchements.	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Patin à roues alignées ou patin à roulettes

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les patins doivent être inspectés pour s'assurer que :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ le frein est bien fixé et n'est pas usé;</li> <li>▪ les roues sont exemptes de saleté, de souillures et d'huile;</li> <li>▪ les roues sont bien fixées.</li> </ul> <p>Les élèves doivent porter un casque de hockey homologué CSA.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements, des chaussures et des dispositifs de protection appropriés (p. ex., chandails à manches longues pour éviter les égratignures et les coupures).</p> <p>Les enseignants doivent informer les élèves et les parents ou tuteurs de l'importance, pour la participation, du port de ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ patins de la bonne taille;</li> <li>▪ genouillères;</li> <li>▪ protège-coudes.</li> <li>▪ protège-poignets.</li> <li>▪ casque (obligatoire).</li> </ul>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de patinage doivent être sèches et exemptes d'obstacles et de débris.</p> <p><b>Dans l'enceinte de l'école</b></p> <p>Choisissez une aire de patinage où il n'y a ni circulation ni dénivellations importantes.</p> <p>Utilisez le gymnase, s'il convient à l'activité.</p> <p><b>À l'extérieur de l'enceinte de l'école (cycles intermédiaire et supérieur seulement)</b></p> <p>Choisissez judicieusement les parcours en tenant compte de la longueur, de la surface (gravier, chaussée) et de l'achalandage.</p> <p>Respectez tous les règlements municipaux concernant le patin à roues alignées.</p> <p>Tous les planchodromes commerciaux doivent respecter les normes de</p>	<p>Prévoyez un espace réservé aux patineurs débutants à l'intérieur de l'espace total fourni pour la classe. Cela permet aux débutants de patiner sans être gênés par les patineurs plus rapides.</p> <p>Enseignez les techniques de base suivantes à tous les patineurs, quel que soit leur niveau d'habileté :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ déplacement;</li> <li>▪ arrêt;</li> <li>▪ virages;</li> </ul> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>L'enseignement doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Désignez un sens de patinage que tous doivent suivre (p. ex., vers la droite ou vers la gauche).</p> <p>L'utilisation d'un appareil audio (p. ex., lecteurs MP3, téléphones cellulaires, iPod) est interdite.</p> <p>Pas de course, de chasse ni de jeux de poursuite.</p>	<p><b>Dans l'enceinte de l'école</b></p> <p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p><b>À l'extérieur de l'enceinte de l'école (de la 5<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année seulement)</b></p> <p>Une surveillance générale est requise.</p> <p><b>Ratio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 enseignant pour 15 élèves</li> </ul> <p>Au moins deux superviseurs doivent être présents : un superviseur à l'avant du groupe et un superviseur à l'arrière du groupe.</p> <p>Un enseignant qui ne connaît pas bien les habiletés pratiques pour faire du patin à roulettes ou du patin à roues alignées (p. ex., aucune expérience récente) doit demander de l'aide au personnel de soutien compétent ou s'abstenir de participer à une activité de patin à roulettes ou de patin à</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
		<p>sécurité indiquées sur cette fiche.</p>	<p>Enseignez la courtoisie lors du patinage :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ patiner dans le même sens que les autres;</li> <li>▪ patiner à droite et dépasser à gauche;</li> <li>▪ annoncer votre intention de dépasser en disant : « dépassement à gauche » ou à l'aide d'une cloche ou d'un sifflet.</li> </ul> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Demandez aux participants de se tenir à une distance de sécurité les uns des autres (p. ex., 2 à 3 m) pour éviter les collisions et les trébuchements.</p>	<p>roues alignées jusqu'à ce qu'il reçoive l'aide nécessaire.</p> <p><b>Instructeur externe</b></p> <p>Tout instructeur externe doit posséder un certificat ou une expérience en enseignement du patin à roues alignées.</p> <p>Un superviseur doit être titulaire d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné en cours de validité; il doit s'agir au minimum d'un certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge, ou l'équivalent, si l'activité se déroule à l'extérieur de l'enceinte de l'école et dans un milieu de type sauvage. Si l'endroit est considéré comme un milieu urbain ou éloigné, le superviseur doit détenir un certificat de secourisme général en cours de validité, et les superviseurs qui l'appuient doivent posséder au moins un certificat de secourisme d'urgence.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Saut à la corde

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Utilisez des cordes qui conviennent pour le saut à la corde.</p> <p>La longueur des cordes doit convenir à la taille et aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Pas de pieds nus.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Apprenez aux élèves à utiliser l'équipement de façon sécuritaire (p. ex., pas de nœuds coulants, pas de rotation de la corde au-dessus de la tête, pas de lasso).</p> <p>Les élèves doivent sauter à la corde dans un endroit qui permet de faire tourner la corde sans entraves (p. ex., pas de contact avec d'autres objets ou élèves).</p>	<p>Une surveillance générale est requise.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Équilibrisme sur sangle (installation naturelle ou extérieure)

Pour tous les programmes d'équilibrisme sur sangle qui se déroulent dans un cadre d'éducation physique en salle ou à l'extérieur.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Une sangle tubulaire en nylon, des cliquets ovales et des anneaux (minimum d'environ 17 kN/1 700 kg/3 822 lb/2 tonnes de résistance à la traction) doivent être utilisés.</p> <p>Les sangles d'équilibrisme de Gibbon sont idéales, car elles s'installent facilement.</p> <p>Tout l'équipement doit être de fabrication commerciale, conçu précisément pour l'activité d'équilibrisme sur sangle et conforme à au</p>	<p>Des vêtements adaptés aux conditions saisonnières et météorologiques doivent être portés (p. ex., shorts ou pantalon à jambes retroussées de manière que les pieds soient visibles et qu'il n'y ait pas d'obstruction).</p> <p>Il est possible de porter des chaussettes ou des espadrilles. Les pieds nus sont également acceptables.</p>	<p>Les points d'ancrage doivent pouvoir résister à une tension de 17 kN/1 700 kg/3 822 lb/2 tonnes. (Consultez la colonne Équipement.)</p> <p>La zone choisie pour l'équilibrisme sur sangle doit se trouver à 2,5 m (8 pi) de toute structure ou de tout mur, des deux côtés de la sangle. L'aire d'atterrissage doit être complètement plate et horizontale.</p> <p>Un instructeur d'équilibrisme sur sangle qualifié doit inspecter les points d'ancrage.</p> <p>Un moyen de transport approprié doit être accessible pour transporter un élève blessé.</p>	<p>Le fournisseur de l'activité doit répondre aux exigences minimales indiquées dans ces lignes directrices.</p> <p>Les sangles ne peuvent pas se trouver à plus de 50 cm de la surface d'atterrissage. Les sangles pour les élèves de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année doivent se trouver à 30 cm de la surface d'atterrissage.</p> <p>Un seul élève à la fois peut se trouver sur la sangle.</p> <p>Si on aide les élèves en leur offrant un appui supplémentaire pour le corps, le contact physique doit se faire uniquement en appuyant une main ouverte sur l'épaule. Il ne faut rien agripper.</p> <p>Seuls le superviseur et l'élève doivent se trouver sur l'aire d'atterrissage.</p> <p>Les formulaires de renseignements médicaux complets des élèves qui</p>	<p>Les enseignants doivent prouver qu'ils ont réussi un atelier d'équilibrisme sur sangle.</p> <p>Si plusieurs sangles sont installées, un enseignant superviseur doit être présent près de chaque sangle.</p> <p>Les instructeurs doivent comprendre, démontrer et mettre en pratique les habiletés pertinentes permettant de participer à l'activité pour laquelle ils sont formés.</p> <p>Les habiletés pertinentes sont celles définies par les professionnels d'équilibrisme sur sangle reconnus.</p> <p>Tous les instructeurs doivent être âgés d'au moins 18 ans pour donner le cours d'initiation.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>moins une des normes suivantes : UIAA, CE, NFPA, ULC, CSA, ASTM ou TUV.</p> <p>Les sangles doivent être compatibles avec les dispositifs d’ancrage choisis.</p> <p>Les points d’ancrage doivent pouvoir résister à une tension de 17 kN/1 700 kg/3 822 lb/2 tonnes. Dans les milieux naturels, utilisez des arbres vivants d’un diamètre minimum de 10 po. Les arbres doivent être protégés des lignes d’ancrage en les enveloppant d’un matériau de ¼ po d’épaisseur.</p> <p>Tous les ancrages (naturels ou artificiels) doivent être de type « SRENE » (solides, redondants, égalisés et non extensibles).</p> <p>Tout l’équipement doit être inspecté par un personnel qualifié avant l’activité.</p>			<p>participent doivent être accessibles.</p> <p>Avant la première leçon, les enseignants superviseurs doivent informer les instructeurs d’équilibrisme sur sangle agréés des élèves ayant des besoins spéciaux.</p> <p>Les enseignants, les instructeurs et les élèves doivent connaître les procédures de sécurité.</p> <p>L’enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>L’activité et les techniques présentées doivent être choisies selon les habiletés enseignées. Elles doivent convenir au stade de développement et au niveau d’expérience des élèves.</p> <p>Pour tous les élèves, le programme doit comprendre un cours d’initiation dans lequel on abordera les points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ choix des sangles à utiliser;</li> <li>▪ choix des ancrages à utiliser;</li> <li>▪ enseignement et pratique répétée de ce qui suit :</li> </ul>	<p>Les élèves formés qui démontrent les habiletés d’instruction requises et qui sont âgées de 16 ans ou plus peuvent aider à l’enseignement, mais doivent se trouver sous la surveillance directe d’un instructeur enseignant qualifié.</p> <p>Au moins un instructeur doit détenir un certificat de secourisme en cours de validité équivalent ou supérieur au certificat de secourisme général avec RCR niveau C.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>– utilisation correcte de la sangle,</li> <li>– utilisation correcte des points d’ancrage,</li> <li>– concept de l’équilibre sur la sangle,</li> <li>– concept du déplacement sur la sangle,</li> <li>– principes généraux d’équilibrisme sur sangle,</li> <li>– procédures à suivre pour monter sur la sangle et en descendre,</li> <li>– manière d’aider un partenaire.</li> </ul> <p>Les élèves doivent pouvoir choisir un défi avec lequel ils sont à l’aise.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d’activité.

## Plongée avec tuba

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité avant chaque cours (p. ex., masque étanche, tuba non obstrué).</p> <p>Respectez le document (en anglais) <i>Nova Scotia Operational Guidelines for Aquatic Facilities</i> (<a href="https://novascotia.ca/dhw/environmental/documents/aquatic-guidelines/Nova-Scotia-Operational-Aquatic-Guidelines.pdf">https://novascotia.ca/dhw/environmental/documents/aquatic-guidelines/Nova-Scotia-Operational-Aquatic-Guidelines.pdf</a>).</p> <p><b>Camps de loisirs</b></p> <p>L'équipement de sécurité standard doit être accessible, comme suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ une ou plusieurs aides de sauvetage flottantes attachées à un anneau à</li> </ul>	<p>Suivez les règlements du fournisseur de l'activité concernant le port de bijoux.</p> <p>Le port d'un maillot de bain approprié est obligatoire.</p> <p>Le port de palmes ou de chaussures appropriées est obligatoire pour se protéger des objets saillants dans les lacs, rivières ou étangs.</p> <p>Si les élèves portent des palmes, celles-ci doivent être bien ajustées.</p>	<p>Il est interdit d'utiliser des piscines privées.</p> <p>Le bord de la piscine doit être exempt d'obstacles.</p> <p>Les endroits acceptables pour faire de la plongée avec tuba comprennent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ les piscines communautaires ou scolaires;</li> <li>▪ les camps de loisirs (lacs, étangs, rivières), dans les endroits désignés;</li> <li>▪ des limites doivent être clairement définies pour la plongée en eau libre.</li> </ul> <p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Pas de plongée avec tuba dans les grottes.</p>	<p>Vous devez connaître les antécédents ou les problèmes médicaux susceptibles de nuire à la sécurité des élèves dans l'eau (p. ex., diabète, asthme, problèmes cardiaques, convulsions, épilepsie, infections de l'oreille récurrentes) et en informer la personne responsable présente sur le bord.</p> <p>Les élèves doivent être informés des procédures d'urgence avant d'entrer dans l'eau.</p> <p>Les élèves doivent respecter les règlements suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pas de course ni de bousculade autour de la piscine;</li> <li>▪ pas de gomme à mâcher;</li> <li>▪ pas de nourriture dans la piscine ou à proximité;</li> <li>▪ se tenir loin de la zone de plongeon;</li> <li>▪ pas de plongeon du bord de la piscine si la profondeur de l'eau est inférieure à 2,8 m (9 pi);</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Un enseignant ou un autre superviseur scolaire doit accompagner les élèves à la piscine et demeurer dans la piscine ou sur le bord.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour l'enseignement de la natation</b></p> <p>L'enseignement de la natation peut comprendre des jeux organisés, des relais, etc., mais il ne comprend <i>pas</i> de baignade libre non organisée.</p> <p>Au moins <i>deux instructeurs de natation agréés</i> doivent être présents dans la piscine ou sur le bord.</p> <p>Dans les piscines, le ratio de surveillance est de 2:40 et dans les lacs, étangs, rivières, etc., le ratio de surveillance est de 2:25, les deux personnes étant agréées tel qu'il est indiqué ci-dessous.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>la taille avec une corde d'au moins 6 mm (0,25 po) d'épaisseur et 1,6 m (5 pi) de longueur;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ une ou plusieurs perches d'au moins 3,7 m (12 pi) de longueur;</li> <li>▪ une ou plusieurs aides de sauvetage flottantes à lancer attachées à une corde d'au moins 6 mm (0,25 po) d'épaisseur et 8 m (26 pi) de longueur;</li> <li>▪ planches dorsales;</li> <li>▪ un pédalo ou un bateau, si la zone de baignade se trouve à plus de 50 m (165 pi) du rivage.</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pas de souliers autour de la piscine.</li> </ul> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Avant de faire de la plongée avec tuba, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> <li>▪ nager 50 m (164 pi) de façon continue, peu importe le style de nage.</li> </ul> <p>Les éléments du test doivent être exécutés dans l'ordre, sans aide et sans arrêt.</p> <p>Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test (qui est conforme à la norme Nager pour survivre<sup>MD</sup> de la Société de sauvetage).</p> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p>	<p><b>Qualifications des instructeurs de natation</b></p> <p>Les deux instructeurs doivent être titulaires de l'un des certificats en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de natation de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur du YMCA;</li> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>Un instructeur doit également maintenir la validité des certificats suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général (p. ex., Croix-Rouge, Nova Scotia Lifesaving Society,</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p><i>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation susmentionné ou qui ne possèdent pas la certification indiquée ne doivent pas faire de plongée avec tuba.</i></p> <p>La première leçon de plongée avec tuba doit avoir lieu dans de l'eau peu profonde.</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les élèves qui ont des coupures infectées ou des plaies ouvertes ne doivent pas entrer dans l'eau.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p>	<p>Ambulance Saint-Jean, Organisation de la patrouille canadienne de ski).</p> <p><b>Remarque :</b> Des copies certifiées conformes des certificats doivent être disponibles à la piscine.</p> <p>Un enseignant qui donne des cours et qui ne connaît pas bien les techniques de plongée avec tuba doit demander l'aide d'une personne compétente (p. ex., membre du personnel expérimenté ou instructeur qualifié de plongée avec tuba).</p> <p><b>Qualifications des instructeurs de plongée avec tuba</b></p> <p>L'instructeur non enseignant doit détenir un certificat d'instructeur délivré par l'un des organismes suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ American and Canadian Underwater Certifications (ACUC);</li> <li>▪ National Association of Underwater Instructors (NAUI);</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Professional Association of Diving Instructors (PADI).</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Si l'instructeur de plongée avec tuba non enseignant n'est pas un sauveteur agréé par la NLS, un sauveteur agréé par la NLS doit être présent.</p> <p><b>Qualifications des sauveteurs</b></p> <p>Les sauveteurs doivent détenir un certificat de la Société de sauvetage en cours de validité.</p> <p>Si les élèves reçoivent de l'équipement de plongée avec tuba et qu'ils ont droit à une période de baignade libre dans une piscine, le ratio de surveillance demeure 2 sauveteurs pour 40 élèves. Dans les lacs, étangs et rivières, le ratio de supervision est de 2 sauveteurs pour 25 élèves.</p> <p>Si les élèves bénéficient d'une période de baignade récréative ou libre, ils doivent respecter les normes de la Société de sauvetage en matière de réglementation des piscines.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				<p>Le certificat des instructeurs doit répondre aux critères de surveillance de sécurité de la Société de sauvetage.</p> <p>Le ratio minimum de sauveteurs (agrés par la NLS) par rapport aux baigneurs sur le bord et dans la piscine est le suivant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ de 1 à 125 baigneurs : 2 sauveteurs (si l'enseignant est agréé par la NLS, il peut être l'un des deux sauveteurs; il n'est alors pas nécessaire d'avoir une troisième personne);</li> <li>▪ de 126 à 250 baigneurs : trois sauveteurs (si l'enseignant est agréé par la NLS, il peut être l'un des trois sauveteurs; il n'est alors pas nécessaire d'avoir une quatrième personne).</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Toute personne se trouvant à moins de 1,8 m (6 pi) du bord de l'eau est considérée comme un nageur ou un baigneur.</p> <p>Les vestiaires doivent être surveillés de près et</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				fréquemment, mais pas par des sauveteurs.

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Soccer, soccer crabe, soccer-baseball (intérieur/extérieur)

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>La taille et le poids des ballons de soccer doivent convenir à l'âge et au niveau d'habileté des participants. Par exemple, la taille du ballon doit être la suivante :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ jusqu'à 10 ans : taille 3 ou 4;</li> <li>▪ De 10 à 13 ans : taille 4 ou 5;</li> <li>▪ 13 ans et plus : taille 5.</li> </ul> <p>Les ballons de soccer d'extérieur ne doivent pas être utilisés dans le gymnase pour les parties ou les tirs au but avec gardien, mais ils peuvent être utilisés pour les exercices à l'intérieur.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les chaussures à crampons sont interdites.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu doivent être exemptes de débris et d'obstacles, offrir un bon appui et une bonne adhérence et être situées loin des zones de circulation.</p> <p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p> <p>À l'intérieur, assurez-vous qu'aucun objet ne représente un danger dans le gymnase (p. ex., tables, chaises, etc.).</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités de jeu doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Pas de tacle défensif (glissé ou par-derrrière).</p> <p>Les exercices avec coup de tête ne conviennent pas aux élèves du primaire.</p> <p>Au secondaire, limitez la durée des exercices avec coup de tête.</p> <p>Si les élèves du secondaire sont autorisés à faire des coups de tête pendant une partie, les techniques de coup de tête appropriées doivent être enseignées.</p> <p>Pour le soccer intérieur, une enceinte de but doit être désignée où seul le gardien peut se trouver.</p> <p>Les poteaux des buts intérieurs portatifs ou permanents doivent être ancrés à la surface de jeu d'une manière sécuritaire</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Pour les parties de soccer à l'intérieur, il faut utiliser des ballons de soccer en mousse, de futsal ou de soccer d'intérieur.</p>			<p>approuvée, afin d'empêcher qu'ils tombent vers l'avant.</p> <p>Demandez aux élèves de ne pas se suspendre ni se balancer aux poteaux.</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>À la fin de l'activité, les poteaux de but portatifs doivent être démontés, retirés ou fixés à une structure permanente.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			incidence sur la participation (consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Balle molle : Balle rapide

La balle rapide est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

## Balle molle : Lob-ball, balle lente, three pitch

**Receveur arrière** — Le rôle du receveur arrière est d’aller chercher la balle pour la rendre au lanceur. Le receveur arrière n’est pas là pour attraper un lancer manqué. Cette personne peut se tenir derrière le marbre ou à une distance sécuritaire derrière le frappeur ou à côté de celui-ci, ou encore derrière le filet. L’équipement de sécurité que doit porter le receveur arrière dépend de sa position par rapport au frappeur. Consultez les lignes directrices sur la sécurité propre au sport pour obtenir les consignes.

**Receveur** — Le receveur est un joueur qui s’accroupit derrière le marbre lorsque la balle est lancée. Le rôle du receveur est d’attraper un lancer qui dépasse un frappeur (p. ex., balle de prise).

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l’équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les bâtons de bois doivent avoir une bonne prise et ne présenter aucune fissure.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de chaussures à crampons en métal ou en matière composée. Chaussures à crampons moulés seulement.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>L’aire de jeu extérieure doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ être inspectée régulièrement pour repérer tout débris ou obstacle;</li> <li>▪ offrir un bon appui;</li> <li>▪ être située loin des zones de circulation.</li> <li>▪ offrir une bonne adhérence.</li> </ul> <p>Le terrain de jeu ne doit jamais être situé près d’une route accessible sur laquelle un joueur pourrait courir.</p> <p>Si plusieurs activités ont lieu simultanément, assurez-vous</p>	<p>L’enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d’un chapeau ou de lunettes de soleil, application d’un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les joueurs doivent apprendre comment déposer ou relâcher le bâton après avoir frappé, pour éviter de le lâcher en cours d’élan.</p> <p>Seul un receveur arrière (et non un receveur) doit être</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Les bâtons doivent être conformes aux règlements en vigueur de la Slo-Pitch Ontario Association (p. ex., politique sur les bâtons de l'Amateur Softball Association ASA2004).</p> <p>Le receveur arrière doit porter un masque avec protège-cou s'il joue en avant du filet, derrière le marbre.</p> <p>OU</p> <p>Le receveur arrière n'a besoin d'aucun équipement de protection s'il se tient à une distance sécuritaire du frappeur (p. ex., derrière le filet de fond).</p> <p>Utilisez une balle molle qui convient au niveau d'habileté des élèves.</p> <p>Si une balle réglementaire est utilisée, les frappeurs, les frappeurs dans le cercle d'attente, les coureurs et les élèves-entraîneurs doivent porter un casque de frappeur bien ajusté, avec oreillettes couvrant les deux oreilles.</p> <p>Le frappeur dans le cercle d'attente, le joueur chargé de récupérer le bâton, les</p>		<p>qu'une distance sécuritaire les sépare.</p> <p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p> <p>Avant l'utilisation, les filets d'arrêt, les clôtures et les terrains doivent être inspectés pour cerner les dangers. Tout danger doit être communiqué aux élèves et aux arbitres concernés. Modifiez l'activité pour éviter les dangers (p. ex., délimitez les dangers avec des cônes, couvrez les trous dans la clôture avec des tapis).</p>	<p>utilisé pour le softball en classe.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Les élèves qui ne sont pas sur le terrain doivent rester sur le banc ou dans l'aire désignée du banc.</p> <p>L'élève-arbitre ne doit pas se trouver derrière le marbre; il doit être derrière le lanceur, derrière le filet ou en dehors des lignes de but.</p> <p>Pour éviter les dangers reliés à un bâton échappé, les joueurs qui ne sont pas sur le terrain doivent demeurer loin derrière le rectangle du frappeur ou derrière un filet ou une clôture (sans mettre les doigts dans le filet).</p> <p>Les techniques de glissement appropriées doivent être enseignées afin de réduire le risque de blessure.</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>coureurs et les élèves-entraîneurs de buts doivent porter un casque de frappeur bien ajusté, avec oreillettes couvrant les deux oreilles.</p> <p>Un coussin double de premier but doit être utilisé.</p> <p>Tous les buts doivent être correctement fixés au sol.</p> <p>Tout l'équipement non utilisé doit se trouver hors de l'aire de jeu.</p> <p>Tout l'équipement doit être inspecté régulièrement pour vérifier s'il est en bon état.</p>			<p>Utilisez une ligne d'engagement sur la ligne de troisième but.</p> <p>Tous les jeux au marbre doivent être des jeux forcés.</p> <p>Pas de toucher au marbre.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Jeux de préparation à la balle molle : Soccer-baseball, volley-baseball, tee-ball

**Receveur arrière** —Le rôle du receveur arrière est d’aller chercher la balle pour la rendre au lanceur. Le receveur arrière n’est pas là pour attraper un lancer manqué. Cette personne peut se tenir derrière le marbre ou à une distance sécuritaire derrière le frappeur ou à côté de celui-ci, ou encore derrière le filet. L’équipement de sécurité que doit porter le receveur arrière dépend de sa position par rapport au frappeur. Consultez les lignes directrices sur la sécurité propre au sport pour obtenir les consignes.

**Receveur** —Le receveur est un joueur qui s’accroupit derrière le marbre lorsque la balle est lancée. Le rôle du receveur est d’attraper un lancer qui dépasse un frappeur (p. ex., balle de prise).

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l’équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les bâtons de bois doivent avoir une bonne prise et ne présenter aucune fissure.</p> <p>Les bâtons en aluminium doivent avoir une bonne prise.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les chaussures à crampons sont interdites.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>L’aire de jeu extérieure doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ être inspectée régulièrement pour repérer tout débris ou obstacle;</li> <li>▪ offrir un bon appui;</li> <li>▪ être située loin des zones de circulation.</li> </ul> <p>Le terrain de jeu ne doit jamais être situé près d’une route accessible sur laquelle un joueur pourrait courir.</p> <p>Si plusieurs activités ont lieu simultanément, assurez-vous qu’une distance sécuritaire les sépare.</p>	<p>L’enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>La balle rapide ne doit pas se jouer en salle.</p> <p>S’il y a un arbitre, il ne doit pas se trouver derrière le marbre. Il doit se trouver derrière le lanceur, derrière le filet ou en dehors des lignes de but.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d’un chapeau ou de lunettes de soleil, application d’un écran solaire)</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>N'utilisez pas de bâton pour le soccer-baseball ou le volley-baseball.</p> <p>Pour les jeux de préparation qui utilisent une balle de baseball (p. ex., tee-ball) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le receveur arrière doit porter un masque avec protège-cou s'il se trouve derrière le marbre ou à une distance sécuritaire devant le filet à côté du frappeur.</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le receveur arrière n'a besoin d'aucun équipement de protection s'il se tient à une distance sécuritaire du frappeur (p. ex., derrière le filet de fond).</li> </ul> <p>Le port du masque de receveur est obligatoire.</p> <p>Utilisez une balle qui convient au niveau d'habileté des élèves.</p> <p>Un coussin double de premier but doit être utilisé.</p> <p>Tous les buts doivent être correctement fixés au sol.</p>		<p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être signalés au directeur d'école et portés à l'attention des élèves.</p>	<p>et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Seul un receveur arrière (et non un receveur) doit être utilisé pour le softball en classe.</p> <p>Les joueurs doivent apprendre comment déposer ou relâcher le bâton après avoir frappé, pour éviter de le lâcher en cours d'élan.</p> <p>Pour éviter les dangers reliés à un bâton échappé, les joueurs qui ne sont pas sur le terrain doivent demeurer loin derrière le rectangle du frappeur ou derrière un filet ou une clôture (sans mettre les doigts dans le filet).</p> <p>Les joueurs ne doivent pas faire de glissements.</p> <p>Tous les jeux aux buts doivent être des jeux forcés, y compris au marbre.</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			Surveillez les athlètes dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Patinage de vitesse

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Si l'école n'apporte pas de trousse de premiers soins à la patinoire, assurez-vous que la patinoire en possède une qui est accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Tous les élèves doivent porter correctement un casque bien ajusté (selon les instructions du fabricant). Le casque peut être :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ un casque de patinage de vitesse;</li> <li>▪ un casque de hockey homologué CSA;</li> <li>▪ un casque de ski;</li> <li>▪ un casque de planche à neige;</li> <li>▪ un casque de planche à roulettes.</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Les enseignants doivent informer les élèves et les parents ou tuteurs de l'importance de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ porter des patins bien ajustés (es patins de patinage de vitesse, de hockey ou de patinage artistique sont acceptés);</li> <li>▪ porter des gants ou des mitaines qui résistent aux coupures;</li> <li>▪ porter des genouillères et des protège-tibias;</li> <li>▪ porter un protège-cou;</li> <li>▪ porter des vêtements extensibles à manches longues;</li> <li>▪ transporter ses patins en toute sécurité.</li> </ul> <p>Si le patinage a lieu à l'extérieur :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ il faut s'habiller selon les conditions météorologiques;</li> <li>▪ informez les parents et les élèves de l'importance de la protection contre le soleil.</li> </ul>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les installations peuvent être situées à l'intérieur et à l'extérieur.</p> <p>Avant de patiner sur un étang, il faut être absolument certain que la glace est assez épaisse pour que l'activité soit sécuritaire.</p> <p>Communiquez avec les autorités locales pour obtenir des renseignements sur l'état de la glace.</p> <p>La surface de patinage doit être exempte d'obstacles et de fissures dangereuses.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les compétitions doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les activités doivent convenir au niveau d'habileté des élèves.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, commotion cérébrale antérieure, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Critères généraux).</p> <p>Une partie du temps de glace doit être consacrée à l'enseignement, au développement des habiletés, à l'étiquette et aux stratégies.</p> <p>Pendant un certain temps, prévoyez un espace de glace réservé aux patineurs débutants (distinct de celui des patineurs accomplis).</p> <p>Durant la première leçon, demandez aux participants de</p>	<p>Surveillance sur place.</p> <p>Au moins une personne donnant le cours doit détenir un certificat J'aime patiner moniteur (Patinage de vitesse Canada).</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Les casques à trous (p. ex., casques de vélo) ne sont pas autorisés.</p> <p>Si l'activité se déroule à l'intérieur, les coins des bandes doivent être coussinés.</p>			<p>se tenir à une distance de sécurité les uns des autres (p. ex., 2 à 3 m) pour éviter les collisions et les trébuchements.</p> <p>Mettez l'accent sur les techniques de patinage et non la vitesse, lors de tous les défis, exercices et compétitions.</p> <p>Informez les élèves de l'importance de la prudence et du contrôle sur la glace, ainsi que des procédures courantes (p. ex., tous patiner dans le même sens).</p> <p>Pas de jeux de relais avant d'avoir enseigné les habiletés appropriées.</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les conditions environnementales (température, conditions météorologiques, indice UV, engelures);</li> <li>▪ le niveau d'entraînement et de forme physique antérieur;</li> </ul>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ la durée et l'intensité de l'activité physique.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre par temps froid (p. ex., température, refroidissement éolien) et les méthodes de prévention des engelures et de l'hypothermie.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Squash

Le squash est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 4<sup>e</sup> année.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les raquettes doivent être inspectées régulièrement pour déceler les dommages et l'usure.</p> <p>Les élèves doivent porter une protection oculaire qui respecte la norme ASTM F803 ou une norme équivalente.</p> <p>Les élèves qui portent déjà des lunettes doivent aussi se protéger de façon appropriée (p. ex., verres incassables).</p> <p>Les balles doivent convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les lignes de jeu doivent être clairement définies.</p> <p>Des consignes de sécurité doivent être établies pour les terrains de jeu côte à côte.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés et le jeu, il faut prévoir assez d'espace pour que chaque joueur puisse s'élancer sans obstacle.</p> <p>Les règles de courtoisie sur le terrain doivent être enseignées aux élèves.</p> <p>Les élèves ne doivent jouer que des simples, à moins qu'un terrain de double adéquat ne soit disponible.</p> <p>Maximum de quatre joueurs par terrain de jeu.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement des habiletés. Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Natation en piscine

Ces lignes directrices de natation concernent les milieux aquatiques suivants : piscines agréées et surveillées.

Toutes les piscines sont régies par les *Nova Scotia Operational Guidelines for Aquatic Facilities* :

<https://novascotia.ca/dhw/environmental/documents/aquatic-guidelines/Nova-Scotia-Operational-Aquatic-Guidelines.pdf>.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>L'équipement de sécurité standard énuméré dans les <i>Nova Scotia Operational Guidelines for Aquatic Facilities</i> doit être accessible.</p> <p>Il s'agit notamment des articles suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ bouées circulaires;</li> <li>▪ perches;</li> <li>▪ planches dorsales;</li> <li>▪ trousse de premiers soins;</li> <li>▪ téléphone d'urgence.</li> </ul>	<p>Le port de bijoux est interdit (autres que les bijoux d'alerte médicale).</p> <p>Le port d'un maillot de bain approprié est obligatoire.</p> <p>Les cheveux doivent être attachés pour ne pas obstruer la vue (p. ex., avec un élastique).</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité en tant que centre aquatique et piscine récréative agréés.</p> <p>Utilisez des piscines communautaires ou scolaires.</p> <p><i>Il est interdit d'utiliser des piscines privées.</i></p> <p>Pour la natation dans les étangs et les lacs, consultez la fiche Plein air : Natation (océan, lacs, étangs, rivières).</p> <p>Le bord de la piscine doit être exempt d'obstacles et d'excès d'eau.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités et les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Informez la personne responsable présente sur le bord des antécédents ou des problèmes médicaux susceptibles de nuire à la sécurité des élèves dans l'eau (p. ex., diabète, asthme, problèmes cardiaques, convulsions, épilepsie, infections de l'oreille récurrentes).</p>	<p><b>Surveillance par les enseignants</b></p> <p>Une surveillance sur place est requise. Si un enseignant est agréé et répond aux critères de la désignation de sauveteur selon les <i>Nova Scotia Operational Guidelines for Aquatic Facilities</i>, il ne compte pas dans la désignation du ratio. En effet, on se fonde sur sa responsabilité première de supervision éducative et non de sauvetage. De plus, il se peut qu'il ne connaisse pas la procédure opérationnelle de l'installation en cas d'urgence.</p> <p>Par conséquent, un enseignant ou un autre superviseur scolaire doit accompagner les élèves à la piscine et demeurer dans la piscine ou sur le bord.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>L'équipement électrique (p. ex., lecteurs MP3) doit être correctement mis à la terre.</p>			<p>Les élèves doivent être informés des procédures d'urgence avant d'entrer dans l'eau.</p> <p>Les élèves doivent respecter les règlements suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pas de course ni de bousculade autour de la piscine;</li> <li>▪ pas de gomme à mâcher;</li> <li>▪ pas de nourriture dans la piscine ou à proximité;</li> <li>▪ pas de plongeon du bord de la piscine dans les zones portant la mention « INTERDICTION DE PLONGER » ou si la profondeur de l'eau est inférieure à 2,75 m (9 pi);</li> <li>▪ pas de souliers autour de la piscine.</li> </ul> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Vous devez d'abord vérifier les habiletés des nageurs dans l'eau peu profonde.</p> <p>Le test courant pour déterminer l'aptitude à nager consiste à nager deux largeurs sans s'arrêter ni toucher le fond. Cela concerne la natation pédagogique et récréative.</p>	<p>Les vestiaires doivent être surveillés de près et fréquemment, mais pas par le sauveteur.</p> <p>Les élèves doivent avertir l'enseignant ou la personne responsable s'ils quittent la zone de la piscine.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour l'enseignement de la natation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'enseignement de la natation peut comprendre des jeux organisés, des relais, etc., mais il ne comprend <i>pas</i> de baignade libre non organisée.</li> </ul> <p><b>Ratios et qualifications</b></p> <p>Les ratios doivent respecter les procédures opérationnelles de la piscine agréée et approuvée. Les règlements de chaque piscine doivent respecter les normes minimales indiquées ci-dessous :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Au moins <i>deux instructeurs de natation agréés</i> doivent être présents dans la piscine ou sur le bord.</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les résultats du test de natation doivent être consignés et mis à la disposition de l'instructeur ou du sauveteur.</p> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p>L'enseignement des habiletés peut être suivi d'une mise en pratique (p. ex., activités de relais, jeux de poursuite qui intègrent les habiletés). Cela fait partie du programme d'enseignement, non de la baignade libre.</p> <p>Les nageurs doivent prendre une douche avant d'entrer dans la piscine.</p> <p>Les élèves qui ont des coupures infectées ou des plaies ne doivent pas entrer dans la piscine.</p> <p>Durant la baignade libre, les élèves ne peuvent pas utiliser</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le ratio de surveillance est de 2 instructeurs pour 50 élèves, les deux instructeurs étant agréés tel qu'il est indiqué ci-dessous.</li> <li>▪ En présence de 51 à 75 élèves, un instructeur ou sauveteur agréé supplémentaire (NLS) est requis. L'instructeur doit également posséder les certificats indiqués ci-dessous.</li> </ul> <p><b>Qualifications des instructeurs de natation</b></p> <p>Les instructeurs doivent être titulaires de l'un des certificats en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de natation de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur du YMCA;</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>un masque, un tuba ou tout équipement de plongée sous-marine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>Un instructeur doit également maintenir la validité des certificats suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS);</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général (p. ex., Croix-Rouge, Nova Scotia Lifesaving Society, Ambulance Saint-Jean, Organisation de la patrouille canadienne de ski).</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Des copies certifiées conformes des certificats doivent être disponibles à la piscine.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour la natation récréative (baignade libre, sans enseignement)</b></p> <p>Les enseignants doivent accompagner les élèves jusqu'à la piscine et demeurer dans la piscine ou sur le bord pendant la baignade récréative ou libre.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				<p>Conformément aux <i>Nova Scotia Operational Guidelines for Aquatic Facilities</i>, pendant la baignade récréative ou libre, le seul certificat de sauveteur acceptable est celui de la NLS.</p> <p>Le ratio minimum de sauveteurs (agréés par la NLS) par rapport aux baigneurs sur le bord et dans la piscine est le suivant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 sauveteurs pour 125 nageurs (toute personne se trouvant à moins de 1,8 m [6 pi] du bord de l'eau est considérée comme un nageur ou un baigneur);</li> <li>▪ de 1 à 125 nageurs : 2 sauveteurs;</li> <li>▪ De 126 à 250 nageurs : 3 sauveteurs.</li> </ul> <p><b>Qualifications des sauveteurs</b></p> <p>Les sauveteurs doivent détenir un certificat de la Société de sauvetage en cours de validité, conformément aux lignes directrices provinciales.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Natation : Nage synchronisée

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Respectez le document (en anglais) <i>Nova Scotia Operational Guidelines for Aquatic Facilities</i> (<a href="https://novascotia.ca/dhw/environmental/documents/aquatic-guidelines/Nova-Scotia-Operational-Aquatic-Guidelines.pdf">https://novascotia.ca/dhw/environmental/documents/aquatic-guidelines/Nova-Scotia-Operational-Aquatic-Guidelines.pdf</a>).</p> <p>L'équipement électrique (p. ex., lecteurs MP3) doit être correctement mis à la terre.</p>	<p>Le port de bijoux est interdit (autres que les bijoux d'alerte médicale).</p> <p>Le port d'un maillot de bain approprié est obligatoire.</p> <p>Les cheveux doivent être attachés pour ne pas obstruer la vue (p. ex., avec un élastique).</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Utilisez des piscines communautaires ou scolaires.</p> <p><i>Il est interdit d'utiliser des piscines privées.</i></p> <p>Pour la natation dans les étangs et les lacs, consultez la fiche Plein air : Natation (océan, lacs, étangs, rivières).</p> <p>Le bord de la piscine doit être exempt d'obstacles et d'excès d'eau.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités et les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Vous devez connaître les antécédents ou les problèmes médicaux susceptibles de nuire à la sécurité des élèves dans l'eau (p. ex., diabète, asthme, problèmes cardiaques, convulsions, épilepsie, infections de l'oreille récurrentes) et en informer la personne responsable présente sur le bord.</p> <p>Les élèves doivent être informés des procédures d'urgence avant d'entrer dans l'eau.</p> <p>Les élèves doivent respecter les règlements suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pas de course ni de bousculade autour de la piscine;</li> <li>▪ pas de gomme à mâcher;</li> <li>▪ pas de nourriture dans la piscine ou à proximité;</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Un enseignant ou un autre superviseur scolaire doit accompagner les élèves à la piscine et demeurer dans la piscine ou sur le bord.</p> <p>Les vestiaires doivent être surveillés de près et fréquemment, mais pas par le sauveteur.</p> <p>Les élèves doivent avertir l'enseignant ou la personne responsable s'ils quittent la zone de la piscine.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour l'enseignement de la natation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'enseignement de la natation peut comprendre des jeux organisés, des relais, etc., mais il ne comprend <i>pas</i> de baignade libre non organisée.</li> <li>▪ Au moins <i>deux instructeurs de natation agréés</i> doivent être présents dans la piscine ou sur le bord.</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pas de plongeon du bord de la piscine si la profondeur de l'eau est inférieure à 2,75 m (9 pi);</li> <li>▪ pas de souliers autour de la piscine.</li> </ul> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Vous devez d'abord vérifier les habiletés des nageurs dans l'eau peu profonde.</p> <p>Le test courant pour déterminer l'aptitude à nager consiste à nager deux largeurs sans s'arrêter ni toucher le fond. Cela concerne la natation pédagogique et récréative.</p> <p>Les résultats du test de natation doivent être consignés et mis à la disposition de l'instructeur ou du sauveteur.</p> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le ratio de surveillance est de 2 instructeurs pour 50 élèves, les deux instructeurs étant agréés tel qu'il est indiqué ci-dessous.</li> <li>▪ En présence de 51 à 75 élèves, un instructeur ou sauveteur agréé supplémentaire (NLS) est requis. L'instructeur doit également posséder les certificats indiqués ci-dessous.</li> </ul> <p><b>Qualifications des instructeurs de natation</b></p> <p>Les deux instructeurs doivent être titulaires de l'un des certificats en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de natation de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur du YMCA;</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>L'enseignement des habiletés peut être suivi d'une mise en pratique (p. ex., activités de relais, jeux de poursuite qui intègrent les habiletés). Cela fait partie du programme d'enseignement, non de la baignade libre.</p> <p>Les nageurs doivent prendre une douche avant d'entrer dans la piscine.</p> <p>Les élèves qui ont des coupures infectées ou des plaies ne doivent pas entrer dans la piscine.</p> <p>Durant la baignade libre, les élèves ne peuvent pas utiliser un masque, un tuba ou tout équipement de plongée sous-marine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>Un instructeur doit également maintenir la validité des certificats suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de secourisme général (p. ex., Croix-Rouge, Nova Scotia Lifesaving Society, Ambulance Saint-Jean, Organisation de la patrouille canadienne de ski).</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Des copies certifiées conformes des certificats doivent être disponibles à la piscine.</p> <p><b>Ratio de surveillance pour la natation récréative (baignade libre, sans enseignement)</b></p> <p>Les enseignants doivent accompagner les élèves jusqu'à la piscine et demeurer dans la piscine ou sur le bord pendant la baignade récréative ou libre.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				<p>Si les élèves bénéficient d'une période de baignade récréative ou libre, ils doivent respecter les normes de la Société de sauvetage en matière de réglementation des piscines.</p> <p>Le certificat des instructeurs doit répondre aux critères de surveillance de sécurité de la Société de sauvetage.</p> <p>Le ratio minimum de sauveteurs (agréés par la NLS) par rapport aux baigneurs sur le bord et dans la piscine est le suivant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 sauveteurs pour 125 nageurs (toute personne se trouvant à moins de 1,8 m [6 pi] du bord de l'eau est considérée comme un nageur ou un baigneur);</li> <li>▪ de 1 à 125 baigneurs : deux sauveteurs (si l'enseignant est agréé par la NLS, il peut être l'un des deux sauveteurs; il n'est alors pas nécessaire d'avoir une troisième personne);</li> <li>▪ de 126 à 250 baigneurs : trois sauveteurs (si l'enseignant est agréé par</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				<p>la NLS, il peut être l'un des trois sauveteurs; il n'est alors pas nécessaire d'avoir une quatrième personne).</p> <p><b>Qualifications des sauveteurs</b></p> <p>Les sauveteurs doivent détenir un certificat de la Société de sauvetage (NLS) en cours de validité.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Tennis de table

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Des raquettes de taille réglementaire et des balles de tennis de table sont requises.</p> <p>Les tables et les raquettes doivent convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p> <p>Les tables et les raquettes doivent être en bon état.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p> <p>Il doit y avoir suffisamment d'espace autour des tables pour bouger.</p> <p>Le revêtement de sol doit être lisse, de niveau et sec.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités de jeu doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Apprenez aux élèves à installer et à démonter les tables de façon sécuritaire.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise durant l'installation et le démontage des tables.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant la première leçon. Une surveillance générale est requise après la première leçon.</p> <p>Une surveillance générale est requise pendant les parties.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Tchoukball

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé de façon sécuritaire, y compris le cadre de tchoukball (surface de rebond) et les ballons.</p> <p>Si le ballon utilisé n'est pas un ballon de tchoukball, assurez-vous qu'il convient à l'âge et aux habiletés des élèves.</p> <p>Les cadres de tchoukball réglementaires doivent être rangés de façon sécuritaire lorsqu'ils ne sont pas utilisés. Aucun équipement de fabrication artisanale n'est permis (p. ex., mini-trampolines).</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La surface de jeu doit offrir un bon appui et une adhérence suffisante. L'aire de jeu et les environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises).</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités de jeu doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>La zone interdite doit être clairement définie.</p> <p>Aucun contact physique.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, commotion cérébrale antérieure, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

# Handball olympique

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>La taille de la balle doit convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p> <p>Il convient d'utiliser des balles en mousse ou des balles réglementaires de handball olympique.</p> <p>Les filets de handball olympique doivent être rangés de façon sécuritaire lorsqu'ils ne sont pas utilisés.</p> <p>Les buts peuvent être indiqués à l'aide de filets de hockey-balle, de cônes ou de matelas muraux.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités de jeu doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des élèves ainsi que selon l'équipement et les installations disponibles.</p> <p>Aucun contact physique.</p> <p>S'il y a un gardien de but, une enceinte de but doit être clairement délimitée (p. ex., zone interdite complète).</p> <p>Seul le gardien de but peut se trouver dans l'enceinte de but.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Tennis

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les raquettes doivent être inspectées régulièrement pour déceler les dommages et l'usure.</p> <p>Utilisez des raquettes qui conviennent au niveau d'habileté des élèves (p. ex., des raquettes pour débutants).</p> <p>Si des machines à lancer sont utilisées, elles doivent être inspectées avant l'utilisation et être supervisées directement par un enseignant.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les lignes de jeu doivent être clairement définies.</p> <p>Des consignes de sécurité doivent être établies pour les terrains de jeu côte à côte.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Durant l'enseignement des habiletés, il faut prévoir assez d'espace pour que chaque élève puisse s'élancer sans obstacle.</p> <p>Les activités et les habiletés doivent être modifiées selon l'âge et les habiletés des élèves.</p> <p>Si plus de deux élèves doivent jouer sur un terrain en même temps, enseignez-leur les positions et les mouvements appropriés.</p> <p>Les règles de courtoisie sur le terrain de jeu doivent être enseignées aux élèves (p. ex., ne pas entrer sur un terrain utilisé).</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire)</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'installation et le rangement de l'équipement.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement initial des habiletés. Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des élèves ainsi que selon l'équipement et les installations disponibles.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Ballon captif

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Le ballon captif doit être en bon état, de même que les attaches du ballon et du poteau.</p> <p>La corde doit être en bon état, sans être trop effilochée.</p> <p>Vérifiez le poteau régulièrement. Si un poteau penche ou que sa base est mal serrée, cessez de l'utiliser tant qu'il n'a pas été réparé ou remplacé.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Le poteau de ballon captif doit être placé loin des zones où des personnes circulent et loin des endroits où d'autres jeux ont lieu (p. ex., volleyball, jeu de ballon « four-square », basketball).</p> <p>Les surfaces de jeu de ballon captif doivent être exemptes d'obstacles et offrir une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Enseignez les habiletés et les règlements aux élèves avant le jeu.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures</p>	<p>Une surveillance sur place est requise pendant l'installation et l'enseignement.</p> <p>Après l'enseignement, une surveillance générale est requise.</p> <p>Le ballon captif doit être installé par un adulte ou par un élève sous la surveillance d'un adulte.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			extrêmes, foudre, vents violents).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Athlétisme : Disque

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Le disque (p. ex., bois/métal et caoutchouc) doit convenir à la taille et au sexe de l'élève.</p> <p>Choisissez les tailles conformément aux lignes directrices de la NSSAF (<a href="http://www.nssaf.ca">www.nssaf.ca</a>) ou à l'âge de développement des participants, comme suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Garçons, cycle supérieur : 1,75 kg</li> <li>▪ Garçons, cycle intermédiaire : 1,5 kg</li> <li>▪ Filles, cycle moyen : 0,75 kg</li> <li>▪ Tous les autres niveaux : 1 kg</li> </ul> <p>Les disques doivent être exempts de fissures, d'éclats</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p>Le port de chaussures à crampons d'athlétisme est interdit.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>L'aire de lancer doit être exempte d'obstacles et complètement fermée à la circulation (p. ex., aire de lancer située devant le filet d'arrêt de baseball, sans aucune autre activité aux alentours).</p> <p>L'aire de chute doit être bien indiquée et personne ne doit s'y trouver durant l'activité.</p> <p>Le cercle de lancer du disque doit offrir une adhérence sécuritaire.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les règles de sécurité doivent être enseignées aux élèves avant les leçons et les exercices.</p> <p>Les élèves doivent pouvoir s'hydrater adéquatement.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise.</p> <p>Il est conseillé à tout enseignant qui ne connaît pas bien les techniques de disque de demander de l'aide au personnel formé compétent et de renoncer à utiliser l'équipement jusqu'à ce que l'aide nécessaire soit obtenue.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>ou d'autres dommages, et être inspectés régulièrement.</p> <p>Séchez le disque à l'aide d'une serviette ou d'un chiffon.</p>			<p>extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Les élèves qui ne lancent pas doivent demeurer derrière le lanceur, dans une zone sécuritaire marquée, située à 5 m (16 pi) ou plus.</p> <p>Enseignez aux élèves les procédures sécuritaires pour lancer et récupérer le disque.</p> <p>Le lanceur ne doit jamais lancer le disque si une personne se trouve sur le terrain et lui tourne le dos.</p> <p>Les ramasseurs doivent transporter le disque jusqu'à l'aire de lancer.</p> <p>Il doit y avoir une seule aire de lancer et un seul lanceur à la fois doit s'y trouver.</p> <p>Seuls les lanceurs peuvent avoir un disque.</p> <p>Pas de tour (rotation) excédant 90 degrés dans le mouvement du lancer.</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Athlétisme : Saut en hauteur

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p><b>Matelas de réception</b></p> <p>Les dimensions minimales de la surface de réception matelassée (à l'exception de la bande Velcro autour du périmètre) doivent être de 1,5 m x 3,6 m x 0,5 m (5 pi x 12 pi x 20 po). Il doit y avoir une couche de matelas à bandes Velcro sur les trois côtés, sans aucun espace.</p> <p>Un ou plusieurs matelas de réception peuvent être utilisés pour atteindre ou dépasser l'épaisseur minimale indiquée ci-dessus.</p> <p>Lorsque deux matelas sont placés bout à bout, recouvrez</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de pieds nus ni de chaussettes sans chaussures.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Aucune chaussure à pointes.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les autres élèves ne doivent pas circuler sur les surfaces d'approche intérieure et extérieure, et celles-ci doivent être lisses et offrir une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les surveillants des barres doivent se placer sur les côtés, devant les poteaux, avant et durant chaque saut.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Mettez l'accent sur la progression et les techniques, plutôt que sur la compétition.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents). Mettez l'accent sur une approche courte et contrôlée (p. ex., entre trois et neuf pas).</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise.</p> <p>Lorsque les surfaces de réception sont installées, mais qu'elles ne sont pas utilisées, des mesures dissuasives doivent être mises en place (p. ex., délimitez le périmètre avec des cônes, effectuez une surveillance, placez les matelas dans la salle de rangement, mettez une affiche sur les matelas : « Ne pas utiliser les matelas sans surveillance »).</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>l'espace entre les matelas de réception ou placez un tapis à Velcro dessus.</p> <p>Si deux matelas de saut sont placés bout à bout, ils doivent être de la même épaisseur.</p> <p>Vérifiez régulièrement que les matelas de réception ne sont pas endommagés.</p> <p><b>Barres transversales</b></p> <p>N'utilisez pas de barres transversales en métal.</p> <p>Les barres en bambou doivent être enveloppées de ruban avant l'utilisation.</p> <p>Les barres en fibre de verre sont une bonne solution de rechange.</p> <p>Avant l'utilisation, vérifiez que les barres en bambou et en fibre de verre ne présentent pas de fissures.</p> <p>Pour l'entraînement, il est possible d'utiliser un élastique ou une corde à poids au lieu d'une barre transversale.</p>			<p>Si l'élève effectue un saut dorsal, encouragez-le à sauter plus près de la barre à l'approche.</p> <p>Assurez-vous que les matelas de réception et les matelas à bande Velcro sont bien fixés et qu'ils ne glissent pas sous l'impact.</p> <p>Tout enseignant qui ne connaît pas bien les techniques de saut en hauteur doit demander de l'aide au personnel de soutien compétent et renoncer à utiliser l'équipement jusqu'à ce que l'aide nécessaire soit obtenue.</p> <p>La surface de réception du saut en hauteur ne doit pas se terminer contre un mur. Elle doit se trouver à au moins 1 m (3 pi 3 po) des murs et des autres structures permanentes.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Athlétisme : Haies

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Durant les cours ordinaires, utilisez des haies ciseaux, des haies légères ou des barres transversales mobiles.</p> <p>Avant l'utilisation, vérifiez qu'il n'y a pas d'éclats de bois sur les barres transversales.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucune chaussure à pointes.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Choisissez une surface dégagée et plate.</p> <p>Les aires de course doivent être inspectées avant l'utilisation.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Apprenez aux élèves à installer les haies correctement afin qu'elles tombent correctement au sol si elles sont renversées.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les hauteurs des haies et les distances entre elles doivent convenir aux différents niveaux d'habileté des élèves.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex.,</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Athlétisme : Javelot

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Des javelots Turbo en polyuréthane de 400 g à pointes souples ou l'équivalent peuvent être utilisés de la maternelle à la 6<sup>e</sup> année. Il est interdit d'utiliser un javelot ordinaire standard à ce niveau.</p> <p>Choisissez les tailles conformément aux lignes directrices de la NSSAF (<a href="http://www.nssaf.ca">www.nssaf.ca</a>) ou à l'âge de développement des participants, comme suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Garçons, cycle supérieur : 800 g</li> <li>▪ Garçons, cycle intermédiaire : 700 g</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>L'aire de lancer doit être exempte d'obstacles et complètement fermée à la circulation (p. ex., aucune autre activité n'a lieu là où se déroule le lancer du javelot).</p> <p>L'aire de chute doit être bien indiquée et personne ne doit s'y trouver durant l'activité.</p> <p>L'aire d'élan doit offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les règles de sécurité doivent être enseignées aux élèves avant de commencer les exercices.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les javelots doivent être transportés de façon sécuritaire vers l'aire de l'activité, ainsi qu'au retour.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Établissez des procédures sécuritaires pour lancer et récupérer les javelots.</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise.</p> <p>Il est conseillé à tout enseignant qui ne connaît pas bien les techniques de javelot de demander de l'aide au personnel formé compétent et de renoncer à utiliser l'équipement jusqu'à ce que l'aide nécessaire soit obtenue.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Filles, cycle intermédiaire : 500 g</li> <li>▪ Filles, cycle moyen : 400 g</li> <li>▪ Tous les autres niveaux : 600 g</li> </ul>			<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Athlétisme : Saut à la perche

Le saut à la perche est déconseillé pour les élèves en éducation physique de la Nouvelle-Écosse.

## Athlétisme : Lancer de poids

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Seuls les poids conçus pour l'intérieur peuvent être utilisés dans le cadre d'un programme en salle.</p> <p>La taille et le poids de l'équipement doivent convenir à l'âge et à la force de l'élève.</p> <p>Suivez les lignes directrices suivantes concernant le poids :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Garçons, cycle supérieur : 6 kg</li> <li>▪ Garçons, cycle intermédiaire : 5 kg</li> <li>▪ Filles, cycle moyen : 3 kg</li> <li>▪ Tous les autres niveaux : 4 kg</li> </ul>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Il est interdit de porter des chaussures à crampons d'athlétisme.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les aires de chute doivent être bien indiquées et personne ne doit s'y trouver durant l'activité.</p> <p>Les aires de lancer de poids doivent offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés et des techniques de lancer de poids doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Enseignez uniquement la technique du lancer de poids debout (pas de rotation).</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Il faut inclure des périodes d'échauffement et de récupération appropriées.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Établissez des routines sécuritaires pour le lancement et la récupération des poids.</p>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise.</p> <p>Après la première leçon, une surveillance sur place est appropriée une fois l'enseignement des normes de sécurité terminée.</p> <p>Il est conseillé à tout enseignant qui ne connaît pas bien les techniques de lancer de poids de demander de l'aide au personnel formé compétent et de renoncer à utiliser l'équipement jusqu'à ce que l'aide nécessaire soit obtenue.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Séchez le poids à l'aide d'une serviette ou d'un chiffon.</p>			<p>Établissez une routine sécuritaire pour le transport des poids vers l'aire de lancer du poids et le retour.</p> <p>Il ne faut jamais lancer ou faire rouler les poids vers l'aire de lancer.</p> <p>S'il n'y a pas d'écran protecteur, les élèves et les spectateurs doivent se trouver à un endroit désigné, situé à 4 m (13 pi) ou plus derrière la ligne de lancer.</p> <p>Tout enseignant qui ne connaît pas bien les techniques du lancer de poids doit demander de l'aide au personnel de soutien compétent et renoncer à utiliser l'équipement jusqu'à ce que l'aide nécessaire soit obtenue.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Athlétisme : Épreuves sur piste (sprint, 400 m, 800 m, 1 500 m, 3 000 m relais)

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Il faut utiliser des témoins en plastique, en mousse ou en aluminium.</p> <p>Vérifiez qu'il n'y a pas de fissures ou d'éclats de bois sur les témoins.</p> <p>Assurez-vous que les blocs de départ sont sécuritaires, s'il y a lieu.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p> <p>Pas de pieds nus.</p> <p>Pas de chaussures pour gazon.</p> <p>Il est interdit de porter des chaussures d'athlétisme sans pointes.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les aires de course extérieures doivent être clairement délimitées, éloignées des autres activités et inspectées pour déceler la présence de dangers. Elles doivent aussi offrir une bonne adhérence.</p> <p>Toutes les pistes doivent être inspectées chaque année et réparées au besoin.</p> <p>Les couloirs et terrains ouverts asphaltés peuvent être utilisés s'ils sont appropriés, plats, propres et de niveau. Ils doivent aussi offrir une bonne adhérence.</p> <p>Des aires de sortie doivent être prévues pour toutes les courses.</p> <p>Les couloirs et les escaliers de l'école peuvent être utilisés pour ces exercices.</p>	<p>L'enseignement des habiletés et des techniques de course à pied doit suivre un ordre logique.</p> <p>Tous les cours doivent comprendre des périodes d'échauffement et de récupération appropriées.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p><b>Course à pied intérieure</b></p> <p><i>Utilisation des couloirs :</i> Aucune course ne peut avoir lieu en présence de portes ou de présentoirs vitrés. Placez une barrière de sécurité devant les portes. Placez des cônes aux arrêts et délimitez une aire de ralentissement d'au moins 10 m (33 pi). Toutes les portes des salles de classe qui s'ouvrent vers le couloir doivent être bloquées</p>	<p>Les sprints, les relais, les courses dans les couloirs et dans les escaliers requièrent une surveillance sur place.</p> <p>Les courses de demi-fond (400 m, 800 m, 1 500 m et 3 000 m) requièrent une surveillance générale.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>en position ouverte, contre le mur du couloir.</p> <p>Si les couloirs et les escaliers de l'école sont utilisés durant l'entraînement, des mesures de sécurité appropriées doivent être en place :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ les portes ne doivent pas s'ouvrir dans l'aire de course;</li> <li>▪ les objets en saillie dans les couloirs doivent être clairement indiqués;</li> <li>▪ informez le personnel de l'école de l'horaire et des lieux des pratiques intérieures;</li> <li>▪ les portes doubles des couloirs doivent être bloquées en position ouverte;</li> <li>▪ des surveillants ou surveillantes doivent se trouver à chaque coin;</li> <li>▪ le plancher doit être sec et offrir une bonne adhérence.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p><i>Course de fond</i> : La distance de la course doit être adaptée à l'âge et au niveau d'habileté des élèves. Il faut aussi tenir compte de ce qui suit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ température du jour;</li> <li>▪ entraînement préalable et durée de préparation.</li> </ul> <p>Lorsque les élèves courent sur de longues distances pendant les cours d'éducation physique, ils peuvent être temporairement hors de vue et doivent donc courir deux par deux ou en groupes.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque** : Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Athlétisme : Triple saut et saut en longueur

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Un râteau et une pelle ou une bêche doivent se trouver sur place. Il faut les placer loin de la fosse et de l'aire d'élan lorsqu'ils ne sont pas utilisés.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucune chaussure à pointes.</p> <p>Pas de pieds nus.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les fosses doivent se trouver loin des endroits très achalandés et des autres activités (p. ex., terrains de balle).</p> <p>La fosse doit avoir une largeur minimale de 1,8 m (6 pi) et une longueur suffisante pour permettre le plus long saut en longueur établi par un sauteur. Il doit y avoir un minimum de 0,5 m (1 pi 7 po) entre la planche d'appel et le rebord avant de la fosse.</p> <p>Pour le triple saut, assurez-vous que les aires d'appel sont à une distance appropriée de la fosse afin de permettre un atterrissage sécuritaire à la deuxième étape du saut.</p> <p>L'aire de réception doit être souple, profonde et exempte de corps étrangers.</p> <p>La fosse doit être remplie d'une épaisseur de sable d'au moins 30 cm (12 po).</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre une progression appropriée dans un environnement non compétitif axé sur le développement des habiletés (p. ex., d'abord, une approche courte de cinq pas, pour progressivement atteindre une approche de 15 à 17 pas).</p> <p>Ne permettez aucun saut si le terrain est glissant.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Établissez une procédure d'amorce du saut.</p> <p>Si les élèves sont chargés de ratisser la fosse, il faut leur montrer comment faire. Il faut notamment leur enseigner les règles suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ retirer le râteau avant que le prochain compétiteur débute son</li> </ul>	<p>Une surveillance visuelle constante est requise durant les premières leçons.</p> <p>Une surveillance sur place est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
		<p>Creusez la fosse au moins une fois par saison et après une pluie abondante.</p> <p>Les aires d'appel doivent être fermes et plates. Si elles sont asphaltées, elles doivent être balayées.</p>	<p>approche et tenir le râteau les dents vers le bas;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ commencer le ratissage une fois que le compétiteur est sorti de la fosse;</li> <li>▪ ratisser le sable vers le milieu, et non vers les côtés.</li> </ul> <p>Placez les râteaux, les pelles et les bûches loin de la fosse et de l'aire d'élan lorsqu'ils ne sont pas utilisés.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Triathlon : Natation, course à pied, cyclisme

Recommandé pour les élèves de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année seulement.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les vélos doivent être inspectés régulièrement et vérifiés avant l'utilisation.</p> <p>La taille du vélo doit convenir au cycliste.</p> <p>Le port d'un casque de vélo bien ajusté, homologué selon les normes CSA, Snell, ANSI, ASTM ou une norme britannique ou australienne, est obligatoire.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables. Le port d'un maillot de bain approprié pour l'épreuve de natation et d'espadrilles appropriées en bon état pour l'épreuve de course de fond est obligatoire.</p> <p>Le port d'un bonnet de bain est obligatoire pour l'épreuve de natation.</p> <p>Aucun bijou.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Utilisez une piscine scolaire ou communautaire.</p> <p><i>Il est interdit d'utiliser des piscines privées.</i></p> <p>Choisissez soigneusement les parcours en tenant compte de la longueur, de la surface de la route et de l'achalandage.</p> <p>La carte des parcours d'entraînement doit être disponible à l'école et accessible aux élèves.</p> <p>La température de l'eau doit atteindre au moins 19 °C (66 °F). Si la température est inférieure, suivez les règlements de compétition de Triathlon Canada : <a href="http://www.triathloncanada.com/fr">www.triathloncanada.com/fr</a></p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>L'entraînement pour les trois épreuves doit se faire deux par deux.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître la procédure d'urgence en cas d'accident.</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul>	<p>Une surveillance générale est requise pour le vélo et la course à pied.</p> <p>Une surveillance sur place par des instructeurs de natation ou des sauveteurs agréés est requise durant l'épreuve de natation.</p> <p><b>Ratio</b></p> <p>Le ratio de surveillance est 2 instructeurs pour 25 élèves, les deux instructeurs étant agréés tel qu'il est indiqué ci-dessous.</p> <p>S'il y a davantage d'élèves, un instructeur ou sauveteur agréé supplémentaire (NLS) est requis pour chaque groupe de 25 nageurs supplémentaires ou moins. L'instructeur doit également posséder les certificats indiqués ci-dessous.</p> <p><b>Qualifications des instructeurs de natation</b></p> <p>Les deux instructeurs doivent être titulaires de l'un des</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Vous devez d’abord vérifier les habiletés des nageurs dans l’eau peu profonde.</p> <p>Pour la natation en piscine, le test courant pour déterminer l’aptitude à nager consiste à nager deux largeurs sans s’arrêter ni toucher le fond.</p> <p>Pour la natation en eau libre, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entrer dans l’eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> <li>▪ nager 50 m (164 pi) de façon continue, peu importe le style de nage.</li> </ul>	<p>certificats en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ certificat d’instructeur de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d’instructeur de natation de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d’instructeur du YMCA;</li> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>Un instructeur doit également détenir un certificat de la Société de sauvetage (NLS) en cours de validité.</p> <p>Un adulte disposant d’un véhicule doit être disponible pour conduire un élève blessé à l’hôpital.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les éléments du test doivent être exécutés dans l'ordre, sans aide et sans arrêt.</p> <p>Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test (qui est conforme à la norme Nager pour survivre<sup>MD</sup> de la Société de sauvetage).</p> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation susmentionné ou qui ne possèdent pas la certification indiquée ne doivent pas participer au triathlon.</p> <p>Les résultats du test de natation doivent être consignés et mis à la disposition de l'instructeur ou du sauveteur.</p> <p>Les élèves qui ne savent pas nager doivent être identifiés</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>et porter un vêtement de flottaison individuel (V.F.I.) bien attaché durant les activités de baignade récréative.</p> <p>Un registre indiquant les noms des élèves à pied et à vélo, ainsi que le parcours emprunté, doit être laissé à l'école aux soins du personnel compétent.</p> <p>Modifiez la longueur des parcours et des épreuves de natation pour tenir compte de l'entraînement et des différences d'âge, d'habileté et de développement physique.</p> <p>Les instructeurs doivent tenir compte des conditions météorologiques (p. ex., vent, froid, chaleur, pluie) lors de l'entraînement aux activités.</p> <p>Les élèves doivent savoir qu'il est important de porter une combinaison isothermique pour prévenir l'hypothermie et pour améliorer la flottaison.</p> <p>Les élèves doivent savoir qu'il est important de porter une protection oculaire à vélo.</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Une aire de débarquement pour vélos clairement indiquée doit être prévue.</p> <p>Les vélos doivent être récupérés à l'endroit désigné et retournés à l'endroit approprié.</p> <p>Le cycliste doit mettre son casque et attacher la jugulaire avant de monter sur son vélo. Il doit descendre du vélo avant de retirer son casque.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Il faut disposer d'une façon de venir en aide à un nageur en détresse (p. ex., planche de sauvetage, bateau motorisé).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Souque à la corde

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Utilisez une corde de chanvre de Manille ou l'équivalent :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ minimum de 32 mm (1,3 po) de diamètre;</li> <li>▪ minimum de 33 m (109 pi) de longueur.</li> </ul> <p>Les cordes doivent être inspectées régulièrement pour déceler les échardes et l'usure importante.</p> <p>Un chronomètre et un sifflet sont requis.</p>	<p>Des vêtements et des chaussures appropriés (p. ex., espadrilles plates) doivent être portés. Il faut porter des maillots à manches longues.</p> <p>Les chaussures à crampons sont interdites. Les chaussures à pointes sont interdites.</p> <p>Aucun bijou apparent, y compris les montres.</p> <p>Les gants ne sont pas permis.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Il faut une aire extérieure gazonnée d'au moins 8 m sur 40 m (26 pi x 131 pi).</p> <p>L'activité doit avoir lieu sur une surface plate et horizontale, exempte de débris et d'eau.</p> <p>L'aire de jeu doit être délimitée pour la souque à la corde.</p> <p>La souque à la corde ne peut pas avoir lieu à l'intérieur, sauf s'il s'agit d'un emplacement intérieur commercial prévu à cette fin.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les compétitions de souque à la corde doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Le nombre maximal de participants par équipe est de huit.</p> <p>Lors de la sélection des équipes, il faut tenir compte de l'âge, du poids, de la taille, du sexe, du niveau de forme physique et de l'expérience des élèves.</p> <p>Les élèves doivent participer à un échauffement approprié qui comprend un échauffement aérobie et des étirements.</p> <p>Les élèves ne doivent jamais entourer la corde autour de leur taille ou de leur poignet ou la tirer sous leurs vêtements ou à travers.</p> <p>Ne faites aucun nœud ni aucune boucle dans la corde. La corde ne doit pas être enroulée autour d'une partie</p>	<p>Une surveillance directe est requise pour toutes les activités de souque à la corde.</p> <p>L'enseignant ou le superviseur doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ être l'arbitre;</li> <li>▪ chronométrer;</li> <li>▪ surveiller le déroulement de l'activité pour identifier les participants qui ont besoin d'aide et agir en conséquence.</li> </ul> <p>Les élèves ne doivent pas jouer le rôle d'arbitre.</p> <p><b>Ratios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 arbitre pour chaque affrontement</li> <li>▪ 1 enseignant pour 16 élèves</li> </ul> <p>Un enseignant ou superviseur pour chaque équipe.</p> <p>Tout enseignant qui ne connaît pas bien les techniques de la souque à la corde doit demander de l'aide au personnel de soutien compétent et renoncer à les enseigner jusqu'à ce que</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>du corps d'un des participants.</p> <p>Quand l'activité de souque débute, la corde doit être raide et la marque du centre doit se trouver directement au-dessus de la ligne du centre sur le sol.</p> <p>Tous les membres de l'équipe doivent tenir la corde à mains nues, avec les paumes tournées vers le haut. La corde doit passer entre le corps et la partie supérieure du bras.</p> <p>Pour la personne au bout de la corde (ancrage), la corde doit passer sur le côté du corps, en diagonale dans son dos et par-dessus l'épaule opposée, de l'avant vers l'arrière. Le reste de la corde passe sous le bras, vers l'arrière et l'extérieur. Le bout de la corde reste libre. La personne qui assure l'ancrage tient la partie droite de la corde de la façon traditionnelle (les paumes vers le haut, les deux bras dépliés vers l'avant).</p> <p>Informez les élèves des risques de brûlures causées</p>	<p>l'aide nécessaire soit obtenue.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>par la corde. Pour réduire les risques de brûlures causées par la corde :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ tenir la corde assez fermement pour l'empêcher de glisser, sans plus;</li> <li>▪ bouger les doigts momentanément sans laisser glisser la corde;</li> <li>▪ si les bras se fatiguent, serrer momentanément la corde sous le bras.</li> </ul> <p>Montrez aux participants où placer leurs pieds et comment les utiliser durant l'activité.</p> <p>Apprenez aux élèves ce qu'il faut faire en cas de chute et les techniques pour se relever.</p> <p>La durée maximale de chaque affrontement est d'une minute.</p> <p>Les enseignants doivent connaître les prévisions météorologiques. L'activité de souque à la corde doit être annulée en cas de conditions défavorables.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Après chaque affrontement, laissez le temps aux équipes de récupérer physiquement (au moins une à deux minutes sont requises).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Disque ultime

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Le disque doit convenir au niveau d'habileté des élèves et aux vents (p. ex., disque souple [en tissu], disque lourd).</p> <p>Les disques doivent être inspectés pour déceler les fissures ou les éclats.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de chaussures à crampons en métal ou en matière composée. Chaussures à crampons moulés seulement.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>L'aire de jeu extérieure doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ être inspectée régulièrement pour repérer tout débris ou obstacle;</li> <li>▪ offrir un bon appui;</li> <li>▪ être située loin des zones de circulation.</li> </ul> <p>Les trous et les surfaces très irrégulières doivent être corrigés et signalés au directeur d'école ou au responsable compétent. Les élèves doivent être informés des problèmes touchant la surface de jeu.</p> <p>Les poteaux des buts du terrain de jeu doivent être coussinés. Le rembourrage doit atteindre 1,8 m (6 pi) de hauteur.</p> <p>À l'intérieur, assurez-vous qu'aucun objet ne représente un danger dans le gymnase (p. ex., tables, chaises, pianos, etc.).</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités de jeu doivent dépendre des habiletés enseignées et de la vitesse du vent (si la partie a lieu à l'extérieur).</p> <p>Aucun contact physique intentionnel.</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p> <p>Tout appareil orthopédique apparent, qui présente un risque pour la sécurité des</p>	<p>Une surveillance sur place est requise pour l'enseignement initial; par la suite, une surveillance générale suffit (cycle intermédiaire).</p> <p>Une surveillance sur place est requise pour les élèves de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>autres joueurs, doit être souple ou coussiné.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Volleyball

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les poteaux doivent être rangés de façon sécuritaire lorsqu'ils ne sont pas utilisés.</p> <p>Les filets ne doivent pas comporter d'effilochures.</p> <p>Le ballon doit convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Lorsque les poteaux de volleyball sont rangés, les couvercles doivent être replacés sur les douilles de plancher.</p> <p>Les terrains de volleyball en plein air doivent offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les exercices doivent être structurés de façon à réduire les risques d'être frappé par un ballon mal dirigé.</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des participants.</p> <p>Montrez aux élèves comment installer, régler et enlever les filets correctement et en toute sécurité (p. ex., debout sur une chaise).</p> <p>Si des antennes sont utilisées, elles ne doivent pas dépasser du bas du filet.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement initial des habiletés.</p> <p>Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant l'installation et le rangement de l'équipement.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Si les installations ne permettent pas de jouer en toute sécurité (p. ex., poteaux sur les côtés adjacents aux murs), modifiez les règlements en conséquence.</p> <p>Lorsque les poteaux ne sont pas coussinés, les activités doivent être modifiées afin d'éviter toute blessure.</p> <p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ l'entraînement antérieur;</li> <li>▪ la durée pendant laquelle les élèves seront intensément actifs;</li> <li>▪ la température.</li> </ul> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge) lorsqu'ils jouent en plein air.</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Volleyball de plage

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les poteaux doivent être rangés de façon sécuritaire lorsqu'ils ne sont pas utilisés.</p> <p>Les filets ne doivent pas comporter d'effilochures.</p> <p>Les balles doivent convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p> <p>Pour les systèmes portables avec câbles de guidage, indiquez clairement les câbles à l'aide de marqueurs (p. ex., ruban adhésif, cônes).</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Le jeu pieds nus dans le sable est permis seulement si les terrains ont été ratissés et inspectés au préalable.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La surface des terrains de volleyball de plage ou sur gazon doit offrir une bonne adhérence.</p> <p>Le sable des terrains de volleyball doit avoir une profondeur suffisante pour bien recouvrir toute la surface, qui ne doit pas présenter de plaques de terre nues ou dures.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles.</p> <p>Aucune bordure de bois.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les exercices doivent être structurés de façon à réduire les risques d'être frappé par un ballon mal dirigé.</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des participants.</p> <p>Montrez aux élèves comment installer et enlever les filets correctement et en toute sécurité (p. ex., ne pas se tenir debout sur une chaise).</p> <p>Si des antennes sont utilisées, elles ne doivent pas dépasser du bas du filet.</p> <p>Lorsque les poteaux ne sont pas coussinés, les activités doivent être modifiées afin d'éviter toute blessure.</p> <p>Signalez aux élèves la présence de cordes qui délimitent le terrain, le cas échéant.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise durant l'installation et le rangement de l'équipement.</p> <p>Une surveillance sur place est requise durant l'enseignement initial des habiletés. Une surveillance générale est requise une fois les habiletés enseignées.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Les élèves doivent être informés des façons de se protéger contre les rayons UV (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire) et contre les insectes (p. ex., insectifuge).</p> <p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Volleyball Newcombe

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les poteaux doivent être rangés de façon sécuritaire lorsqu'ils ne sont pas utilisés.</p> <p>Les filets ne doivent pas comporter d'effilochures.</p> <p>Les balles doivent convenir à l'âge et aux habiletés des élèves.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Pas de bijoux apparents.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir une adhérence suffisante.</p> <p>Lorsque les poteaux de volleyball sont rangés, les couvercles doivent être replacés sur les douilles de plancher.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités de jeu doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les exercices doivent être structurés de façon à réduire les risques d'être frappé par un ballon mal dirigé.</p> <p>Les activités et les règlements doivent être modifiés selon l'âge et les habiletés des participants.</p> <p>Montrez aux élèves comment installer et enlever les filets correctement et en toute sécurité.</p> <p>Ne permettez pas aux élèves de grimper au poteau pour attacher le filet.</p> <p>Si des antennes sont utilisées, elles ne doivent pas dépasser du bas du filet.</p> <p>Lorsque les poteaux ne sont pas coussinés, les activités doivent être modifiées afin d'éviter toute blessure.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Une surveillance visuelle constante est requise si les élèves installent ou enlèvent les filets et les poteaux.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Si les installations ne permettent pas de jouer en toute sécurité (p. ex., poteaux sur les côtés adjacents aux murs), modifiez les règlements en conséquence.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Water-polo

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Il faut disposer de l'équipement de sécurité standard indiqué dans la réglementation concernant les piscines (p. ex., bouées de sauvetage, perches, planche dorsale, etc.).</p>	<p>Aucun bijou.</p> <p>Les cheveux longs doivent être attachés.</p> <p>Le port d'un maillot de bain approprié est obligatoire.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Utilisez une piscine scolaire ou communautaire.</p> <p>Il est interdit d'utiliser des piscines privées.</p> <p>Le bord de la piscine doit être exempt d'obstacles et d'excès d'eau.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les jeux doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Avant de faire du water-polo, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> <li>▪ nager 50 m (164 pi) de façon continue, peu importe le style de nage.</li> </ul> <p>Les éléments du test doivent être exécutés dans l'ordre, sans aide et sans arrêt.</p> <p>Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test (qui est conforme à la norme Nager pour survivre<sup>MD</sup> de la Société de sauvetage).</p>	<p>Au maximum 25 élèves par sauveteur ou instructeur agréé par la Société de sauvetage (NLS).</p> <p>Les enseignants détenant un certificat de moniteur aquatique en cours de validité de la Croix-Rouge canadienne ou de la Société de sauvetage peuvent enseigner la natation sans qu'un sauveteur supplémentaire soit présent lorsque la piscine ne sert qu'à l'enseignement des activités aquatiques.</p> <p>Une surveillance sur place par l'enseignant est requise.</p> <p>Chaque instructeur ne peut superviseur qu'une seule classe ou un seul groupe.</p> <p>Une personne titulaire d'un certificat de secourisme en cours de validité doit être accessible.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p><i>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation susmentionné ou qui ne possèdent pas la certification indiquée ne doivent pas faire de water-polo.</i></p> <p>Le sauveteur ou l'instructeur doit être informé des résultats du test de natation.</p> <p>Les enseignants ou superviseurs doivent informer la personne responsable présente sur le bord des antécédents ou des problèmes médicaux susceptibles de nuire à la sécurité des élèves dans l'eau (p. ex., diabète, asthme, problèmes cardiaques, infections de l'oreille récurrentes).</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les élèves doivent demander la permission de quitter la zone de la piscine.</p> <p>Les ongles doivent être courts.</p> <p>Modifiez les règlements pour les adapter à l'âge et aux habiletés des participants.</p> <p>Les élèves doivent respecter les règlements suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pas de course ni de bousculade autour de la piscine;</li> <li>▪ pas de gomme à mâcher;</li> <li>▪ pas de nourriture dans la piscine ou à proximité;</li> <li>▪ se tenir loin de la zone de plongeon;</li> <li>▪ pas de plongeon si la profondeur de l'eau est inférieure à 2,8 m (9 pi);</li> <li>▪ pas de souliers autour de la piscine.</li> </ul> <p>Les nageurs doivent prendre une douche avant d'entrer dans la piscine.</p> <p>Les élèves doivent être informés des procédures d'urgence avant d'entrer dans l'eau.</p> <p>Les élèves qui ont des coupures infectées ou des</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			plaies ouvertes ne doivent pas entrer dans la piscine.	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Musculation

La musculation est déconseillée pour les élèves en éducation physique de la maternelle à la 8<sup>e</sup> année.

Consultez la section Sécurité dans les salles d'activités, à l'annexe C.

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Avant d'être utilisé, tout l'équipement doit être inspecté et réparé au besoin.</p> <p>Un processus de recensement et de mise hors d'usage de l'équipement brisé doit être établi.</p> <p>Placez un matelas polyvalent directement sous les agrès en hauteur (p. ex., barre horizontale, panneau perforé).</p> <p>Les élèves peuvent utiliser un appareil audio personnel,</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou apparent ou qui pend.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>Les salles de musculation doivent être verrouillées lorsqu'elles ne sont pas surveillées.</p> <p>Le revêtement de sol ne doit pas permettre aux poids de glisser.</p> <p>Pour permettre une circulation fluide, prévoyez suffisamment d'espace entre les activités de musculation.</p> <p>Les surfaces d'activité et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>L'utilisation de l'équipement doit être axée sur les habiletés enseignées.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>Tous les élèves doivent connaître les techniques de soulèvement appropriées et les procédures de sécurité (p. ex., parage).</p> <p>Les habiletés et les procédures enseignées doivent être revues régulièrement.</p> <p>Une aire de rangement adéquate doit être prévue pour les disques des poids libres.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise pendant la première leçon et l'utilisation des poids libres et des appareils à contrepoids.</p> <p>Une surveillance générale est requise après la première leçon sur l'utilisation sécuritaire des appareils.</p> <p>Les salles de musculation doivent être verrouillées lorsqu'elles ne sont pas surveillées.</p> <p>Tout enseignant qui ne connaît pas bien l'utilisation de l'équipement d'entraînement physique et les disciplines doit opter pour l'une des options suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ demander de l'aide au personnel formé;</li> <li>▪ s'abstenir d'enseigner jusqu'à ce qu'il ait reçu une formation;</li> <li>▪ obtenir un certificat « Canadian Fitness</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>mais les longs cordons des écouteurs doivent être retenus.</p>			<p>Les disques des poids libres doivent être bien fixés avant l'utilisation.</p> <p>Tous les programmes doivent être personnalisés.</p> <p>Il faut utiliser un système de surveillance mutuelle lorsque des poids libres sont soulevés au-dessus du corps.</p> <p>Lorsque les activités de musculation constituent la partie principale du cours, il faut prévoir des périodes d'échauffement et de récupération appropriées.</p> <p>Mettez l'accent sur le bon alignement du corps afin de prévenir les blessures.</p> <p>Les élèves doivent connaître le code de conduite dans la salle de musculation.</p> <p>Une procédure de désinfection régulière de l'équipement doit être établie.</p> <p>Au moins deux élèves doivent être présents dans la salle d'entraînement en tout temps.</p>	<p>Standard » ou l'équivalent.</p> <p><b>Remarque :</b> Les activités intra-muros et les activités de club nécessitent une surveillance générale par un moniteur formé sur place.</p>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

## Planche à voile (de la 9<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année)

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible pour toutes les activités, partout où elles ont lieu.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p>	<p>Les élèves doivent porter une tenue de bain et des chaussures appropriés.</p> <p>Un V.F.I. (gilet de sauvetage) avec sifflet, approuvé au Canada, doit être porté. Il doit être de la bonne taille et bien attaché.</p> <p>Une combinaison isothermique doit être portée au besoin.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La température de l'eau doit dépasser 15 degrés Celsius (59 degrés Fahrenheit).</p> <p>L'étendue d'eau doit être ouverte et exempte d'obstacles visuels pour les superviseurs.</p>	<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, commotion cérébrale antérieure, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Critères généraux).</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les activités doivent être axées sur les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent être jumelés durant l'enseignement et s'entraider par la surveillance mutuelle.</p> <p><b>Test de natation</b></p> <p>Avant de faire de la planche à voile, les élèves doivent réussir le test de natation suivant dans son intégralité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulement arrière ou avant;</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place par l'enseignant est requise.</p> <p><b>Ratio de surveillance</b></p> <p>1 enseignant pour 20 élèves jumelés; maximum de 10 élèves sur les planches à la fois.</p> <p>Un sauveteur agréé doit être sur place en tout temps.</p> <p><b>Bateaux de secours permis</b></p> <p>Un bateau de secours capable d'effectuer un sauvetage (suffisamment rapide et stable) doit être sur l'eau et accessible lorsque les élèves font de la planche à voile.</p> <p><b>Bateaux de secours interdits</b></p> <p>Si le plan d'eau utilisé pour l'enseignement ne permet pas l'utilisation d'un bateau de secours (peu profond, piscine, etc.), l'instructeur doit être en mesure de secourir les élèves aussi rapidement que si un bateau de secours était présent. Si c'est le cas, l'instructeur doit pouvoir se tenir debout dans</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ nager sur place, en position verticale, pendant 1 minute;</li> <li>▪ nager 50 m (164 pi) de façon continue, peu importe le style de nage.</li> </ul> <p>Les éléments du test doivent être exécutés dans l'ordre, sans aide et sans arrêt.</p> <p>Un instructeur ou un sauveteur qualifié doit faire passer le test (qui est conforme à la norme Nager pour survivre<sup>MD</sup> de la Société de sauvetage).</p> <p>Le test de natation doit être effectué pendant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.</p> <p>Au lieu de réussir le test de natation, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Médaille de bronze ou d'un niveau supérieur.</p> <p>Les élèves qui ne réussissent pas le test de natation susmentionné ou qui ne possèdent pas la certification indiquée ne doivent pas faire de planche à voile.</p>	<p>l'eau, sans qu'elle dépasse la hauteur de ses cuisses.</p> <p>S'il s'agit d'un bateau de secours motorisé, son conducteur doit posséder une Carte de conducteur d'embarcation de plaisance.</p> <p>Le conducteur d'un bateau de secours, qu'il soit motorisé ou non, doit avoir de l'expérience de navigation avec ce type d'embarcation.</p> <p>Si un bateau de secours est présent, au moins une personne à bord doit détenir un certificat de secourisme tel qu'il est indiqué ci-dessous.</p> <p><b>Certificat de secourisme</b></p> <p>Au moins un superviseur doit détenir l'un des certificats de secourisme en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS);</li> <li>▪ secourisme d'urgence avec RCR niveau C et DEA d'Ambulance Saint-Jean;</li> <li>▪ secourisme en milieu sauvage d'Ambulance Saint-Jean;</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, les enseignants doivent tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ les conditions environnementales (température, conditions météorologiques, qualité de l'air, humidité, indice UV, insectes);</li> <li>▪ l'accès à une hydratation adéquate (bouteilles d'eau personnelles, fontaines à eau) et la possibilité pour les élèves de s'hydrater avant, pendant et après l'activité physique;</li> <li>▪ le niveau d'entraînement et de forme physique antérieur;</li> <li>▪ la durée et l'intensité de l'activité physique.</li> </ul> <p>Les élèves doivent connaître les moyens de se protéger contre les conditions environnementales (p. ex., port d'un chapeau ou de lunettes de soleil, application d'un écran solaire, bouteilles d'eau personnelles, insectifuge, tenue adaptée).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ secourisme d'urgence avec RCR niveau C de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ secourisme en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ secourisme de la Patrouille canadienne de ski,</li> <li>▪ certificat équivalent à l'un des certificats ci-dessus.</li> </ul> <p><b>Qualifications des sauveteurs</b></p> <p>Les sauveteurs doivent détenir un certificat de la Société de sauvetage (NL) en cours de validité.</p> <p><b>Surveillance pour le test de natation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Au moins deux instructeurs de natation agréés doivent être présents dans la piscine ou sur le bord.</li> <li>▪ Le ratio de surveillance est de 2 instructeurs pour 50 élèves, les deux instructeurs étant agréés tel qu'il est indiqué ci-dessous.</li> <li>▪ En présence de 51 à 75 élèves, un instructeur ou sauveteur agréé supplémentaire (NL) est</li> </ul>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<p>Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité à suivre en cas de conditions météorologiques particulièrement mauvaises (p. ex., températures extrêmes, foudre, vents violents; consultez la section Protocole en cas de foudre à l'annexe C : Gestion des risques).</p> <p>Il faut tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ conditions nautiques (p. ex., température, courants, marées et vagues);</li> <li>▪ visibilité (une visibilité d'au moins 500 m [1 640 pi] est requise).</li> </ul>	<p>requis. L'instructeur doit également posséder les certificats indiqués ci-dessous.</p> <p><b>Test de natation : Qualifications des instructeurs de natation</b></p> <p>Tous les instructeurs doivent être titulaires de l'un des certificats en cours de validité suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de moniteur de sécurité aquatique de la Croix-Rouge canadienne;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur de natation de la Société de sauvetage avec un certificat de sauveteur adjoint;</li> <li>▪ certificat d'instructeur du YMCA;</li> <li>▪ Ontario Teachers Aquatic Standard (OTAS) – en piscine seulement;</li> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> </ul> <p>Un instructeur doit être titulaire de l'un des certificats en cours de validité suivants :</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
				<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ certificat de sauveteur de la Société de sauvetage (NLS).</li> <li>▪ certificat de secourisme général (p. ex., Croix-Rouge, Nova Scotia Lifesaving Society, Ambulance Saint-Jean, Organisation de la patrouille canadienne de ski).</li> </ul>

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Lutte

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire, radio bidirectionnelle, interphone) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p>Les matelas de lutte utilisés doivent avoir été fabriqués et approuvés par le fabricant de produits pour la lutte et être en bon état.</p> <p>Assurez-vous que les matelas ne sont pas endommagés au point de réduire leur efficacité (p. ex., grands morceaux de mousse manquants).</p> <p>Des systèmes de matelas polyvalents ou modulaires peuvent être utilisés. Assurez-vous que les matelas et les systèmes d'assemblage sont en bon état.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements et des chaussures convenables.</p> <p>Aucun bijou.</p> <p>Chaussettes, pieds nus ou chaussures de lutte (souliers sans bord tranchant ni bout de lacet).</p> <p>Le port de lunettes est interdit.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La surface des matelas doit être propre et vérifiée régulièrement pour déceler les irrégularités.</p> <p>Prévoyez suffisamment d'espace entre les bords de l'aire de lutte et les murs.</p> <p>Les murs doivent être coussinés si la surface matelassée s'en trouve à moins de 2 m (6 pi 5 po).</p> <p>Les surfaces de jeu et leurs environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p>	<p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié.</p> <p>Les combats doivent se dérouler selon les habiletés enseignées.</p> <p>Les élèves doivent être jumelés selon leur poids, leur force et leur niveau d'habiletés.</p> <p>Les activités d'échauffement doivent mettre l'accent sur le conditionnement et la souplesse.</p> <p>Enseignez aux élèves les règlements et les mouvements illégaux.</p> <p>Les élèves ne doivent pas servir d'arbitres.</p> <p>La durée maximale d'une période est de 3 minutes au total.</p> <p>La durée ou le format du combat peuvent être réduits, si désiré.</p> <p>La lutte au sol et la lutte debout sont permises.</p> <p>Aucune propulsion.</p>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Une surveillance visuelle constante est requise durant l'enseignement initial des techniques de prise et de relâchement.</p> <p>Un enseignant ou superviseur qui assure l'enseignement et qui ne connaît pas bien les techniques de lutte (p. ex., aucune expérience récente) doit demander de l'aide au personnel de soutien compétent et cesser l'activité tant qu'il n'a pas obtenu l'aide nécessaire.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Ne laissez aucun espace entre les matelas.</p> <p>Les lutteurs qui portent des appareils d'orthodontie doivent utiliser un protecteur buccal approprié.</p>			<p>Dites aux élèves qu'il est important d'avoir des ongles courts aux mains et aux pieds.</p> <p>Toutes les infections, brûlures et plaies ouvertes doivent être couvertes.</p> <p>Les élèves ayant une maladie de peau transmissible (p. ex., impétigo) ne doivent pas faire de lutte avec contact.</p> <p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Yoga

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
<p>Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible.</p> <p>Un dispositif de communication qui fonctionne (p. ex., téléphone cellulaire) doit être accessible.</p> <p>Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé en toute sécurité.</p> <p><b>Matelas</b></p> <p>Assurez-vous régulièrement que les matelas ne sont ni déchirés ni usés.</p> <p>Les tapis doivent être antidérapants et convenir au yoga.</p> <p>Une procédure de désinfection régulière de l'équipement doit être établie.</p>	<p>Les élèves doivent porter des vêtements qui leur permettent de bouger librement et ne limitent pas la visibilité sur le tapis.</p> <p>Des chaussures appropriées doivent être portées (p. ex., chaussettes antidérapantes, chaussons de gymnastique).</p> <p>De préférence, les élèves doivent pratiquer le yoga pieds nus.</p> <p>Les cheveux longs doivent être attachés.</p>	<p>Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées en toute sécurité.</p> <p>La surface de l'activité et ses environs doivent être exempts d'obstacles (p. ex., tables, chaises) et offrir un bon appui et une bonne adhérence.</p> <p>Les activités sur les estrades doivent être stationnaires seulement.</p>	<p>Surveillez les élèves dont les problèmes médicaux (p. ex., asthme, anaphylaxie, plâtre, commotion cérébrale antérieure, orthèse) peuvent avoir une incidence sur la participation (consultez la section Introduction).</p> <p>L'enseignement des habiletés doit suivre un ordre approprié. Mettez l'accent sur le bon alignement du corps afin de prévenir les blessures. Les activités et les exercices doivent être axés sur les habiletés enseignées.</p> <p>Avant de choisir le type de yoga à enseigner et à pratiquer durant le cours (p. ex., des formes douces comme le Viniyoga et le Kripalu aux formes plus dynamiques comme l'Ashtanga et le « Power Yoga »), l'enseignant ou l'instructeur doit tenir compte des points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ la forme physique et la souplesse des élèves de la classe;</li> <li>▪ l'expérience préalable de la classe quant au yoga;</li> </ul>	<p>Une surveillance sur place est requise.</p> <p>Un enseignant qui ne connaît pas bien le yoga doit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ demander de l'aide au personnel de soutien compétent;</li> <li>▪ s'abstenir d'enseigner jusqu'à ce qu'il ait reçu de l'aide;</li> <li>▪ obtenir le certificat d'enseignant de yoga de 200 heures recommandé pour enseigner le yoga en 11<sup>e</sup> année.</li> </ul> <p><b>Remarque :</b> Pour les activités intra-muros, les enseignants doivent avoir été formés à l'enseignement du yoga.</p>

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ses propres connaissances, son expérience, ses capacités et son agrément lui permettant d'enseigner les diverses formes de yoga en connaissant les risques potentiels liés à cette activité et la façon de réduire ces risques.</li> </ul> <p>Le yoga Bikram et le « Hot Yoga », pour lesquels la pièce doit être chauffée entre 35 et 39 degrés Celsius, ne font pas partie du programme d'études.</p> <p>Le yoga Bikram, l'Ashtanga et le « Power Yoga » sont des formes généralement trop dynamiques pour les débutants et les personnes qui ne sont pas souples. On peut envisager de les montrer à la fin de la 11<sup>e</sup> année.</p> <p>Encouragez les élèves à évoluer selon leur niveau personnel, en reconnaissant que les adolescents sont susceptibles d'imiter leurs pairs lorsqu'ils ne sont pas sûrs d'eux. Demandez aux élèves de ne pas tenter d'effectuer les postures suivantes :</p>	

Équipement	Vêtements et chaussures	Installations	Règles et consignes particulières	Surveillance
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ appui renversé sur la tête;</li> <li>▪ appui renversé;</li> <li>▪ posture de la charrue;</li> <li>▪ posture du corbeau;</li> <li>▪ appui renversé sur les épaules complet;</li> <li>▪ posture du lotus complet.</li> </ul>	

**Remarque :** Pour connaître toutes les règles de sécurité, consultez les sections Critères généraux et Éléments présentés sur chaque fiche de sport ou d'activité.

# Annexes



## Annexe A : Formulaire de consentement à l'activité

**Remarque :** Ce formulaire est une traduction du formulaire de consentement du School Insurance Program (SIP, novembre 2015) et n'est fourni qu'à titre de référence. Veuillez utiliser le formulaire en vigueur de l'assureur de vos élèves. Les enseignants doivent veiller à ce que les politiques et les lignes directrices du Centre régional pour l'éducation ou du CSAP et du programme d'assurance des élèves soient respectées lors de la création des formulaires pour les activités d'éducation physique.

### Formulaire de consentement

Nom de l'école : \_\_\_\_\_

**ATTENTION : Ce document a force légale. Veuillez lire attentivement le contenu de ce formulaire de consentement et demander au besoin des éclaircissements au personnel ou au directeur de l'école qui organise cette activité avant de signer chaque page.**

**Il est important que ce formulaire soit entièrement rempli, signé et renvoyé afin que votre enfant puisse participer à cette activité.**

**DÉCLARATION DE CONFIDENTIALITÉ :** \_\_\_\_\_ réunit les renseignements personnels demandés dans ce formulaire aux fins suivantes : obtenir votre consentement légal pour que votre enfant participe à cette activité; coordonner l'activité; intervenir et faire un rapport en cas de blessure ou de trouble médical survenant durant cette activité ou en conséquence de celle-ci; et mettre à jour les dossiers de l'école le cas échéant.

Seul le personnel autorisé de l'école aura accès à cette information et elle sera traitée conformément aux exigences de confidentialité stipulées dans la *Nova Scotia Freedom of Information and Protection of Privacy Act* (loi sur l'accès à l'information et la protection de la vie privée de la Nouvelle-Écosse).

Cette information ne sera divulguée à aucune autre personne ou organisation sauf aux fins déclarées ci-dessus, à moins que la divulgation ne soit autorisée ou exigée par la loi ou que vous ayez donné à l'école l'autorisation de divulguer cette information.

**COMPTE TENU DU FAIT** que (nom de l'école) \_\_\_\_\_ offre à mon enfant, \_\_\_\_\_, la possibilité de participer à l'activité décrite ci-dessous le (date de l'activité) \_\_\_\_\_, je donne et accorde par la présente mon consentement et j'atteste par ma signature que mon enfant peut y participer.

I have read and understood this page. Legal Guardian: \_\_\_\_\_

1. **DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ** : [Décrivez l'activité y compris : 1) la durée, 2) les moyens de transport, 3) les compétences et les capacités exigées, 4) l'équipement et les vêtements requis.]

**RISQUES DE L'ACTIVITÉ** : [L'enseignant doit indiquer les risques qui sont hautement probables, mais faiblement préjudiciables et ceux qui sont hautement préjudiciables, mais peu probables. Insérez l'activité et la clause des risques en gras. (Voir les exemples de clauses.)]

**Je suis conscient(e) des risques et des dangers pouvant résulter de la participation à cette activité, y compris ceux qui sont indiqués ci-dessus, et je suis conscient(e) des risques de lésions corporelles, de blessures mortelles, de pertes ou de dommages matériels qui peuvent en découler.**

2. **SUPERVISION** : [Décrivez les types de supervision qui seront/ne seront pas fournis.]

3. **SANTÉ ET SOINS MÉDICAUX** :

- Mon enfant ne souffre d'aucune maladie, allergie ou incapacité l'empêchant de participer à cette activité.
- Mon enfant souffre d'une maladie, allergie ou incapacité susceptible de l'empêcher de participer à cette activité.

Indiquez la maladie, l'allergie ou l'incapacité :

\_\_\_\_\_

**4. ÉQUIPEMENT ET VÊTEMENTS :**

Je fournirai l'équipement et les vêtements appropriés pour permettre à mon enfant de participer à cette activité comme indiqué.

Je comprends que mon enfant et moi-même sommes responsables d'apporter tout l'équipement et les vêtements nécessaires à cette activité et je comprends que mon enfant pourrait se voir empêché de participer à cette activité s'il n'a pas l'équipement et les vêtements requis.

**5. CODE DE CONDUITE ET RÈGLEMENTS DU SITE DE L'ACTIVITÉ :**

Mon enfant et moi-même comprenons que le code de conduite de l'école doit être respecté durant cette activité. Mon enfant et moi-même comprenons également que des règlements spécifiques au site sont en place pour cette activité et mon enfant s'engage à respecter ces règlements. J'atteste que j'ai expliqué à mon enfant que tout acte prohibé pourrait entraîner une interdiction de participer à cette activité ou de poursuivre cette activité.

**6. RISQUE D'ACCIDENT :**

La nature de cette activité peut entraîner des accidents qui peuvent survenir avec ou sans faute de la part de l'élève, du Centre régional pour l'éducation ou du CSAP ou de ses employés ou représentants ou de la part de l'établissement où a lieu l'activité. En permettant à mon fils ou à ma fille de participer à cette activité, j'accepte le risque d'accident et je conviens que cette activité, telle que décrite ci-dessus, est appropriée pour mon enfant.

**7. NON-PARTICIPATION À CETTE ACTIVITÉ :**

Si je ne suis pas d'accord pour que mon enfant participe à cette activité, je comprends que des dispositions seront prises pour permettre à mon enfant de rester à l'école durant les heures scolaires et que mon enfant ne sera pas pénalisé pour sa non-participation à cette activité.

**8. COORDONNÉES :**

Au cas où l'école aurait besoin de me joindre durant cette activité :

Numéro de téléphone accessible durant la période de l'activité :

\_\_\_\_\_

Numéro de téléphone supplémentaire :

\_\_\_\_\_

**9. CONSENTEMENT**

En signant ce consentement, je ne me fie à aucune assertion ou déclaration orale ou écrite faite par le Centre régional pour l'éducation ou le CSAP, leurs mandataires, représentants ou employés ou par tout bénévole autorisé pour me persuader de permettre à mon enfant de participer à cette activité, autres que celles contenues dans ce formulaire de consentement.

Je prends acte de la déclaration de confidentialité ci-dessus.

Je suis âgé(e) d'au moins 19 ans, j'ai lu attentivement le contenu de ce formulaire de consentement et j'ai demandé au besoin des éclaircissements au personnel ou au directeur de l'école qui organise cette activité avant de signer chaque page.

Je comprends que le présent document a force légale et force exécutoire pour moi-même, mes héritiers, exécuteurs testamentaires et administrateurs successoraux.

\_\_\_\_\_

**Nom du tuteur légal**

\_\_\_\_\_

**Signature du tuteur légal**

\_\_\_\_\_

**Date**

## Annexe B : Planification de sortie

### Planification – Avant la sortie

#### GESTION DES RISQUES

- Utiliser un modèle d'évaluation de la gestion des risques. (Voir la section Gestion des risques de l'introduction.)
- Préparer un plan de mesures d'urgence. (Voir l'annexe C : Plan de mesures d'urgence.)
- Recueillir les formulaires de renseignements médicaux de tous les participants et animateurs.
- Recueillir les formulaires de consentement de tous les participants.
- Préparer, puis remettre aux parents et aux tuteurs, une lettre détaillée indiquant l'itinéraire de la sortie et les coordonnées des personnes à joindre en cas d'urgence (propres à la sortie).
- Remplir le formulaire du tableau de service.
- Remplir le formulaire « Sortie en bref ».
- Préparer une carte du parcours pour déterminer la longueur du parcours. Il est bon, lors de la planification, de diviser la sortie en « tiers ».

Un tiers du temps pour le déplacement	Un tiers du temps pour la maintenance	Un tiers du temps pour le repos et la détente
S'adonner à une activité : randonnée, canotage, ski ou escalade.	S'hydrater, préparer les repas, manger, préparer le camp ou réparer l'équipement.	Dormir, discuter, tenir un journal; temps d'arrêt général avec activités facultatives.

- Vérifier les conditions météorologiques jusqu'à l'heure du départ.
- Prévoir des superviseurs ou animateurs supplémentaires.

#### RECHERCHE

- Obtenir la permission d'entrer sur des terres ou des propriétés.
- Obtenir les autorisations de déplacement spéciales éventuellement requises dans certaines zones.
- Obtenir des renseignements auprès de personnes qui connaissent bien la région en s'entretenant avec les propriétaires fonciers, les habitants ou des personnes qui se sont déjà rendus dans la région.
- Vérifier les conditions sur place pour s'assurer que le lieu convient.
- Déterminer l'efficacité et la fiabilité de l'utilisation des téléphones portables dans la région.
- Relever les aspects intéressants et uniques de la région où l'activité aura lieu (y compris l'histoire de la région).

#### TRANSPORT

- Déterminer le mode et l'organisation du transport.
- Déterminer le lieu et l'heure de dépôt.
- Déterminer le lieu et l'heure de ramassage.

## ÉQUIPEMENT

### Généralités : Équipement de groupe

- Sacs de couchage deux ou trois saisons
- Sacs à dos
- Téléphone cellulaire
- Ruban adhésif
- Trousses de premiers soins
- Récepteurs GPS
- Grandes carafes d'eau
- Allumettes, silex, briquets, bougies, combustible d'allumage
- Sacs en plastique
- Couteaux de poche
- Casseroles
- Trousses de réparation
- Cordes de différentes longueurs
- Matelas de camping
- Petite scie à bûches
- Poêles et combustible
- Bâches
- Tentes
- Cartes topographiques et boussoles
- Sacs de camp, papier toilette, truelle, désinfectant pour les mains
- Équipement de purification de l'eau
- Sifflets

### Équipement personnel

- Insectifuge
- Ustensiles de table
- Lampe de poche (avec piles de rechange)
- Journal et crayon
- Trousse de premiers soins personnelle (contenant les médicaments)
- Hygiène personnelle (brosse à dents, dentifrice, désinfectant pour les mains, produits d'hygiène féminine, etc.)
- Bouteille d'eau personnelle
- Vêtements de pluie (haut et bas)
- Lunettes de soleil
- Écran solaire et protection pour les lèvres
- Montre

### **Équipement facultatif**

- Jumelles
- Appareil photo (avec piles de rechange)
- Sac à dos d'une journée
- Objets d'intérêt personnel pour le temps libre (p. ex., livre ou canne à pêche)

### **Équipement de canotage**

- Écopes
- Chaussures de canotage (chaussures qui se mouilleront, comme des chaussures pour l'eau, des sandales, de vieilles espadrilles)
- Canots
- Corde supplémentaire
- Courroie de lunettes
- Genouillères
- Pagaies (une par personne et une supplémentaire par canot)
- Cordes de halage
- V.F.I.
- Sacs étanches

### **Équipement de randonnée**

- Pulvérisateur anti-ours
- Bottes de randonnée
- Sac de randonnée

### **Équipement de ski de fond et de raquette**

- Deux tuques et deux paires de mitaines
- Sac à dos
- Vêtements d'hiver appropriés pour l'extérieur
- Bottes de ski
- Bâtons de ski
- Skis
- Bottes d'hiver
- Raquettes à neige

## RESPONSABILITÉS DE GROUPE

Les élèves ou participants peuvent assumer une grande partie des responsabilités liées à la planification de la sortie, sous la supervision de l'enseignant, dans le cadre du processus d'enseignement et d'apprentissage. L'utilisation du tableau de service peut faciliter cette délégation de responsabilités. Voici quelques-uns des rôles que les élèves peuvent jouer dans la planification :

- Équipement
  - Aider à organiser l'équipement du groupe.
  - Aider à l'achat d'équipement neuf.
  - Vérifier l'équipement personnel des membres du groupe et s'assurer que chacun est bien équipé.
  
- Planification des repas et des menus
  - Recenser les allergies des membres du groupe.
  - Déterminer ce que les membres du groupe aiment et n'aiment pas.
  - Aider à la planification des menus.
  - Aider à l'achat et à la collecte des aliments.
  
- Cartes
  - Apprendre à lire une carte et à préparer une carte d'itinéraire.
  - Déterminer la distance parcourue en groupe par jour.
  - Repérer les aires de repos et de campement potentielles.
  - Proposer des arrêts pour découvrir des lieux d'intérêt.
  - Déterminer les sources d'eau potable.
  - Repérer les points d'accès d'urgence.
  - Préparer un itinéraire détaillé pour la sortie.

## **Planification – Après la sortie**

### **ÉTABLISSEMENT DE LIENS AVEC L'EXPÉRIENCE**

- Planifier et intégrer un temps d'assimilation pendant et après l'activité de plein air.
- Inclure un compte rendu guidé.
- Poser des questions d'approfondissement.
- Fournir du matériel pour aider à évaluer l'activité.
- Évaluer l'efficacité de l'activité.

### **NETTOYAGE DE L'ÉQUIPEMENT**

- Méthode : enseigner les attentes, puis demander aux élèves de s'occuper du nettoyage.
- Lieu : désigner un lieu de nettoyage. Cette étape doit être définie et préparée avant la sortie.
- Remplir la liste de vérification pour le retour de l'équipement.

### **COMMUNICATION DU RETOUR EN TOUTE SÉCURITÉ AUX AUTORITÉS COMPÉTENTES**

- Veiller à ce que les personnes à joindre en cas d'urgence soient informées du retour.
- S'assurer d'avoir ramené tous les élèves.
- Signaler tous les renseignements indispensables (p. ex., blessure, problème de comportement) au directeur d'école.

## Plan de procédures d'urgence

[Indiquez le nom de l'école]

[Indiquez le nom du Centre régional pour l'éducation/CSAP]

### RENSEIGNEMENTS SUR LA SORTIE

<b>Destination de la sortie :</b>		<b>Taille du groupe :</b>	
<b>Instructeurs formés aux premiers soins :</b>			
<b>Chef de groupe :</b>		<b>Durée prévue :</b>	
<b>Heure de départ :</b>		<b>Heure d'arrivée :</b>	

### MESURES DE SÉCURITÉ

1. Un signal d'urgence est constitué de trois coups de sifflet. Les coups de sifflet ne doivent être utilisés qu'à cette fin.
2. Tous les élèves doivent avoir leur sifflet sur eux en tout temps.
3. Le groupe doit rester sur le parcours ou l'emplacement choisi, à moins qu'une urgence n'entraîne une évacuation.
4. Le système de surveillance mutuelle doit être en place pendant toute la sortie.
5. Tous les participants sont responsables d'emporter leur premier repas prêt-à-manger.
6. Tous les participants sont responsables d'un approvisionnement personnel en eau pour l'hydratation.
7. Les membres du groupe ne doivent pas délibérément s'adonner à des comportements à haut risque.
8. Au moins un téléphone portable doit être emporté pendant la sortie.

### BLESSURES ET ÉVACUATION

1. Les blessures, les symptômes et les maladies doivent être signalés au moyen du système de surveillance mutuelle, quelle que soit leur gravité perçue.
2. En cas d'accident, la première personne sur les lieux doit commencer à dispenser les premiers soins.
3. En cas d'accident, la victime doit être évaluée sur place avant de déterminer si une évacuation est nécessaire.
4. Si la personne blessée ne peut pas être déplacée, un groupe d'au moins trois personnes doit se rendre au point de départ du sentier [lieu et coordonnées] pour avertir les autorités.
5. L'emplacement d'évacuation sera [lieu et coordonnées].
6. Le responsable de la sortie a le droit d'annuler la sortie ou d'y mettre fin en raison des conditions météorologiques en cours ou à venir.

## Tableau de service

[Indiquez le nom de l'école]

[Indiquez le nom du Centre régional pour l'éducation/CSAP]

### Activité de plein air :

Élève responsable	Tâche confiée	Échéance	Commentaires	Terminé
	Recueillir les formulaires de renseignements médicaux			
	Recueillir les formulaires d'autorisation			
	Vérifier les menus			
	Vérifier l'équipement du groupe			
	Vérifier l'équipement individuel			
	Vérifier la trousse de premiers soins du groupe			
	Autre :			

## Fiche de parcours

[Indiquez le nom de l'école]

[Indiquez le nom du Centre régional pour l'éducation/CSAP]

Activité de plein air :

DATE		RESPONSABLE DE LA SORTIE		AUTRES ANIMATEURS				NOMBRE TOTAL DE PERSONNES DANS LE GROUPE
N° de tronçon	Départ (Coordonnées GPS/référence cartographique)	Arrivée (Coordonnées GPS/référence cartographique)	Azimut	Distance (km)	Durée du tronçon (min)	Heure de départ prévue	Heure d'arrivée prévue	Description du tronçon (élévation, terrain, repères, dangers, etc.)

## Sortie en bref

[Indiquez le nom de l'école]

[Indiquez le nom du CRE/CSAP]

Activité de plein air :

LOGISTIQUE	GROUPE	PRÉPARATION
<p><b>Renseignements sur le départ :</b></p> <p>Date :</p> <p>Heure :</p>	<p><b>Chefs de groupe :</b></p>	<p><b>Dates des réunions préalables à la sortie :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>
<p><b>Procédures d'urgence :</b></p>	<p><b>Noms et numéros de téléphone des participants</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> <li>5.</li> <li>6.</li> <li>7.</li> <li>8.</li> <li>9.</li> <li>10.</li> <li>11.</li> <li>12.</li> <li>13.</li> <li>14.</li> <li>15.</li> <li>16.</li> <li>17.</li> <li>18.</li> <li>19.</li> <li>20.</li> </ol>	<p><b>Vérification de l'équipement :</b></p> <p>Date :</p> <p><b>Vérification des menus :</b></p> <p>Date :</p> <p><b>Vérification de la trousse de premiers soins :</b></p> <p>Date :</p> <p><b>Porteurs de la trousse de premiers soins :</b></p>

LOGISTIQUE	GROUPE	PRÉPARATION
<p>Commentaires généraux :</p>	<p>Secouristes :</p>	<p>Numéros sur la carte/points GPS :</p>
	<p>Participants ayant des habiletés connexes :</p>	<p><b>Dernière vérification des conditions météorologiques :</b></p> <p>Date :</p> <p><b>Prévisions météorologiques :</b></p> <p>Jour 1 :</p> <p>Jour 2 :</p>
		<p><b>Vérification des renseignements médicaux :</b></p> <p>Date :</p> <p>Éléments médicaux à retenir :</p>
	<p><b>Vérification de la fiche de parcours :</b></p> <p>Nom et numéro de téléphone de la personne à joindre en cas d'urgence :</p>	

# Annexe C : Gestion des risques

## Responsabilités de l'éducateur

### TRANSPORT

- Lieu et heure de dépôt
- Lieu et heure de ramassage
- Transport pendant la sortie – raquettes, canot, etc.

### ADAPTATIONS

- Détours
- Obstacles environnementaux
- Blessure
- Conditions météorologiques

### MOMENTS D'ENSEIGNEMENT

- Impact humain sur la nature
- Planification des leçons et de l'enseignement
- Création d'une situation incitant les élèves à poser des questions
- Observation de la faune

### PROCÉDURES D'URGENCE

- Points d'accès et d'extraction d'urgence
- Repérage de l'emplacement de l'activité sur la carte (en permanence)
- Système de surveillance mutuelle des élèves

## Responsabilités de groupe

- Dispositifs de communication
- Répartition de l'équipement
- Trousse de premiers soins
- Santé du groupe
  - Fatigue
  - Hygiène
  - Nutrition et repas
  - Purification de l'eau et pauses pour boire de l'eau
- Trousse de réparation
- Renseignements sur les élèves

## Responsabilités des élèves

Les élèves doivent, par leur comportement, montrer qu'ils se soucient de la sécurité et du bien-être pour eux-mêmes, les autres et l'environnement.

### Extrait de la *Nova Scotia Education Act* (loi sur l'éducation de la Nouvelle-Écosse) :

#### [Traduction]

#### Droits et obligations

**25 (1)** Il incombe à tout élève inscrit dans une école publique relevant d'un centre régional

- a) de participer pleinement aux occasions d'apprentissage;
  - b) de fréquenter l'école avec assiduité et ponctualité;
  - c) de contribuer au maintien d'un milieu d'apprentissage sûr et ordonné;
  - d) de respecter les droits d'autrui;
  - e) de se conformer aux politiques de l'école et du conseil scolaire concernant la discipline.
- (2)** L'élève répond de sa conduite à son enseignant lorsqu'il se trouve sous la surveillance de ce dernier.

(<https://nslegislature.ca/sites/default/files/legc/statutes/education.pdf>, 17 octobre 2018)

Les comportements imprudents, la consommation d'alcool et la consommation de drogues à des fins non médicales, y compris les drogues améliorant la performance, constituent des risques pour la sécurité et sont strictement interdits.

Cette interdiction s'étend à toutes les activités scolaires, qu'elles se déroulent à l'intérieur ou à l'extérieur de l'enceinte de l'école.

Les élèves doivent comprendre comment suivre les procédures de sécurité et pourquoi ils doivent le faire.

Les élèves doivent savoir qu'il est important qu'ils contribuent à leur propre sécurité.

La responsabilité de la sécurité dans les activités d'éducation physique doit commencer à passer de l'enseignant à l'élève en 7<sup>e</sup> et en 8<sup>e</sup> année, en fonction de l'âge et du niveau de maturité de l'élève. Les habiletés et la compréhension de l'élève ont des conséquences sur les normes de sécurité.

## Exemples de trousse de premiers soins

Exemple de contenu d'une trousse de premiers soins : Milieu urbain (dans l'enceinte de l'école)	Exemple de contenu d'une trousse de premiers soins : Milieu urbain et éloigné (hors de l'enceinte de l'école)	Exemple de contenu d'une trousse pour l'éducation en plein air : milieux sauvages
<p>Pour connaître le contenu des trousse de premiers soins scolaires, voir la trousse obligatoire pour les écoles conformément à la rubrique « Workplace First Aid Kits Requirements » (exigences relatives aux trousse de premiers soins sur le lieu de travail de l'<i>Occupational Health and Safety Act</i> (loi sur la santé et la sécurité au travail de la Nouvelle-Écosse)).</p> <p>Voici le contenu des trousse de premiers soins qui doivent se trouver à un poste de premiers soins accessible au gymnase :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 24 lingettes nettoyantes antiseptiques, emballées individuellement</li> <li>▪ 100 pansements adhésifs stériles, emballés individuellement</li> <li>▪ 50 tampons de gaze stériles de 5 cm × 10 cm, emballés individuellement</li> <li>▪ 6 pansements compressifs stériles de 10 cm × 10 cm, avec attaches, emballés individuellement</li> <li>▪ 6 pansements compressifs stériles de 15 cm × 15 cm, avec attaches, emballés individuellement</li> <li>▪ 4 pansements abdominaux stériles de 20 cm × 25 cm, emballés individuellement</li> <li>▪ 6 bandes de gaze omniformes, 75 mm de large</li> <li>▪ 12 bandages triangulaires en coton</li> <li>▪ 12 épingles de sûreté, grandeurs variées</li> <li>▪ 1 paire de ciseaux</li> </ul>	<p>Trousse recommandée pour les excursions d'éducation physique à l'extérieur de l'enceinte de l'école : Trousse de premiers soins Adventure 2.0. Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec un pourvoyeur local ou un formateur en secourisme en milieu sauvage et éloigné.</p> <p>La quantité dépend de la destination et de la longueur de la sortie.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 16 bandages adhésifs en tissu, 2,5 cm × 7,6 cm</li> <li>▪ 1 bandage adhésif en tissu, 5 cm × 11,4 cm</li> <li>▪ 4 bandages adhésifs en tissu pour jointures</li> <li>▪ 12 bandages adhésifs en plastique, 1 cm × 4 cm</li> <li>▪ 4 bandages à fermeture papillon</li> <li>▪ 4 paquets de 2 pansements de gaze stériles, 10 cm × 10 cm</li> <li>▪ 4 paquets de 2 pansements de gaze stériles, 5 cm × 5 cm</li> <li>▪ 4 paquets de 2 pansements de gaze stériles, 7,6 cm × 7,6 cm</li> <li>▪ 2 pansements non adhésifs stériles, 5 cm × 7,6 cm</li> <li>▪ 1 paire de gants en nitrile, essuie-mains</li> <li>▪ 1 coussin de traumatisme, 13 cm × 23 cm</li> <li>▪ 1 paquet de 11 pansements en moleskine, prédécoupés et formés</li> <li>▪ 1 bandage élastique avec agrafes, 2 po</li> <li>▪ 1 compresse froide</li> </ul>	<p>Trousse recommandée pour les excursions d'éducation physique en plein air dans les régions sauvages : Trousse de premiers soins Adventure Medical Backcountry. Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec un pourvoyeur local ou un formateur en secourisme en milieu sauvage et éloigné.</p> <p>La quantité dépend de la destination et de la longueur de la sortie.</p> <p><b>Utilisations idéales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trousse d'urgence à domicile de 72 heures</li> <li>▪ Guide pour l'arrière-pays (petit groupe)</li> <li>▪ Grande excursion pédestre et randonnée</li> <li>▪ Camping</li> <li>▪ Chefs de groupe</li> </ul> <p><b>Caractéristiques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fenêtres transparentes en uréthane avec indice de fissuration à froid de -20 °F/-28 °C</li> <li>▪ Système d'irrigation pour nettoyer et fermer les plaies</li> <li>▪ Fournitures de traumatologie (p. ex., Laerdal, SAM)</li> <li>▪ Fermeture à glissière résistante à l'eau</li> </ul> <p><b>Contenu</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 8 bandages adhésifs en tissu, 2,5 cm × 7,6 cm</li> <li>▪ 5 bandages adhésifs en tissu pour jointures</li> <li>▪ 2 bandages de gaze omniformes, 7,6 cm</li> <li>▪ 1 bandage tubulaire en jersey, 2,5 cm × 10 cm</li> </ul>

Exemple de contenu d'une trousse de premiers soins : Milieu urbain (dans l'enceinte de l'école)	Exemple de contenu d'une trousse de premiers soins : Milieu urbain et éloigné (hors de l'enceinte de l'école)	Exemple de contenu d'une trousse pour l'éducation en plein air : milieux sauvages
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 pince à échardes</li> <li>▪ 2 rouleaux de ruban adhésif de 25 mm × 4,5 m</li> <li>▪ 4 bandages de contention en crêpe, 75 mm de large</li> <li>▪ 1 dispositif barrière de réanimation avec valve unidirectionnelle</li> <li>▪ 12 paires de gants chirurgicaux jetables</li> <li>▪ 2 pansements oculaires secs stériles, emballés individuellement</li> <li>▪ 1 bandage tubulaire pour les doigts avec applicateur</li> <li>▪ 1 manuel d'instructions pour les premiers soins (abrégé)</li> <li>▪ 1 inventaire du contenu de la trousse</li> <li>▪ 2 sacs à pansements souillés étanches</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 épingles de sûreté</li> <li>▪ 1 paire de ciseaux à bandages à pointe arrondie</li> <li>▪ 1 pince à échardes/pince à tiques</li> <li>▪ 2 thermomètres jetables</li> <li>▪ 1 formulaire d'évaluation du patient (notes SOAP)</li> <li>▪ 3 paquets de 2 comprimés d'acétaminophène (500 mg)</li> <li>▪ 3 comprimés antihistaminiques (diphénhydramine à 25 mg)</li> <li>▪ 3 paquets de 2 comprimés d'ibuprofène (200 mg)</li> <li>▪ 1 paquet de 2 aspirines (325 mg)</li> <li>▪ 1 calmant pour piqûres d'insectes</li> <li>▪ 12 lingettes antiseptiques</li> <li>▪ 2 paquets de 2 cotons-tiges</li> <li>▪ 1 rouleau de sparadrap, 1,2 cm × 9 m</li> <li>▪ 4 onguents à triple antibiotique, usage unique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 paquets de 2 pansements de gaze stériles, 5 cm × 5 cm</li> <li>▪ 3 paquets de 2 pansements de gaze stériles, 10 cm × 10 cm</li> <li>▪ 3 pansements non adhésifs stériles, 5 cm × 10 cm</li> <li>▪ 2 paires de gants en nitrile, essuie-mains</li> <li>▪ 1 coussin de traumatisme, 13 cm × 23 cm</li> <li>▪ 1 coussin de traumatisme, 20 cm × 25 cm</li> <li>▪ 1 gel d'aloé vera avec lidocaïne, 1 oz</li> <li>▪ 2 petits pansements rectangulaires pour ampoules et brûlures</li> <li>▪ 2 paquets de 11 pansements en moleskine, prédécoupés et formés</li> <li>▪ 1 écran facial de RCR Laerdal</li> <li>▪ 1 ruban adhésif, 5 cm × 4,6 cm</li> <li>▪ 1 bandage élastique avec Velcro, 7,6 cm</li> <li>▪ 8 à 12 bandages triangulaires</li> <li>▪ 1 attelle SAM, 10 cm × 91,4 cm</li> <li>▪ 1 paire de ciseaux médicaux, 10 cm</li> <li>▪ 1 crayon</li> <li>▪ 3 épingles de sûreté</li> <li>▪ 1 pince à échardes/pince à tiques</li> <li>▪ 1 thermomètre numérique</li> <li>▪ 1 pince à bec effilé</li> <li>▪ 1 rasoir</li> <li>▪ 1 <i>Guide de secourisme en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge canadienne</i></li> </ul>

Exemple de contenu d'une trousse de premiers soins : Milieu urbain (dans l'enceinte de l'école)	Exemple de contenu d'une trousse de premiers soins : Milieu urbain et éloigné (hors de l'enceinte de l'école)	Exemple de contenu d'une trousse pour l'éducation en plein air : milieux sauvages
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 formulaire d'évaluation du patient (notes SOAP)</li> <li>▪ 4 paquets de 2 comprimés d'acétaminophène (500 mg)</li> <li>▪ 4 comprimés antihistaminiques (diphénhydramine à 25 mg)</li> <li>▪ 1 paquet de 2 aspirines (325 mg)</li> <li>▪ 4 paquets de 2 comprimés d'ibuprofène (200 mg)</li> <li>▪ 2 grands flacons en plastique à couvercle rabattable</li> <li>▪ 6 lingettes anesthésiantes/antiseptiques pour coupures et éraflures</li> <li>▪ 2 paquets de 2 cotons-tiges</li> <li>▪ 1 pochette de povidone iodée, 0,75 oz</li> <li>▪ 1 seringue d'irrigation, 20 cc, pointe de diamètre 18</li> <li>▪ 1 rouleau de sparadrap, 2 cm × 9 m</li> <li>▪ 2 adhésifs topiques à teinture de benjoin</li> <li>▪ 3 onguents à triple antibiotique, usage unique</li> <li>▪ 1 paquet de 10 bandes de fermeture de plaie, 0,5 cm × 10 cm</li> </ul>

Lorsque vous faites une sortie éducative en plein air avec les élèves, vous devez absolument apporter une trousse de premiers soins bien remplie. La taille et le contenu de votre trousse doivent être adaptés à la sortie prévue. Prévoyez-vous stationner votre véhicule près de votre campement avec électricité ou partez-vous plusieurs jours en randonnée pédestre dans un endroit éloigné, comme le parc national Kejimikujik, avec des sacs à dos et des tentes?

La trousse de premiers soins doit être adaptée au type et à la durée de votre sortie, ainsi qu'au nombre de participants. Bien entendu, si vous campez près de votre véhicule, une trousse de premiers soins de base suffit puisque vous disposez du transport pour vous rendre à une clinique ou à un hôpital dans des délais raisonnables. Cependant, si le groupe doit s'éloigner de plusieurs kilomètres, soit dans la forêt ou dans d'autres lieux rustiques similaires, une planification plus détaillée est requise.

La préparation de votre trousse est importante. La trousse elle-même doit être imperméable. De très grands sacs de type Zip-loc sont abordables et remplissent bien cette fonction. Ils peuvent aussi être utilisés pour transporter de l'eau. Chaque année, pensez à vérifier et à remplacer, au besoin, les médicaments en vente libre et les bandages stériles qui ont été ouverts. Voici quelques articles supplémentaires qui pourraient être inclus dans une trousse de premiers soins pour l'éducation en plein air :

- allumettes dans un contenant imperméable;
- allume-feu de secours au magnésium;
- couteau;
- miroir pour envoyer des signaux;
- corde de parachute, d'une résistance à la traction d'environ 230 kg, pouvant être utilisée dans diverses situations d'urgence;
- boules de coton imprégnées de gelée de pétrole (Vaseline), pouvant également servir d'allume-feu.

## Plan de mesures d'urgence

Puisque toute activité physique présente un risque, les blessures ou les problèmes médicaux sont tout à fait possibles. Il est donc nécessaire d'établir un plan d'action. L'objectif du plan de mesures d'urgence est de s'assurer que l'élève blessé ou malade reçoit des soins professionnels le plus rapidement possible. Pour garantir une intervention efficace, les enseignants doivent préparer un plan de mesures d'urgence adapté à l'activité physique en question (dans certains cas, les CRE ou le CSAP pourraient disposer de procédures, de politiques ou de formulaires standard). Pour les situations d'urgence qui dépassent le cadre du secourisme général en milieu urbain (le temps de réponse moyen étant de 8 à 10 minutes), évaluez le délai de 30 minutes et au-delà de 60 minutes avant l'obtention de soins médicaux avancés dans le cadre du plan de mesures d'urgence. Veuillez respecter les procédures décrites dans le certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de base pour un délai de 30 minutes; pour tout délai plus long, il faut respecter les procédures du certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné avancé (tous deux de la Croix-Rouge canadienne).

### EXEMPLE DE PLAN DE MESURES D'URGENCE : PROCÉDURES EN MILIEU URBAIN

#### A. Préparation

Renseignements que vous devez connaître :

- l'emplacement de la trousse de premiers soins et comment y accéder;
- l'emplacement du téléphone et comment y accéder;
- les meilleurs itinéraires pour se rendre à l'hôpital le plus proche;
- l'emplacement et la disponibilité d'un moyen de transport convenable;
- l'identité des élèves ayant des problèmes médicaux (p. ex., asthme, allergies constituant un danger de mort, diabète);
- l'emplacement des médicaments (p. ex. auto-injecteur d'épinéphrine, médicaments contre l'asthme, insuline);
- les procédures de communication d'urgence à suivre (p. ex., téléphone cellulaire) pour les activités menées à l'extérieur de l'enceinte de l'école.

#### B. En cas de blessure ou de problème médical

Lorsque vous intervenez auprès d'un élève blessé ou malade, prenez aussitôt les choses en main et évaluez la situation. Suivez les précautions universelles à prendre lorsqu'il y a du sang et des liquides corporels (consultez la section Précautions universelles, dans l'introduction).

N'oubliez pas les règles d'or du secourisme :

- *Ne déplacez pas un élève blessé.*
- *Si un élève ne peut pas lui-même bouger un membre, ne tentez pas de le faire pour lui.*
- Restez calme. Parlez d'un ton réconfortant.
- Ordonnez aux personnes présentes de ne pas s'approcher de l'élève blessé ou malade.
- N'enlevez pas l'équipement de l'élève si cela risque d'aggraver sa blessure.
- Évaluez la gravité de la blessure ou du problème médical. Cela fait, décidez s'il est nécessaire d'administrer un médicament ou d'appeler les secours.

- Administrez les médicaments en respectant la politique du CRE ou du CSAP.
- S'il n'est pas nécessaire d'appeler une ambulance, décidez des mesures à prendre pour transporter le blessé ou le malade hors de l'aire de jeu.
- Si une ambulance est nécessaire,
  - demandez l'aide d'une autre personne (p. ex., enseignant, administrateur, parent);
  - demandez à l'autre personne d'appeler une ambulance en lui communiquant les informations suivantes :
    - > la nature de l'urgence,
    - > l'emplacement et les points de repère ou les intersections les plus proches,
    - > le numéro de téléphone à partir duquel l'appel est passé,
  - demandez à l'autre personne de confirmer auprès de la personne responsable que l'appel a bien été passé et de lui indiquer l'heure estimée d'arrivée de l'ambulance;
  - rendez-vous à l'entrée d'accès et attendez l'ambulance.
- Une fois que l'ambulance a été appelée, surveillez attentivement tout signe de changement dans l'état de l'élève et essayez de le reconforter jusqu'à l'arrivée des secours.
- Ne laissez personne déplacer l'élève inutilement.
- Si l'élève est déshydraté, déplacez-le à un endroit plus frais et donnez-lui de petites quantités d'eau (100 ml) toutes les 5 minutes jusqu'à la disparition des symptômes. Cependant, ne donnez ni à boire ni à manger à l'élève blessé si :
  - l'élève montre des signes de diminution du niveau de conscience;
  - l'élève a subi une blessure importante à la tête;
  - vous croyez qu'une opération sera nécessaire (p. ex. jambe cassée).
- À l'arrivée des ambulanciers, informez-les de la nature et des circonstances de l'incident, ainsi que des mesures que vous avez prises. Vous pouvez aussi les informer des antécédents médicaux et des anciennes blessures du participant, si vous avez ces renseignements.
- La personne responsable ou un adulte désigné doit accompagner l'élève blessé à l'hôpital pour le reconforter et informer le médecin des circonstances de l'incident et des antécédents médicaux du blessé.
- Il faut joindre les parents ou tuteurs de l'élève blessé ou malade aussitôt que possible.
- Remplissez un rapport d'incident et transmettez-le à la personne responsable du CRE ou du CSAP et à l'administrateur de l'école.

#### **PROCÉDURES EN MILIEU SAUVAGE ET ÉLOIGNÉ**

Consultez les normes établies par la Croix-Rouge canadienne pour le certificat de secourisme en milieu sauvage et éloigné de base (à 30 minutes de l'aide médicale avancée) et avancé (à plus de 30 minutes de l'aide médicale avancée).

## Protocole en cas de foudre

### EXEMPLE DE PROCÉDURES EN CAS DE Foudre

Le protocole de sécurité suivant peut servir de modèle pour élaborer un protocole convenant aux personnes et aux groupes qui participent à des activités de plein air.

#### Voie hiérarchique

Les personnes qui occupent les postes suivants sont chargées de décider du retrait d'un groupe ou d'une personne du terrain de jeu, de l'arrêt de l'activité et de la reprise de cette dernière de façon sécuritaire, au moment opportun :

- activités du programme d'études : enseignant;
- activités intra-muros : enseignant, superviseur d'activités intra-muros;
- interscolaire : *entraînements* : enseignant ou entraîneur; *parties* : enseignant ou entraîneur, avec l'accord de l'arbitre;
- sorties en plein air : enseignant, avec l'accord de la personne en charge de la sortie;
- activités menées à l'extérieur de l'enceinte de l'école : enseignant, avec l'accord du responsable des lieux;
- camps : enseignant, avec l'accord du chef de camp.

#### Planification de l'évacuation et des mesures de sécurité

Un plan de gestion en cas de foudre doit être élaboré avant le déroulement de l'activité de plein air. Il doit tenir compte des éléments suivants :

#### *Conditions météorologiques*

Vérifiez les conditions météorologiques avant le déroulement de l'activité en plein air. Renseignez-vous sur la formation potentielle d'orages durant les activités d'éducation physique en plein air prévues (p. ex., prévisions météorologiques locales, bureau météorologique de la Nouvelle-Écosse [<https://meteo.gc.ca/>]).

#### *Abri*

Vous devez savoir où se trouve l'abri ou l'endroit sûr le plus proche du terrain de jeu, ainsi que le temps qu'il faut pour s'y rendre.

*Définition d'un abri ou endroit sûr* : Tout bâtiment normalement occupé ou fréquenté par des personnes (p. ex., un bâtiment avec plomberie ou électricité qui sert de mise à la terre électrique pour la structure). *S'il n'y a pas d'abri sûr, tout véhicule muni d'un toit de métal rigide* (pas de décapotable ou de voiturette de golf) avec les *vitres montées* peut servir d'abri sûr. (Ce ne sont pas les pneus de caoutchouc qui rendent le véhicule sécuritaire, mais plutôt le toit de métal rigide qui disperse la foudre autour du véhicule.) *Ne touchez pas aux côtés du véhicule.*

*Solution de rechange* – s'il n'y a pas d'abri ou d'endroit sûr :

- dirigez-vous vers un terrain bas; trouvez refuge dans les buissons ou dans un fossé sec;
- enlevez tous les objets de métal;

- réduisez la surface de contact de votre corps avec le sol; ne vous couchez pas sur le sol (la foudre frappe souvent une victime par le sol et non en tombant directement sur sa tête);
- collez vos pieds ensemble, baissez la tête, accroupissez-vous en vous tenant seulement sur vos avant-pieds et entourez vos genoux avec vos bras.

Les abris suivants ne sont *pas sécuritaires* :

- tous les objets extérieurs en métal;
- près des mâts de drapeaux;
- clôtures et barrières;
- près des lampadaires;
- tribunes de métal;
- voiturettes de golf;
- machinerie;
- canots;
- kayaks.

Évitez les arbres, l'eau (étangs, ruisseaux), les champs ouverts et les terrains surélevés.

### **Détection et intervention**

Lorsque vous apercevez des éclairs ou entendez le tonnerre, suivez votre plan d'urgence et trouvez refuge immédiatement (rendez-vous dans un bâtiment ou un véhicule). Les éclairs précèdent souvent la pluie; n'attendez donc pas qu'il pleuve pour suspendre les activités.

En cas de foudre, respectez la devise de sécurité suivante : « If you see it, flee it; if you hear it, clear it » (si vous l'apercevez, fuyez; si vous l'entendez, évacuez).

### **Reprise de l'activité**

Attendez *au moins* 30 minutes après avoir aperçu le dernier éclair ou entendu le tonnerre pour la dernière fois avant de reprendre les activités.

Les blessés ne conservent pas de charge électrique et peuvent être touchés sans risque. Composez le 911 ou envoyez quelqu'un chercher de l'aide immédiatement. Administrez les premiers soins si vous êtes formé pour le faire.

## Sécurité dans les salles d'activités

**Salles autres que les gymnases qui sont utilisées pour la tenue d'activités physiques (p. ex., foyers, salles paroissiales, salles de classe vides, sous-sol de l'école, cafétéria, estrade)**

Pour plus de sécurité, suivez ces recommandations lorsque vous donnez un cours d'éducation physique dans une salle d'activités :

- C'est un endroit idéal lorsque l'activité est régulée (p. ex., aérobic, exercices au sol, stations d'entraînement physique, saut à la corde, lutte, danse, activités avec sacs de fèves et activités avec chaises). Évitez le lancer de balles ou ballons sur de longues distances, les jeux de type ballon chasseur et les jeux remplis d'action et qui utilisent tout l'espace (p. ex., poursuite, soccer, hockey en salle).
- Le règlement « aucun contact physique » doit être respecté durant tous les jeux.
- Si la salle d'activités est une aire ouverte, les élèves doivent se déplacer en suivant le périmètre de la surface de jeu et en évitant le centre.
- Structurez les exercices pour que l'activité soit aussi organisée que possible.
- Demandez aux élèves de ne pas lancer d'objets (p. ex., sacs à fèves) au plafond pour éviter de faire tomber des dalles, de la poussière, des luminaires, etc.
- Assurez-vous que les activités ont lieu loin des fontaines, des escaliers de l'estrade, des présentoirs à trophées, etc. Laissez un « périmètre de sécurité » d'au moins un mètre autour de l'aire de jeu. Dans la mesure du possible, créez des limites visuelles à l'aide de cônes.
- Vérifiez qu'aucune porte ne peut s'ouvrir vers l'aire de jeu.
- Ne laissez pas les élèves participer à une activité qui requiert une surveillance visuelle constante ou une surveillance sur place pendant que l'enseignant se rend au gymnase ou dans une salle de rangement pour aller chercher de l'équipement.
- Assurez-vous que le revêtement de sol offre une bonne adhérence et qu'il convient à la tenue de l'activité (p. ex., que de l'eau ou de la boue ne le rendent pas glissant).
- Assurez-vous que l'équipement et les meubles sont sécuritaires.

## Équipement d'entraînement physique neuf ou donné

*Consultez les politiques et les procédures du CRE ou du CSAP concernant l'achat et les dons d'équipement, ainsi que l'installation et les réparations nécessaires.*

- Tout équipement d'entraînement physique acheté (neuf ou usagé) ou donné doit répondre aux normes de l'Association canadienne de normalisation (CSA) ou à celles des Underwriters Laboratories Ltd. (UL) ou des Laboratoires des assureurs du Canada (ULC).
- L'équipement doit être installé par du personnel qualifié (p. ex., fabricant ou fournisseur) selon les normes de la CSA ou des UL ou des ULC. L'installation ne peut être effectuée par des bénévoles, à moins qu'ils ne soient supervisés par un personnel qualifié.
- Tout équipement usagé doit être inspecté par le personnel qualifié avant l'utilisation.
- Conservez la liste de vérification de l'inspecteur pour consultation future.
- Une inspection de tout l'équipement d'entraînement physique existant doit être menée afin de déterminer l'âge, l'état et la conformité avec les normes d'une association réglementée (p. ex., les normes CSA, UL ou ULC). Un plan doit être mis en place pour remplacer systématiquement l'équipement le plus ancien (ou en mauvais état) par un équipement conforme aux normes CSA, UL ou ULC. L'équipement non sécuritaire doit être mis hors service immédiatement.

## Modèle de liste de vérification des installations du gymnase

Chaque école doit élaborer une procédure d'inspection régulière et de suivi approprié.

Lieu : \_\_\_\_\_

Date de l'inspection : \_\_\_\_\_ Heure : \_\_\_\_\_ Inspecté par : \_\_\_\_\_

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<b>ESTRADE RÉGLABLE</b>			
▪ Les roulettes fonctionnent bien.			
▪ Le mécanisme de verrouillage est bien fixé.			
<b>RIDEAU DE TIR À L'ARC</b>			
▪ Le câble et le support sont en bon état.			
<b>PANNEAU DE BASKETBALL</b>			
▪ Le panneau est en bon état.			
▪ Le câble et la fixation relient solidement le panneau au mur.			
▪ Les anneaux sont bien fixés et droits.			
▪ Les bandes Velcro servant à retenir les matelas sur les murs derrière le panneau sont en bon état lorsque l'espace en touche est insuffisant.			
▪ Le treuil n'est pas situé directement sous un panneau fixé au mur.			
▪ Le coussinet du mur est bien fixé au mur ou à l'estrade lorsque l'espace en touche est insuffisant.			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les poulies et les câbles sont en bon état.</li> </ul>			
<b>BANCS</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a pas de fissures ou d'éclats de bois sur les dessus et les supports.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les bancs sont stables et solides.</li> </ul>			
<b>TRIBUNES</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Elles sont bien fixées au mur.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a pas de fissures ou d'éclats de bois sur les sièges et les plateformes.</li> </ul>			
<b>PLAFOND</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les dalles et les panneaux sont bien en place.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les luminaires, les diffuseurs, les ventilateurs, les haut-parleurs et leurs protecteurs sont bien fixés.</li> </ul>			
<b>VESTIAIRES</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a aucun objet représentant un danger (p. ex., tables, chaises, pianos).</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le sol offre une bonne adhérence.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a pas de fissures ou d'éclats de bois sur les bancs.</li> </ul>			
<b>BARRES HORIZONTALES ET PANNEAUX PERFORÉS</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Ils sont solidement fixés au mur.</li> </ul>			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
▪ Les pièces réglables sont en bon état.			
▪ Les trous et les taquets sont en bon état.			
<b>MURS D'ESCALADE PERMANENTS</b>			
▪ Ils sont verrouillés ou fermés à clé lorsqu'ils ne sont pas utilisés.			
▪ Les cordes d'assurage sont solidement fixées.			
▪ Les points d'ancrage sont solidement fixés au mur.			
▪ Les plateformes sont bien fixées.			
<b>ENTRÉES ET SORTIES</b>			
▪ Il n'y a aucun obstacle.			
▪ Il n'y a pas de poignée de porte ou de poignées saillantes du côté du gymnase.			
▪ Les portes s'ouvrent vers l'extérieur du gymnase.			
▪ Les indications de sortie fonctionnent bien.			
<b>PLANCHERS</b>			
▪ Ils sont propres et secs.			
▪ Ils offrent une bonne adhérence.			
▪ Aucun objet ne peut faire trébucher ou glisser.			
▪ Les douilles de plancher sont encastrées et portent leur couvercle.			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les couvercles sont au même niveau que le sol et en bon état.</li> </ul>			
<b>PORTES PLIANTES, RIDEAU SUSPENDU</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les interrupteurs et les commandes fonctionnent bien.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le fonctionnement est fluide.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le tissu est en bon état (vérifier qu'il n'y a pas de déchirures).</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le logement n'est pas encombré.</li> </ul>			
<b>CENTRE D'ENTRAÎNEMENT PHYSIQUE ET SALLE DE MUSCULATION</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les barres horizontales sont solides.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les poulies des appareils à contrepoids ne sont pas éraillées.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les poids sont bien fixés sur les appareils.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les coussinets des bancs sont intacts.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les dessus et sièges des bancs sont bien fixés.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le tapis protecteur est en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les soudures des haltères sont intactes.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les vélos, les escaliers d'exercice et les tapis roulants fonctionnent bien.</li> </ul>			
<b>AIRE DE JEU DU GYMNASE (ET ESTRADÉ ADJACENTE, LE CAS ÉCHÉANT)</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les murs et les coins ne sont pas encombrés de meubles, de boîtes ou d'équipement « rangés ».</li> </ul>			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<b>CORDES</b>			
▪ Elles ne sont pas effilochées.			
<b>ESCALIERS</b>			
▪ Ils sont exempts d'obstacles.			
▪ Les girons sont en bon état.			
▪ Les rampes sont solides.			
▪ Il n'y a pas de clous saillants, de fissures ou d'éclats de bois.			
<b>LOCAL DE RANGEMENT</b>			
▪ Le plancher est propre et le passage est dégagé.			
▪ L'équipement est rangé sur les tablettes prévues à cet effet.			
▪ Les poteaux de volleyball ou de badminton sont bien fixés pour prévenir les blessures par trébuchement ou la chute des poteaux.			
<b>MURS</b>			
▪ Les prises, interrupteurs, grilles, etc. qui présentent un danger doivent être recouverts de coussinets ou encastrés au même niveau que le mur.			
▪ Il n'y a pas de crochets ou de clous saillants, etc.			
▪ Les couvre-matelas muraux ne sont pas déchirés ou usés.			
▪ Les bandes de matelas sont bien fixées au mur, le Velcro est en bon état.			
▪ Les avertisseurs d'incendie sont recouverts.			

## Modèle de liste de vérification de l'équipement de gymnase

Chaque école doit élaborer une procédure d'inspection régulière et de suivi approprié.

Lieu : \_\_\_\_\_

Date de l'inspection : \_\_\_\_\_ Heure : \_\_\_\_\_ Inspecté par : \_\_\_\_\_

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<b>BADMINTON</b>			
▪ Les raquettes sont en bon état (sans éclat de bois ou cordage brisé).			
<b>FILET DE BADMINTON</b>			
▪ Aucun fil n'est exposé sur le dessus et il n'y a aucune effilochure le long des poteaux.			
▪ Le filet ne présente ni trous ni déchirures.			
▪ Il n'y a aucun bord tranchant.			
<b>POTEAUX DE BADMINTON</b>			
▪ Les crochets, les poulies et le cliquet sont en bon état.			
<b>HOCKEY-BALLE ET HOCKEY EN SALLE</b>			
▪ Les soudures et les cadres des buts sont en bon état.			
▪ Il n'y a pas de fissures, de coins ou bouts brisés sur les bâtons de hockey-balle en plastique.			
▪ Les lames sont bien fixées aux manches.			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<b>ÉQUIPEMENT D'URGENCE</b>			
▪ La trousse de premiers soins est complète et accessible.			
▪ Les numéros de téléphone d'urgence sont affichés.			
▪ Le téléphone ou l'interphone relié au bureau sont accessibles.			
<b>APPAREILS DE GYMNASTIQUE</b>			
<b>Poutre</b>			
▪ Il n'y a aucune déchirure dans le recouvrement (les déchirures peuvent être recollées).			
▪ Le mécanisme de réglage de la hauteur est en bon état et fonctionne bien.			
▪ La poutre est stable et de niveau.			
<b>Matelas de réception pour les exercices au sol</b>			
▪ Il n'y a pas de trou (les déchirures peuvent être recouvertes de ruban).			
▪ Les tapis sont compacts, d'une épaisseur uniforme.			
▪ Le Velcro est en bon état.			
<b>Cheval d'arçon</b>			
▪ Le cheval est stable et de niveau.			
▪ Il n'y a aucune déchirure dans le recouvrement (les déchirures peuvent être recouvertes de ruban ou recollées).			
▪ Le mécanisme de réglage de la hauteur est en bon état.			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les arçons sont lisses, sans accumulation de magnésie.</li> </ul>			
<b>Anneaux</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le support à anneau (le cas échéant) est bien fixé et vertical (voir Barres asymétriques).</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a aucun tortillement ou nœud dans les câbles d'acier.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucune effilochure des câbles n'est visible.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>L'usure des bandes de cuir ou de tissus a été vérifiée.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a pas d'éclats de bois, de fissures ou d'accumulation de magnésie.</li> </ul>			
<b>Planche d'appel (pas un mini-trampoline)</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a aucun éclat de bois; le dessus et les pieds ne sont pas brisés.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les coussinets de protection du plancher sont en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>La surface d'appel antidérapante recouverte de tapis est en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tous les boulons sont serrés et les coussinets antidérapants en caoutchouc sont en bon état.</li> </ul>			
<b>Barres asymétriques, barre fixe et barres parallèles</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les crochets de sol sont en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a aucun crochet en « S ».</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Si des maillons rapides sont utilisés, ils doivent être complètement vissés.</li> </ul>			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les crochets des tendeurs fonctionnent et sont complètement vissés.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Il n’y a aucun tortillement ou nœud dans les câbles d’acier.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aucune effilochure des câbles n’est visible.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L’usure des boucles des câbles a été vérifiée.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le mécanisme de réglage de la hauteur est en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Il n’y a pas de fissures, d’éclats de bois ou d’accumulation de magnésie sur les rampes de bois ou de fibre de verre.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La rampe d’acier est droite.</li> </ul>			
<b>Boîte de saut et cheval-sautoir</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le coussinet et le recouvrement ne sont pas déchirés ou usés.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le rembourrage est suffisant pour absorber le choc.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les poteaux internes sont solides (cheval-sautoir).</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le mécanisme de réglage de la hauteur est en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Il n’y a pas de fissures ou d’éclats de bois.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Les écrous, les boulons et les vis sont bien serrés.</li> </ul>			
<b>Matelas (p. ex., gymnastique, lutte)</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le recouvrement n’est pas déchiré ou usé.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Le matelas de mousse est en bon état.</li> </ul>			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les attaches Velcro fonctionnent bien.</li> </ul>			
<b>SAUT EN HAUTEUR</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les poteaux, la base, les fixations et les montants sont en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le recouvrement du sautoir portatif n'est pas déchiré.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le matelas en mousse du sautoir portatif est en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les barres transversales en fibre de verre ne présentent pas de fissures ni d'éclats de bois.</li> </ul>			
<b>ANNEAUX</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a pas de fissures ou de courbures.</li> </ul>			
<b>MURS D'ESCALADE PERMANENTS</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tous les articles d'escalade (p. ex., les cordes, les baudriers, les mousquetons, les casques, les tyroliennes et les échelles) ont été inspectés.</li> </ul>			
<b>ÉQUIPEMENT DE PISCINE</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les articles de sauvetage aquatique sont en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les cordes des couloirs sont en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les gilets de sauvetage sont en bon état.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>planches dorsales;</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>La bouée de sauvetage est en bon état.</li> </ul>			

Élément	Respecte les règles de sécurité		Commentaires ou suivi requis
	Oui	Non	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les blocs de départ sont correctement installés.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a pas de fissures ou d'éclats de bois sur les dessus et les supports des bancs.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les boulons et les vis sont bien serrés.</li> </ul>			
<b>PLANCHE À ROULETTES CARRÉE</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les roulettes sont bien fixées.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les planches n'ont pas de fissures ou de rebords brisés.</li> </ul>			
<b>BALLE MOLLE</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Il n'y a pas de fissures sur les bâtons de bois et de métal.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les bâtons offrent une bonne prise non glissante.</li> </ul>			
<b>FILET DE VOLLEYBALL</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucun fil n'est exposé sur le dessus et il n'y a aucune effilochure le long des poteaux.</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Le filet ne présente ni trous ni déchirures.</li> </ul>			
<b>POTEAUX DE VOLLEYBALL</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Les crochets, les poulies et le cliquet sont en bon état.</li> </ul>			

# Références

- Brain Injury Association of Nova Scotia. 2020. *Brain Injury Association of Nova Scotia*. [www.braininjuryns.com](http://www.braininjuryns.com).
- Croix-Rouge canadienne. 2013. *Guide de poche de secourisme en milieu sauvage et éloigné de la Croix-Rouge canadienne*. Guelph (Ont.) : The StayWell Health Company Ltd.
- canfitpro. 2020. *canfitpro*. [www.canfitpro.com/french/](http://www.canfitpro.com/french/).
- CanLII. 2017. *Loi sur la protection et la promotion de la santé*, R.R.O. 1990, Règlement 568, Camps de loisirs. Institut canadien d'information juridique. [www.canlii.org/fr/on/legis/regl/rro-1990-regl-568/derniere/rro-1990-regl-568.html](http://www.canlii.org/fr/on/legis/regl/rro-1990-regl-568/derniere/rro-1990-regl-568.html).
- ACET. 2020. *CanTRA*. [www.cantra.ca](http://www.cantra.ca).
- Concussion Nova Scotia. 2020. *Concussion Nova Scotia*. <https://concussionns.com/>.
- Bateau-Dragon Canada. 2020. *Bateau-Dragon Canada*. [www.dragonboat.ca/fr/](http://www.dragonboat.ca/fr/).
- Ecology Action Centre. 2020. « Making Tracks ». *Ecology Action Centre*. <https://ecologyaction.ca/making-tracks>.
- Environnement Canada. 2020. « L'indice canadien de refroidissement éolien ». *Gouvernement du Canada*. [www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique/services/meteo-sante/indice-refroidissement-eolien-temps-froid/indice.html](http://www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique/services/meteo-sante/indice-refroidissement-eolien-temps-froid/indice.html).
- Go Sailing LTD. 2020. « Sail Canada (CYA) Learn to Cruise Standards » [aperçu : Standards as set out in the Sail Canada International Log Book]. Edmonton (Alb.) : Go Sailing. <http://gosailing.info/cya-learn-to-cruise-standards/>.
- Hunter, Andria. 2020. *The Women's Hockey Web*. [www.whockey.com](http://www.whockey.com).
- International Dragon Boat Federation. 2020. *IDBF*. [www.idbf.org](http://www.idbf.org).
- International Mountain Bicycling Association. 2020. *International Mountain Bicycling Association*. [www.imba.com](http://www.imba.com).
- Kin-Ball Canada. 2020. *Kin-Ball Canada*. [www.kin-ball.ca/fr/](http://www.kin-ball.ca/fr/).
- Lacrosse Nova Scotia. 2020. *Lacrosse Nova Scotia*. [www.lacrossens.ca](http://www.lacrossens.ca).
- Leave No Trace. 2020. *Leave No Trace*. [www.lnt.org](http://www.lnt.org).
- Société de sauvetage Canada. 2013. *Public Pool Safety Standards for Canadian Public Swimming Pools*. Ottawa (Ont.) : Société de sauvetage Canada. [www.lifesaving.org/public/download/documents/54128](http://www.lifesaving.org/public/download/documents/54128).
- Nouvelle-Écosse. 2020. « Lyme Disease ». *Communicable Disease Prevention and Control*. [www.novascotia.ca/dhw/CDPC/lyme.asp](http://www.novascotia.ca/dhw/CDPC/lyme.asp).
- Nouvelle-Écosse. 2019. Education Act. *Statutes of Nova Scotia*. <https://nslegislature.ca/sites/default/files/legc/statutes/education.pdf>.
- Nouvelle-Écosse. 2014. *Nova Scotia Operational Guidelines for Aquatic Facilities*. Halifax (N.-É.) : province de la Nouvelle-Écosse. <https://novascotia.ca/dhw/environmental/documents/aquatic-guidelines/Nova-Scotia-Operational-Aquatic-Guidelines.pdf>.

- Nouvelle-Écosse. 2017. Occupational Health and Safety Act. *Statutes of Nova Scotia*.  
<https://nslegislature.ca/sites/default/files/legc/statutes/occupational%20health%20and%20safety.pdf>.
- Nouvelle-Écosse. Ministère de l'Éducation et Développement de la petite enfance. 2014. *Lignes directrices pour le soutien aux élèves transgenres et non conformistes de genre*. Halifax (N.-É.) : province de la Nouvelle-Écosse.  
[www.studentservices.ednet.ns.ca/sites/default/files/Guidelines%20for%20Supporting%20Transgender%20Students\\_FR\\_0.pdf](http://www.studentservices.ednet.ns.ca/sites/default/files/Guidelines%20for%20Supporting%20Transgender%20Students_FR_0.pdf).
- Nova Scotia Equestrian Federation. 2020. *Nova Scotia Equestrian Federation*. [www.horsenovascotia.ca](http://www.horsenovascotia.ca).
- Nova Scotia Golf Association. 2020. *Nova Scotia Golf Association*. [www.nsga.ns.ca](http://www.nsga.ns.ca).
- Nova Scotia School Athletic Federation. 2020. *NSSAF*. [www.nssaf.ca](http://www.nssaf.ca).
- Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation. 2020. *OPHEA*. <https://securite.ophea.net/>.
- Parachute. 2020. *Parachute*. [www.parachutecanada.org/fr/](http://www.parachutecanada.org/fr/).
- Éducation physique et santé Canada. 2015. *Intégration en mouvement*. Ottawa (Ont.) : Éducation physique et santé Canada.  
[www.eps-canada.ca/?\\_ga=2.118919181.5214791.1607028811-2091268484.1607028811](http://www.eps-canada.ca/?_ga=2.118919181.5214791.1607028811-2091268484.1607028811).
- Rugby Canada. 2020. *Rookie Rugby*. <https://rookierugby.ca/fr/>.
- Transports Canada. 2020. « Bureau de la sécurité nautique ». *Gouvernement du Canada*. <https://tc.canada.ca/fr/transport-maritime/securite-maritime/bureau-securite-nautique>.
- Transports Canada. 2020. *Gouvernement du Canada*. [www.tc.gc.ca](http://www.tc.gc.ca).
- Triathlon Canada. 2020. *Triathlon Canada*. [www.triathloncanada.com/fr/](http://www.triathloncanada.com/fr/).