

CONTEXTE

Voici le premier document qui propose des lignes directrices sur la sécurité en éducation physique au Manitoba. Ces lignes directrices constituent une adaptation des lignes directrices établies dans le document intitulé *La sécurité en éducation physique – Lignes directrices de l'Ontario*, dont les droits ont été achetés de l'Association pour la santé et l'éducation physique de l'Ontario. Plusieurs organismes ont contribué à l'élaboration du présent document, notamment l'Association manitobaine des enseignants en éducation physique, Sport Manitoba, la Manitoba Physical Education Supervisors Association, Manitoba High Schools Athletic Association - l'association athlétique des écoles secondaires du Manitoba (MHSAA), l'Association des commissaires d'école du Manitoba et le Bureau de l'éducation française (Bef) du ministère de l'Éducation, Formation professionnelle et Jeunesse.

OBJECTIFS DES LIGNES DIRECTRICES PROVINCIALES SUR LA SÉCURITÉ DANS LES PROGRAMMES D'ÉDUCATION PHYSIQUE INTERSCOLAIRES

En matière de santé et de sécurité des élèves, la principale responsabilité incombe au conseil ou à la division scolaire et à son personnel. Pour l'essentiel, il s'agit de reconnaître un élément de risque dans toute activité physique et d'adopter des mesures appropriées. L'équipe de rédaction, des professeurs d'éducation physique et des entraîneurs sportifs ont donc cerné et analysé les risques raisonnablement prévisibles. Ensuite, on a élaboré des mesures à prendre pour réduire au minimum, dans la mesure du possible, les risques d'accidents ou de blessures. Mais, une ligne directrice, si convenablement rédigée et appliquée soit-elle, ne suffit pas à éliminer les risques. Pour le personnel enseignant, la sécurité en matière d'éducation physique est essentiellement une question de prudence, fondée sur des connaissances à jour, le bon sens, l'initiative et la prévoyance. Ces lignes directrices provinciales sur la sécurité attirent l'attention sur les pratiques sûres, afin de réduire au minimum l'élément de risque qui existe dans chaque activité sportive. L'entraîneur pourra éviter les risques prévisibles en mettant en pratique, dans la préparation, la planification et l'enseignement des programmes, des méthodes d'entraînement qui favorisent la sécurité (par exemple, une progression logique dans l'entraînement, vérification des installations et de l'équipement et surveillance adéquate des participants). Le présent document devrait donc aider les divisions scolaires à remplir l'obligation de fournir le cadre le plus sûr possible dans lequel tous les élèves peuvent pratiquer une activité physique interscolaire, sans égard à leurs capacités et limites physiques, mentales ou émotionnelles ou à leurs antécédents culturels.

PORTÉE DU PRÉSENT DOCUMENT

Ce document définit les lignes directrices minimales en matière de sécurité que doivent suivre les entraîneurs et les administrateurs scolaires pour les diverses activités sportives interscolaires. On entend par activités sportives interscolaires le programme de sport de compétition organisé par l'école qui :

- a lieu en dehors des heures d'enseignement habituelles;
- repose sur la participation d'un élève, d'un groupe ou d'une équipe ayant fait l'objet d'une sélection;
- implique une compétition contre d'autres élèves, groupes ou équipes de l'extérieur de l'école;
- s'adresse aux élèves du niveau secondaire

au niveau intermédiaire (7^e et 8^e années), met l'accent sur la détente et la participation. Aucun programme de compétition n'est recommandé pour les élèves de 5^e et 6^e années.

A) QUESTIONS GÉNÉRALES (À noter : les listes d'exemples fournis dans le présent document le sont à titre indicatif.)

Bon nombre de lignes directrices sur la sécurité s'appliquent à toutes les activités interscolaires. En voici quelques-unes :

1. Avant toute activité sportive, l'entraîneur doit être au courant des antécédents médicaux et des handicaps physiques des élèves qui souhaitent faire partie de l'équipe. On pense aux problèmes suivants : troubles cardiaques, asthme, épilepsie, diabète, allergies graves, etc. Chaque école doit préparer une procédure qui permet à l'entraîneur d'avoir accès aux renseignements médicaux en tout temps pendant les entraînements et les parties. On demandera, par exemple, aux parents, au tuteur ou au gardien de l'élève de remplir une fiche médicale (voir appendice A).
2. On doit pouvoir accéder facilement à une trousse de premiers soins complète gardée au gymnase. Une liste des articles d'urgence est présentée à l'appendice B. Lorsque les activités se déroulent à l'extérieur de l'établissement, il faut pouvoir accéder facilement à une trousse de premiers soins portative adéquate. Toutes les écoles doivent prévoir un plan d'urgence en cas d'accident pendant les activités interscolaires. Des renseignements détaillés à ce sujet figurent à l'appendice D.
3. Avant la première séance d'entraînement, l'entraîneur doit présenter aux parents et aux participants les risques inhérents à la pratique de l'activité. Les participants doivent signer la formule de participation à une activité interscolaire (voir l'appendice T).
4. L'école doit nommer un enseignant ou un administrateur responsable du programme d'activités sportives interscolaires, qui informera l'entraîneur des politiques de l'école ou de la division scolaire en matière d'entraînement et lui fournira tout document pertinent à cet égard.
5. Si un élève s'absente d'une séance d'entraînement ou d'une partie en raison de blessure ou de maladie nécessitant des soins médicaux [médecin, chiropraticien, physiothérapeute, etc.], le professionnel de la santé ou les parents ou le tuteur ou gardien de l'élève en question doit fournir à l'entraîneur une note dans laquelle il indique que l'élève a la permission de reprendre l'activité. On trouvera à l'appendice L un modèle de demande de reprise d'une activité sportive.
6. L'entraîneur doit indiquer aux élèves l'emplacement des alarmes-incendie, les sorties de secours ainsi que les voies d'accès secondaires pour sortir du gymnase.
7. Lorsque les activités ont lieu à l'extérieur de l'école, le transport des élèves peut engendrer différentes situations. L'entraîneur doit connaître et respecter les politiques divisionnaires en matière de transport d'une école à l'autre. [Véhicules de transport scolaire divisionnaire ou véhicules privés.] On doit informer les parents du moyen de transport utilisé et des responsabilités des élèves. Les moyens de communication et la fréquence des échanges avec les parents doivent être déterminés par la directrice ou le directeur de l'école. Si une activité est menée à l'extérieur du terrain de l'école (p. ex. : la course de fond), on doit envisager d'en informer les parents. **Pour connaître les exigences concernant l'autorisation des parents ou tuteurs, consulter les consignes particulières de la division scolaire sur les sorties éducatives.**
8. Si une activité ou un sport n'est pas dans le présent manuel, on doit suivre les lignes directrices établies pour une activité similaire par un organisme de réglementation ou une fédération sportive provinciale. Il s'agit alors de déterminer le degré de risque (élevé ou bas) de l'activité ou du sport en question (voir les critères énoncés à la page 177) et d'établir les procédures qui conviennent.

9. Si l'entraîneur souhaite intégrer des activités qui ne sont pas mentionnées dans ce document ni dans les lignes directrices de la division scolaire, ou si cette personne souhaite modifier les présentes lignes directrices, elle doit obtenir l'autorisation de la personne responsable de cette question à la division scolaire. Elle doit alors démontrer que toutes les précautions appropriées seront prises pour assurer la sécurité des élèves. Le directeur ou la directrice de l'école doit approuver le projet et obtenir l'approbation de la division scolaire.
10. Si certaines conditions augmentent ou sont susceptibles d'augmenter les risques de blessures, on doit adopter les mesures correctives nécessaires. De même, si un incident se produit, on doit adopter les mesures correctives nécessaires pour éviter que cela se reproduise.
11. On doit respecter les précautions d'usage courant (p. ex. : port de gants imperméables) lorsqu'il y a des blessures avec effusion de sang et d'autres fluides corporels (voir appendice C). L'entraîneur doit alors se conformer aux règles et aux politiques de la division scolaire et d'autres organismes (fédération sportive, Manitoba High Schools Athletic Association, etc.) à ce sujet.
12. Lorsque les activités se déroulent à l'extérieur, l'entraîneur tiendra également compte des conditions météorologiques, de l'entraînement préalable des élèves et la durée pendant laquelle les participants seront soumis à une activité physique vigoureuse (voir p. 188).
13. Au début de la saison, l'entraîneur doit informer les élèves des règles de conduite qu'ils ont à suivre (p. ex. : dans les vestiaires, pendant les sorties dans d'autres écoles, code de conduite de Manitoba High Schools Athletic Association, etc.).
14. Les spectateurs ne doivent pas gêner le déroulement sécuritaire de l'activité.
15. Les arbitres doivent bien connaître les règles de leur sport.
16. Les élèves devraient être encouragés à souscrire une assurance contre les accidents corporels. Les parents devraient vérifier si leur police d'assurance personnelle offre des garanties telles que le transport en ambulance, les soins dentaires et les soins oculaires.
17. Les activités interscolaires ont été regroupées selon le degré de risque qu'elles comportent (élevé ou faible). Les sports à risque élevé se caractérisent par les éléments suivants :
 - risque accru de blessures graves
 - type de surveillance requis
 - entraînement requis
 - contact : personne à personne et personne contre équipement
 - rapidité des mouvements
 - caractère particulier de l'équipement utilisé
 - équipement protecteur utilisé

| SPORTS À RISQUE ÉLEVÉ | SPORTS À RISQUE PEU ÉLEVÉ |
|---|---|
| <p>Athlétisme : lancer du javelot, lancer du poids, lancer du disque, saut en hauteur, saut à la perche</p> <p>Ballon balai</p> <p>Cyclisme</p> <p>Escrime</p> <p>Football</p> <p>Gymnastique</p> <p>Hockey sur gazon</p> <p>Hockey sur glace</p> <p>Lacrosse (en salle et sur terrain)</p> <p>Lutte</p> <p>Meneuse de claque avec acrobatie</p> <p>Nage synchronisée et sports nautiques</p> <p>Plongeon</p> <p>Poids et haltères</p> <p>Rugby</p> <p>Ski alpin, planche à neige</p> <p>Tir à l'arc</p> <p>Triathlon</p> <p>Water-polo</p> | <p>Activités de meneuses de claque (danse)</p> <p>Athlétisme : saut en longueur, triple saut</p> <p>Aviron</p> <p>Badminton</p> <p>Balle au mur</p> <p>Balle-molle (Soft-ball)</p> <p>Baseball</p> <p>Basketball</p> <p>Boulingrin</p> <p>Course d'orientation/course de fond</p> <p>Cricket</p> <p>Curling</p> <p>Football (flag-football, football-toucher)</p> <p>Golf</p> <p>Quilles</p> <p>Racquetball</p> <p>Ski de fond</p> <p>Soccer</p> <p>Squash</p> <p>Tennis</p> <p>Tennis de table</p> <p>Volleyball</p> |

Les exigences suivantes doivent être respectées dans le cas des sports à risque élevé :

- a) Il incombe à l'école où a lieu l'activité de veiller à ce que l'entraîneur et les participants aient accès à une trousse de premiers soins pendant tout le déroulement de l'activité, qu'il s'agisse d'une activité sportive ou d'une activité connexe comme les meneuses de claque avec acrobatie.
- b) Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins.
- c) Les arbitres doivent être agréés ou avoir de l'expérience en matière d'arbitrage sportif.
- d) L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes :
 - niveau 1 du PNCE dans le sport en question;
 - participation à un atelier sur son sport au cours des trois dernières années;
 - expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question.
- e) L'entraîneur doit tenir une fiche des présences et consigner par écrit tout plan d'entraînement en ce qui a trait à l'enseignement progressif des habiletés et aux risques inhérents à l'activité ou au sport (voir appendice N).

B) ÉLÉMENTS PARTICULIERS

Les lignes directrices concernant chaque activité sont énoncées par rapport aux éléments fondamentaux suivants :

| | |
|--------------------------------|---|
| Matériel | Règles et directives particulières |
| Vêtements et chaussures | Surveillance |
| Installations | |

Il est fortement recommandé de se conformer à toutes les lignes directrices énoncées dans les questions générales, les fiches d'activité et les annexes. Aucune activité y inclus les séances d'entraînement et les parties, ne devrait être entreprise si ces lignes directrices ne sont pas suivies.

MATÉRIEL

- a) Tout matériel défectueux doit être retiré ou mis au rebut dès que le défaut a été constaté. Si le matériel utilisé n'est pas décrit dans le document, on doit s'assurer que ce matériel ne présente pas de risques (p. ex. : qu'il ne comporte ni bords tranchants, ni fissures ni éclats de bois) et que la taille, le poids et la résistance du matériel sont appropriés.
- b) Les ballons doivent être gonflés à la pression recommandée.
- c) **Équipement personnel**
 - Les élèves autorisés à apporter leur propre matériel, comme les casques et bâtons de hockey, les raquettes, les bâtons de golf, etc., doivent s'assurer que ce matériel est en bon état et qu'il convient pour l'usage personnel.
 - Les élèves et les parents doivent connaître les précautions à prendre en ce qui a trait aux protège-dents et aux lunettes, notamment la nécessité de porter une courroie à lunettes et/ou des verres incassables pour certaines activités. Les protège-dents sont un moyen efficace de réduire le risque de dommages aux dents, de contusion et de coupures causées par les appareils orthodontiques.
 - Les parents, les tuteurs et les élèves doivent s'assurer que les pièces d'équipement exigées par les fédérations sportives et/ou les associations sportives locales, régionales ou provinciales (p. ex. : protège-gorge) sont conformes aux normes reconnues.
 - L'équipement fourni par l'école ou la division doit être conforme aux normes reconnues (p. ex. : casques de hockey ou de football homologués par la CSA) et bien s'ajuster à la taille de l'élève.
 - L'équipement personnel peut être réglé ou ajusté normalement mais non modifié. Toute modification (p. ex. : enlever une partie du protège-dents) qui diminue le degré de protection offerte par l'équipement annule la garantie de protection offerte par l'homologation.
 - On informera les élèves qu'ils ne doivent pas partager la même bouteille.
 - Il incombe aux élèves de signaler tout problème ou tout matériel défectueux à l'entraîneur.

d) **Équipement de l'école ou de la division**

- L'entraîneur doit vérifier l'équipement régulièrement afin de s'assurer qu'il est en bon état. Les élèves devraient être encouragés à signaler tout problème ou tout matériel défectueux à l'entraîneur.
- Un membre du personnel compétent ou une tierce partie (inspecteurs, comité de la santé et de la sécurité de la division, etc.) doit inspecter régulièrement les installations et le matériel important et doit préparer par écrit un rapport d'inspection. Les installations et le matériel doivent faire l'objet d'un entretien régulier.
- Avant toute séance d'entraînement ou partie, l'entraîneur fait un examen visuel du matériel ou de l'équipement et met de côté ou répare, le cas échéant, tout matériel défectueux.
- L'entraîneur doit s'assurer que tout matériel emprunté ou loué (p. ex. : tapis de lutte, appareil de gymnastique, casques de football) se conforme aux normes de sécurité reconnues et qu'il a fait l'objet d'une inspection de sécurité.

VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

- a) Les élèves doivent porter une tenue appropriée pour les activités interscolaires, notamment l'uniforme de l'équipe prescrit par les organismes locaux de réglementation et par la **MHSAA**. Les attaches utilisées pour retenir les cheveux longs ne doivent poser aucun risque de blessure.
- b) Le port de bijoux qui posent un risque est interdit. Les bijoux qui ne peuvent pas être enlevés, comme les bracelets d'alerte médicale, ou les bijoux à caractère religieux ou culturel qui posent un risque, doivent être retenus par un ruban adhésif. Les cheveux longs doivent être attachés afin de ne pas gêner la vue. Les lunettes doivent être bien attachées ou enlevées. Les exceptions à cette règle minimale sont énoncées dans les fiches d'activité. Les élèves et les parents doivent connaître les précautions à prendre en ce qui a trait aux lunettes, notamment la nécessité de porter une courroie à lunettes et/ou des verres incassables pour certaines activités (voir appendice A : Lettre aux parents ou au tuteur).

INSTALLATIONS

- a) Avant une activité, l'entraîneur doit inspecter les installations et le matériel qui seront utilisés, afin de s'assurer que le milieu est sûr pour mener cette activité. Cette inspection peut s'effectuer directement ou au moyen d'une liste de vérification (voir appendice F). On exige au minimum une inspection visuelle avant de commencer les activités. On doit identifier les risques et prendre des mesures pour les éliminer. Les objets susceptibles de présenter un risque, mais qui sont inamovibles (p. ex. : les poteaux des buts et les estrades) doivent être signalés aux élèves, aux entraîneurs et aux arbitres. On doit inspecter régulièrement tout le matériel pour vérifier s'il est en bon état. Le matériel mentionné dans ce document ne l'est que pour des raisons de sécurité. On devrait encourager les élèves à signaler tout problème touchant le matériel ou les installations à l'entraîneur, qui doit soumettre aux responsables de l'administration un rapport écrit à ce sujet.
- b) Une tierce partie reconnue doit inspecter régulièrement (p. ex. : chaque année) les installations et le matériel important et doit préparer par écrit un rapport d'inspection.
- c) Le matériel ou les meubles présentant un risque pendant le déroulement des activités doivent être placés à l'écart du périmètre du gymnase. Un nombre raisonnable de bancs et de tapis d'exercice posés contre les murs peuvent cependant faire exception à cette règle. Les objets protubérants (p. ex. : barres à traction, chevilles et crochets, thermostats, poignées de porte, fontaines, etc.) doivent être installés à une hauteur qui réduit les risques de blessure ou modifiées ou retirés au besoin.
- d) 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 poteau à l'avant du mur. On doit identifier les risques prévisibles et prendre les précautions nécessaires afin de les réduire au minimum. Les précautions à prendre à l'égard de l'utilisation d'installations situées à l'extérieur du gymnase (p. ex. : halls, couloirs, salles de classe, salles de spectacle, salles de musculation, salles de conditionnement physique) pour les entraînements sont énoncées à l'appendice E.
- e) Les terrains de jeu ne doivent pas comporter d'éléments tels que des trous, des débris de verre ou des pierres, qui pourraient poser des risques. Le terrain doit comporter suffisamment de gazon pour permettre l'adhérence et l'absorption des chocs (p. ex. : dans le cas du rugby sans contact). Les surfaces très irrégulières doivent être signalées à la direction de l'école et réparées avant le déroulement de l'activité. Les installations communautaires (piscines, arénas, etc.) doivent se conformer aux normes établies en matière de sécurité et ne comporter aucun élément qui pourrait poser des risques. On signalera à l'autorité compétente toute situation pouvant poser un risque.
- f) Les participants et l'entraîneur doivent avoir accès à un téléphone ou à tout autre moyen convenable de communication quel que soit l'endroit où ils se trouvent.
- g) Les spectateurs doivent se trouver dans un endroit sécuritaire réservé à leur intention.

RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES

- a) Les exercices doivent être proposés selon une progression appropriée.
- b) Avant d'enseigner une activité ou une habileté, l'entraîneur doit :
 - informer les participants des risques inhérents à celle-ci;
 - montrer comment minimiser les risques;
 - établir des règles et des procédures de sécurité.
- c) La condition physique des participants doit convenir au degré de compétition du sport ou de l'activité en question.
- d) Avant de commencer une activité de plein air exigeante, l'entraîneur doit prendre en considération les conditions météorologiques du moment, l'entraînement préalable et la durée de l'exercice (voir p. 188).
- e) On doit modifier les activités interscolaires afin de tenir compte de l'âge et des capacités des participants.

SURVEILLANCE

- a) La surveillance est la supervision nécessaire pour diriger ou orienter des activités. Les installations, le matériel et les activités comportent tous des risques intrinsèques. Plus la surveillance est efficace, plus leur utilisation est sûre.
- b) Définition d'entraîneur
L'entraîneur peut être toute personne nommée par la direction de l'école ou son représentant (voir appendice O). Tout entraîneur qui n'est pas un enseignant ou un administrateur employé par la division scolaire ou une personne détenteur d'un certificat d'enseignement approuvé par la direction de l'école (p. ex. : enseignant ou enseignante à la retraite, enseignant qui n'est pas sous contrat) doit :
 - remplir un formulaire de demande relatif aux entraîneurs de l'extérieur (voir appendice P);
 - avoir passé une entrevue et être accepté par la direction de l'école ou son représentant (voir appendice P);
 - connaître les politiques et procédures pertinentes de l'école ou de la division dont copie lui aura été remise par la direction ou son représentant.
- c) **Rôle du surveillant dans une école de la division scolaire**

Le directeur ou la directrice ou son représentant doit nommer un surveillant (enseignant ou administrateur) pour chaque entraîneur qui n'est pas un enseignant ou un administrateur employé par l'école. Ce surveillant assumera les responsabilités qui incombent à un enseignant selon la *Loi sur les écoles publiques* et les présentes lignes directrices (voir appendice R). L'aide fournie par le surveillant variera en fonction des compétences et de l'expérience de l'entraîneur et sera déterminée par le directeur ou la directrice ou son représentant. Le surveillant exercera au minimum une **surveillance générale** de toutes les séances d'entraînement, les parties et les compétitions. Le surveillant d'une séance dont l'entraîneur n'est pas enseignant doit être accessible et répondre à l'un des trois critères suivants :

- il est visible;
- il circule sur les lieux;
- il est accessible.

Lorsque la séance d'entraînement ou la compétition se déroule à l'intérieur de la division scolaire, on consultera la politique divisionnaire relative à la surveillance.

Rôle du surveillant à l'extérieur de la division scolaire

Lorsqu'une équipe se déplace à l'extérieur de la division scolaire, un surveillant de la même école ou de la même division doit l'accompagner (conformément à la politique divisionnaire en la matière). Le surveillant doit être accessible et répondre à l'un des critères suivants :

- il est visible;
- il circule sur les lieux;
- il est accessible;
- il exercera au minimum une **surveillance générale** de toutes les séances d'entraînement, les parties et les compétitions.

Rôle du surveillant lors de compétitions provinciales sanctionnées par la MHSAA

Lorsqu'une équipe se déplace à l'extérieur de la division scolaire pour participer à une compétition provinciale sanctionnée par la **MHSAA**, un surveillant de la même école doit l'accompagner. S'il s'agit de sports individuels, on pourra nommer un surveillant responsable des élèves de deux ou trois écoles, sous réserve de l'approbation de la **MHSAA**. Le surveillant doit accompagner l'équipe à toutes les parties et tournois. Il doit être accessible et répondre à l'un des critères suivants :

- il est visible;
- il circule sur les lieux;
- il exercera au minimum une **surveillance générale** de toutes les séances d'entraînement, les parties et les compétitions.

- d) S'agissant de sports à risque élevé, l'entraîneur doit posséder des qualifications précises (consulter les fiches relatives à chaque sport).
- e) Surveillance exercée par l'entraîneur

Une surveillance est exigée chaque fois que l'on utilise une installation. Cette ligne directrice prévoit trois types de surveillance : la surveillance visuelle constante, la surveillance sur place et la surveillance générale. Ces catégories sont basées sur les principes d'une surveillance qui est plus ou moins intense selon le niveau de risque de l'activité, les habiletés et la maturité des participantes et participants.

- f) Catégories de surveillance

La « **surveillance visuelle constante** » nécessite la présence physique de l'entraîneur, qui observe l'activité en question. On ne doit pas mener simultanément plusieurs activités exigeant une surveillance visuelle constante. La « **surveillance sur place** » exige la présence de l'entraîneur, mais pas nécessairement l'observation constante d'une activité particulière. Dans le cas d'une « **surveillance générale** », l'entraîneur doit être dans le gymnase pendant qu'une autre activité se déroule à proximité et répondre à l'un des critères suivants :

- il circule;

- les participants savent où il se trouve;
- il est visible.

Exemple : Pendant une séance d'athlétisme, certains élèves pratiquent le saut en hauteur, d'autres le passage du témoin sur la piste et d'autres la course de fond autour de l'école.

Surveillance visuelle constante – Saut en hauteur – L'entraîneur est présent et observe l'activité.

Surveillance sur place – Passage du témoin – Les élèves s'exercent sur la piste et l'entraîneur peut les voir.

Surveillance générale – Course de fond – Les élèves suivent un parcours précis dans le quartier avoisinant.

g) Surveillance – Points à considérer

- Les élèves faisant une sortie d'une nuit ou plus pour participer à une compétition doivent être accompagnés d'un adulte du même sexe.
- Les élèves doivent savoir qu'il est interdit d'utiliser le matériel ou le gymnase lorsque la surveillance appropriée ne peut être assurée. On doit prendre des mesures dissuasives, par exemple :
 - verrouiller les portes;
 - installer des pancartes aux portes pour indiquer que les élèves ne peuvent pas utiliser le gymnase sans surveillance;
 - affecter des employés ou employées dans un bureau d'éducation physique situé à proximité, pour surveiller les élèves qui entrent dans le gymnase sans autorisation.
- Le degré de surveillance doit être proportionnel aux risques inhérents au sport en question et à la maturité des participants.
- Définir, au début de l'année, des séries de tâches à exécuter, le comportement acceptable selon les règles de conduite et les responsabilités des élèves, et en faire un rappel en cours d'année. L'entraîneur est tenu, en tout temps, de sanctionner les élèves qui dérogent aux règles de sécurité ou qui montrent un comportement inacceptable (intimidation, harcèlement, violence). Pour des renseignements détaillés sur les règles de comportement, voir appendice Q.
- Les règles du sport doivent être enseignées et observées rigoureusement.
- Si une enseignante ou enseignant suppléant doit diriger une séance d'entraînement ou une partie, on veillera à respecter les exigences ci-dessous :
 - Le suppléant doit animer des activités correspondant à son expérience ou à ses compétences.
 - L'entraîneur ou l'administrateur ou son représentant doit fournir au suppléant la fiche pertinente des lignes directrices sur la sécurité.
 - Les restrictions ou les modifications s'appliquant aux élèves ayant des problèmes de santé ou des troubles de comportement doivent être expliquées.
- Lorsque plusieurs élèves participent à une activité interscolaire (p. ex. : équipe d'athlétisme), le rapport surveillant-élèves doit répondre aux exigences en matière de sécurité.
- Chaque école a la responsabilité de superviser les spectateurs qui assistent aux parties et compétitions qui se déroulent sur les lieux. Le nombre de superviseur doit alors répondre aux exigences en matière de sécurité.
- Les responsables et organisateurs d'activités sportives doivent se préoccuper des questions de sécurité.
- S'agissant de sports à risque élevé (p. ex. : athlétisme), le rapport surveillant-élèves doit répondre aux exigences en matière de sécurité.

COMPÉTENCES DE L'ENTRAÎNEUR

L'entraîneur responsable doit :

- a) étudier les lignes directrices locales relatives à son sport et assister à des ateliers et à des rencontres s'y rapportant;
- b) avoir réussi, pour le sport qu'il enseigne, le niveau 1 de théorie et technique du Programme national de certification des entraîneurs (PNCE) ou l'équivalent;
- c) avoir réussi un cours de premiers soins de base;
- d) posséder les qualifications requises pour faire de l'entraînement dans des sports à risque élevé (voir les fiches correspondantes).

Rôles et responsabilités de l'entraîneur

- a) L'entraîneur doit adopter avec les élèves un comportement professionnel qui insiste sur le respect, le franc-jeu (esprit sportif) et le perfectionnement.
- b) Il incombe à l'entraîneur de connaître les règles propres au sport et les habiletés requises pour le pratiquer en toute sécurité.
- c) L'entraîneur doit connaître :
 - la politique de gestion des risques et les procédures administratives relatives aux activités sportives interscolaires de la division;
 - les politiques divisionnaires en matière de transport;
 - les règlements relatifs aux compétitions et à la pratique du sport et les statuts constitutifs des organismes de régie sportive;
 - le manuel de l'Association athlétique des écoles secondaires du Manitoba (MHSAA).
- d) L'entraîneur demande aux parents ou au tuteur de remplir la formule de participation à une activité sportive interscolaire (appendice T) et de la lui retourner avant la première séance d'entraînement. L'entraîneur doit avoir accès à ces formules lors de TOUTES les séances d'entraînement et parties.
- e) Le niveau de compétition doit convenir aux habiletés, à la taille, à l'âge et à la condition physique des participants. L'intensité et la fréquence des exercices, des pratiques et des parties ne doit pas compromettre la santé et la sécurité des élèves (p. ex. : répétition excessive d'un mouvement de tête ou de frappe).
- f) Lorsqu'il y a interruption de la saison de compétition pendant plus de deux semaines, l'entraîneur doit prévoir un nombre suffisant de séances d'entraînement avant de reprendre les compétitions.
- g) L'entraîneur est tenu d'informer les participants et leurs parents de l'heure et du lieu des diverses activités.

- h) L'entraîneur définira, au début de l'année, le comportement acceptable selon les règles de conduite et les responsabilités des élèves à cet égard. Il demandera aux élèves de participer à la formulation des lignes directrices en matière de conduite, de discipline et de maîtrise de soi, afin de minimiser les risques et de promouvoir des pratiques sûres et axées sur le franc jeu. (Voir appendice Q, qui énonce les règles de conduite des athlètes prescrites par la **MHSAA**).
- i) Parties
- Les arbitres doivent être traités avec respect. Leurs décisions sont finales (on suivra la procédure établie pour contester une décision de l'arbitre).
 - Il incombe à l'entraîneur d'assurer le bon comportement de l'équipe et d'encourager les joueurs à respecter les règles de sécurité de leur sport.
 - Il incombe à l'entraîneur qui accompagne une équipe à l'extérieur de l'école ou de la division d'assurer le bon comportement des joueurs et des autres personnes qui accompagnent l'équipe, par exemple, le conducteur d'autobus bénévole.
 - L'entraîneur connaît tous les manuels pertinents d'entraînement et de règles de conduite (école, division, zone, et code de conduite des athlètes de la **MHSAA**).
- j) Surveillance
- Les participants font l'objet d'une surveillance constante à toutes les étapes de l'activité : exercice, échauffement, compétition, pauses. Si l'entraîneur ne peut assurer une telle surveillance, il doit interrompre l'activité.
 - Dans tous les sports, les élèves faisant une sortie d'une nuit ou plus pour participer à une compétition doivent être accompagnés d'un adulte du même sexe ayant reçu l'autorisation du directeur ou de la directrice. Cette personne doit être présente et accessible dans le lieu d'hébergement pour toute la durée du séjour.
 - L'entraîneur, qu'il soit à l'école ou qu'il accompagne les élèves à une compétition à l'extérieur de l'école ou de la division, s'assure que tous les élèves ont quitté les lieux avant de quitter les lieux lui-même.
- k) Pour ce qui est des sports à risque élevé, l'entraîneur doit tenir une fiche des présences et consigner par écrit tout plan d'entraînement en ce qui a trait à l'enseignement progressif des habiletés et aux risques inhérents à l'activité ou au sport (voir appendice N, Modèle de fiche de planification de l'entraîneur).
- l) Avant chaque séance d'entraînement ou partie, l'entraîneur fait une inspection visuelle des installations et du terrain de jeu afin de s'assurer qu'ils répondent aux lignes directrices en matière de sécurité. Dans le cas contraire, il interdira l'accès aux installations ou au terrain en question.

RÔLE ET RESPONSABILITÉS DES PARTICIPANTS

- a) Tous les participants sont tenus d'observer les règles de conduite établies. (Voir appendice Q).
- b) Tous les participants sont encouragés à signaler toute blessure à l'entraîneur.

SÉCURITÉ ET RESPONSABILITÉ CIVILE

La sécurité est un sujet important lorsqu'il est question de planifier et de mettre en œuvre un programme d'éducation physique et d'éducation à la santé. Et ce sont les divisions et districts scolaires qui sont principalement responsables de veiller à ce que l'on observe les règles de sécurité nécessaires pendant les activités liées à ce programme.

Les écoles doivent établir une marche à suivre et des règles sécuritaires, et les enseignants doivent connaître les pratiques souhaitables en matière de sécurité, qu'il s'agisse d'enseignement, d'apprentissage ou d'évaluation, et que les activités se déroulent en classe, dans un gymnase, dans une cour d'école ou ailleurs. Les enseignants qui sont responsables de faire bénéficier les élèves d'une vaste gamme d'expériences motrices présentant des difficultés, dans des contextes où les élèves sont physiquement actifs, doivent prévoir les dangers et réduire au minimum les risques inhérents à l'activité physique. Ils doivent posséder des compétences de spécialiste en activité physique. Dans le cas de certains programmes ou de certaines formes d'activité physique, comme les activités aquatiques et la réanimation cardio-respiratoire (RCR), il serait souhaitable qu'ils aient suivi une formation menant à l'obtention d'un certificat.

Règle générale, on attendra des enseignants qu'ils se comportent comme des parents prudents et diligents d'une famille nombreuse. Ils devront tenir compte du nombre d'élèves à surveiller, de leur âge, de leur maturité, de leurs habiletés, de leurs connaissances, de leurs tendances comportementales, de la nature de l'activité, du type d'équipement à utiliser et de l'emplacement de l'activité. Toutefois, les attentes à l'égard du personnel enseignant chargé d'une matière nécessitant des compétences de spécialiste pourront être encore plus élevées que les attentes à l'égard des autres enseignants. Par exemple, un professeur d'éducation physique devrait en savoir plus que le parent moyen sur les dangers propres à la gymnastique artistique. Ainsi, on attendra de lui qu'il se comporte en spécialiste de l'éducation physique possédant une formation et de l'expérience dans le domaine de la gymnastique artistique.

Les articles 86, 87 et 89 de la *Loi sur les écoles publiques* concernent les exemptions de responsabilité en éducation physique et limitent dans une certaine mesure la responsabilité civile des autorités et du personnel scolaires et les accusations de négligence qui peuvent être portées contre eux. Néanmoins, il est important que les divisions et districts scolaires comprennent bien qu'ils sont les premiers responsables de la sécurité pendant les activités d'éducation physique et d'éducation à la santé.

Dans plusieurs cas de procédures judiciaires résultant de blessures subies par des élèves pendant les cours d'éducation physique, les tribunaux canadiens appelés à se prononcer sur la négligence des enseignants concernés ont clairement indiqué que ceux-ci devraient dépasser la norme du parent prudent et diligent et faire plutôt preuve d'un degré de prudence et de diligence digne d'un « professionnel ».

Donc, les tribunaux ont conclu que, dans les cours d'éducation physique, les enseignants doivent se montrer plus diligents qu'un parent diligent de famille nombreuse, étant donné qu'un bon nombre d'activités ayant lieu pendant ces cours nécessitent, de la part de l'enseignant, les connaissances, la formation et l'expérience d'un spécialiste. Par exemple, lorsque les élèves pratiquent la gymnastique artistique en classe, l'enseignant et les autorités scolaires doivent agir comme des personnes diligentes et prudentes possédant les compétences spécialisées qu'exige l'enseignant de la gymnastique.

La Cour suprême du Canada a établi quatre critères permettant de déterminer si les autorités scolaires et les enseignants font preuve d'un degré de diligence suffisant dans le contexte de l'éducation physique :

- 1) L'activité pratiquée convient-elle à l'âge ainsi qu'à la condition mentale et physique des élèves?
- 2) Les élèves ont-ils suivi un enseignement progressif pour les amener à pratiquer l'activité comme il le faut, en évitant les dangers inhérents à celle-ci?
- 3) L'équipement est-il adéquat et disposé convenablement?
- 4) L'activité fait-elle l'objet d'une supervision adéquate, compte tenu des dangers qu'elle comporte?

ENVIRONNEMENT – Conditions météorologiques au PRINTEMPS, en ÉTÉ et en AUTOMNE

- **Orage électrique**

Observer, écouter et prévoir : Observez le ciel. Écoutez les prévisions météorologiques. Élaborez un plan d'urgence (surtout en cas d'alerte météorologique).

Faire attention : S'il s'écoule moins de 30 secondes entre le moment où vous voyez l'éclair et celui où vous entendez le tonnerre, l'orage se trouve à moins de 10 kilomètres de l'endroit où vous vous trouvez. Les probabilités que la foudre tombe dans le secteur en question sont alors de 80 %. Faites preuve de prudence si vous remarquez que le ciel s'assombrit, que le vent commence à souffler en rafales et si les médias diffusent des alertes météorologiques.

Agir : Abritez-vous dans un immeuble ou un bâtiment. Éloignez-vous des fenêtres, des tuyaux en métal et des prises électriques. Montez dans un véhicule, mais évitez tout contact avec le métal. Si vous êtes à l'extérieur, loin d'un abri sûr, écartez-vous des objets élevés tels les clôtures, les fils, les poteaux et les arbres. Évitez de circuler à bicyclette, de rester dans l'eau ou dans une embarcation, de participer à des activités extérieures ou d'avoir à la main des objets conducteurs d'électricité (canne à pêche, parapluie, bâton de golf, etc.).

Attendre et observer : Attendez environ 30 minutes après le dernier coup de tonnerre, pour reprendre vos activités extérieures. Observez s'il y a des branches d'arbres cassées et des fils électriques rompus et si la forte pluie a causé des inondations.

- **Chaleur et indice UV**

Observer, écouter et prévoir : Écoutez les prévisions météorologiques et informez-vous de l'indice UV (l'indice UV inférieur à 4,0 est faible; l'indice UV qui se situe entre 4,0 et 6,9 est modéré; l'indice UV qui se situe entre 7,0 et 9,8 est élevé).

Faire attention : Soyez particulièrement prudent s'il fait plus de 30 °C.

Agir : Portez un chapeau, appliquez de la crème solaire et buvez beaucoup de liquide pour éviter la déshydratation. Diminuez l'intensité de vos activités à l'extérieur ou rentrez à l'intérieur.

Observer : Surveillez l'apparition de coups de soleil et des symptômes du coup de chaleur et de l'épuisement. Soyez prêt à donner les premiers soins.

- **Conditions du terrain à l'extérieur**

Observer, écouter et prévoir : Le terrain et ses abords ne doivent pas comporter de débris ni d'obstacles et être situé à une bonne distance des zones de circulation dense. La surface doit fournir une bonne adhérence.

Faire attention : L'accès à certaines aires est interdit aux élèves et ces aires doivent être clairement délimitées.

Agir : Les surfaces très irrégulières et les objets qui sont susceptibles de poser un risque ou qui ont besoin d'être réparés ou enlevés doivent être signalés à la directrice ou au directeur de l'école.

Attendre et observer : Reprendre les activités lorsque toutes les réparations sont terminées ou que les facteurs posant un risque ont été éliminés.

- **Insectes**

Observer, écouter et prévoir : Remarquez s'il y a un nombre excessif d'insectes.

Porter attention : Certains élèves présentent une allergie aux insectes.

Agir : Veillez à ce que les élèves allergiques aient sous la main les médicaments nécessaires (p. ex. : EpiPen).

ENVIRONNEMENT – Conditions météorologiques en HIVER

- **Température et facteur de refroidissement éolien**

Température de 4 °C à -12 °C et facteur de refroidissement éolien de 700 : très confortable.

Température de -12 °C à -20 °C et facteur de refroidissement éolien de 1 200 : confortable s'il fait soleil et si l'on porte des vêtements secs isolants.

Température de -20 °C à -25 °C et facteur de refroidissement éolien de 1 400 : il importe de rester actif et de porter les vêtements adaptés aux activités hivernales.

Température de -25 °C à -40 °C et facteur de refroidissement éolien de 1 600 : s'en tenir à de courtes périodes d'activités en plein air et prévoir des périodes de réchauffement.

À noter : Évitez l'exposition prolongée au froid et surveillez l'apparition de symptômes de gelures. Soyez prêt à donner les premiers soins.

- **Conditions du terrain à l'extérieur**

Observer, écouter et prévoir : Le terrain et ses abords ne doivent pas comporter de débris ni d'obstacles ni de trous. Ils doivent être situés à une bonne distance des zones de circulation dense. La surface doit fournir une bonne adhérence. Choisir un terrain ensoleillé et tenir compte du vent, de la neige et du fait que le terrain convient aux activités.

Faire attention : L'accès à certaines aires est interdit aux élèves. Ces aires doivent être clairement délimitées. Vérifier les aires glacées à un point tel que le manque d'adhérence met en jeu la sécurité des élèves.

Agir : Les surfaces très irrégulières et les objets qui sont susceptibles de poser un risque ou qui ont besoin d'être réparés ou enlevés doivent être signalés à la directrice ou au directeur de l'école.

Attendre et observer : Reprendre les activités lorsque toutes les réparations sont terminées ou que les facteurs posant un risque ont été éliminés.

ACTIVITÉS DE MENEUSES DE CLAQUES (ACROBATIE)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|--|--|--|
| Trousse de premiers soins et téléphone accessibles. | Tenue appropriée (tee-shirt, débardeur, short). Les filles peuvent porter l'uniforme traditionnel des meneuses de claques. | Toutes les surfaces (planchers de bois ou ayant une surface caoutchoutée, moquette, gazon) doivent être sèches, à niveau et sans débris. | Enseigner d'abord les techniques de sécurité et de surveillance par les pairs. | Surveillance visuelle constante lorsque les élèves apprennent des mouvements difficiles. |
| Tapis d'exercice destinés à la gymnastique, à la lutte ou tapis repliables avec bord en Velcro. | Pas de haut ou de pantalon amples. | Bien immobiliser les tapis. | Les élèves au sommet et à la base de la pyramide doivent connaître les responsabilités propres à chacun. | Par la suite, surveillance sur place. |
| Les tapis doivent offrir une bonne adhérence et être fixés de manière à ne pas bouger. | Pas de vêtements en lycra ou en nylon glissant. Pas de chapeaux, bijoux ou lunettes de soleil. | Les obstacles pouvant se trouver à hauteur de la tête doivent être enlevés ou relevés (paniers de basketball). | Suivre une progression logique dans l'enseignement des habiletés, de la plus simple à la plus complexe. S'assurer que l'élève maîtrise les mouvements de base avant de passer à des habiletés plus complexes. | L'entraîneur effectue une surveillance active et aide les participants à maintenir leur équilibre, le cas échéant, jusqu'à ce que les participants aient maîtrisé les mouvements. |
| Les raccords en Velcro doivent être toujours propres afin d'offrir une bonne adhérence. | Les cheveux longs doivent être attachés. | | L'entraînement devrait comporter des exercices de musculation et de conditionnement physique. | Ce rôle de surveillance active doit être aussi montré à tous les participants. |
| Visser les poignées des mégaphones et limer les bords tranchants. | Souliers maintenant bien le pied et lacés complètement en tout temps. | | Pas d'acrobaties ni culbutes sur une scène d'école. | L'entraîneur devrait être présent et surveiller les participants en tout temps et à toutes les activités. |
| | Activités extérieures : les chandails molletonnés ou les blousons doivent être bien ajustés. | | Se conformer à toutes les règles de sécurité. | Les activités doivent prendre place dans un endroit sans danger, par exemple, loin de joueurs pendant une partie de football. |
| | | | En cas de mauvais temps : <ul style="list-style-type: none"> réduire le nombre d'acrobaties et de pyramides; cesser les lancers dans les airs et les levés ou augmenter le nombre de pairs surveillants; | L'entraîneur doit se tenir au courant des nouvelles techniques, des règles et des questions relatives à la sécurité (communication avec les fédérations appropriées, occasions de formation continue). |

ACTIVITÉS DE MENEUSES DE CLAQUES (ACROBATIE)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|---|---------------|--|--|
| <i>(suite)</i> | Pas de gants ni mitaines durant les portés et les pyramides, sauf s'il s'agit de gants ou de mitaines dont la paume est adhésive. | | <ul style="list-style-type: none"> • aucun levé; • aucun levé en extension; • pas de culbute. | <p>Si les activités comportent des mouvements de gymnastique, les exercices d'équilibre renversé, les roues et les mouvements aériens nécessitent une surveillance active de la part de l'entraîneur.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • participation à un atelier au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur. <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

ACTIVITÉS DE MENEUSES DE CLAQUES (DANSES)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|---|---|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Pompons en bon état.</p> <p>Vérifier l'état du matériel électrique et retenir les fils au sol ou près des murs avec du ruban adhésif.</p> | <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Chaussures offrant un bon maintien.</p> | <p>À l'intérieur et à l'extérieur, les surfaces doivent offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les participants doivent avoir suffisamment d'espace pour exécuter leurs mouvements.</p> | <p>Suivre une progression appropriée dans l'enseignement des danses et des numéros.</p> <p>L'exécution des danses et des numéros ne devrait pas déranger une autre activité.</p> <p>Ramasser immédiatement tout filament de plastique qui tombe d'un pompon.</p> <p>Insister sur l'importance d'une bonne posture afin de prévenir les blessures.</p> | <p>Surveillance visuelle constante lorsque les élèves apprennent les danses et les numéros. Par la suite, surveillance sur place.</p> |

ATHLÉTISME HAIES

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|--|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Vérifier l'état des haies, afin qu'elles ne comportent pas de fissures ni d'éclats.</p> <p>Modifier la hauteur des haies selon l'âge, la taille et l'habileté des élèves.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>Aire d'activité appropriée offrant une surface plane dégagée.</p> | <p>Expliquer aux élèves comment monter le matériel de façon appropriée, afin que les haies tombent dès que le coureur fait une chute ou les touchent.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> | <p>Surveillance visuelle constante durant la période d'initiation.</p> <p>Après la période d'initiation et le rappel de toutes les consignes de sécurité, une surveillance sur place suffit.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

ATHLÉTISME
LANCER DU DISQUE

(Le LANCER DU DISQUE n'est pas une activité recommandée au niveau intermédiaire.)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|--|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Taille des disques en bois/métal et en caoutchouc adaptée à l'âge, au sexe et aux capacités physiques des élèves.</p> <p>Inspecter régulièrement les disques afin de s'assurer qu'ils ne comportent pas de fissures ni d'éclats.</p> <p>Serviette ou chiffon pour essuyer le disque.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes</p> | <p>L'aire de lancer ne doit pas comporter d'obstacles et son accès doit être absolument interdit. (Aucune autre activité ne doit se tenir sur le site du lancer du disque.)</p> <p>Délimiter clairement la zone de chute, où ne doit circuler personne pendant l'activité.</p> <p>L'aire ou le cercle de lancer doit offrir une bonne adhérence.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée. (p. ex. : de la position debout à la technique de rotation du corps.)</p> <p>Seuls les lanceurs peuvent être munis d'un disque.</p> <p>Donner aux élèves des consignes de sécurité sur le lancer et la récupération des disques.</p> <p>Avant de donner les cours théoriques et pratiques, enseigner les consignes de sécurité.</p> <p>Les élèves doivent attendre leur tour dans une zone délimitée, en retrait d'au moins 5 m du lanceur.</p> | <p>Surveillance visuelle constante.</p> <p>Après la période d'initiation et le rappel de toutes les consignes de sécurité, une surveillance sur place suffit.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en athlétisme et particulièrement dans la technique des lancers; • participation à un atelier sur le lancer du disque au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le lancer du disque. <p>Élaborer un plan d'urgence. (voir appendice D.)</p> |

ATHLÉTISME LANCER DU JAVELOT

Le LANCER DU JAVELOT n'est pas une activité recommandée au niveau intermédiaire. (Utiliser plutôt une balle.)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|--|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Taille des javelots adaptée à l'âge, au sexe et aux capacités physiques des élèves.</p> <p>Inspecter régulièrement les javelots afin de s'assurer qu'ils ne comportent pas de fissures, de courbes ni d'éclats.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>L'aire de lancer ne doit pas comporter d'obstacles et son accès doit être absolument interdit. (Aucune autre activité ne doit se tenir sur le site du lancer du javelot.)</p> <p>Délimiter clairement la zone de chute, où ne doit circuler personne pendant l'activité.</p> <p>L'aire de course doit offrir une bonne adhérence.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Prendre les précautions qui s'imposent pour le transport des javelots, du lieu de rangement à l'aire d'entraînement ou de compétition. Ne pas transporter le javelot sur l'épaule. Orienter la pointe du javelot vers le bas.</p> <p>S'il n'y a pas d'écran de protection, les élèves doivent attendre leur tour dans une zone délimitée, en retrait d'au moins 5 m du lanceur.</p> <p>Donner aux élèves des consignes de sécurité sur le lancer et la récupération des javelots.</p> <p>Avant de donner les cours théoriques et pratiques, enseigner les consignes de sécurité.</p> <p>N'offrir cette activité que si toutes les précautions ont été prises pour assurer la sécurité de tous les élèves.</p> <p>La prudence est de mise lorsque le vent souffle latéralement.</p> | <p>Surveillance visuelle constante.</p> <p>Après la période d'initiation et le rappel de toutes les consignes de sécurité, une surveillance sur place suffit.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en athlétisme et particulièrement dans la technique des lancers; • participation à un atelier sur son sport au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Élaborer un plan d'urgence (voir appendice D).</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

ATHLÉTISME

LANCER DU POIDS

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|---|--|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>À l'intérieur, n'utiliser que des poids spécialement conçus pour le lancer en salle.</p> <p>Les poids utilisés doivent être d'une taille et d'un poids conformes à l'âge et à la force des élèves.</p> <p>Serviette ou chiffon pour essuyer les poids.</p> <p>Niveau intermédiaire : Il est possible d'utiliser des balles molles durant les séances d'entraînement.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>L'aire de lancer doit offrir une bonne adhérence.</p> <p>Délimiter clairement la zone de chute, où personne ne doit circuler pendant l'activité.</p> | <p>Préciser dans quelle direction les élèves effectueront leurs lancers et veiller à ce que personne ne circule dans la zone de chute.</p> <p>Donner aux élèves des consignes de sécurité quant au lancer et à la récupération des poids.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Veiller au transport sécuritaire des poids, avant, pendant et après l'activité.</p> <p>Les élèves doivent attendre leur tour dans une zone délimitée, en retrait d'au moins 5 m de la ligne des lancers.</p> | <p>Surveillance visuelle constante pendant la période d'initiation.</p> <p>Après la période d'initiation et l'enseignement de toutes les consignes de sécurité, une surveillance sur place suffit.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en athlétisme et particulièrement dans la technique des lancers; • participation à un atelier sur son sport au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Élaborer un plan d'urgence (voir appendice D).</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

ATHLÉTISME SAUT À LA PERCHE

Le SAUT À LA PERCHE n'est pas une activité recommandée au niveau intermédiaire.

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|--|--|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>La perche doit être conforme aux critères de la Fédération internationale d'athlétisme.</p> <p>La fosse de réception doit être conforme aux critères de la Fédération internationale d'athlétisme.</p> <p>Le poids de la perche doit être approprié à l'âge, à la taille et au niveau d'habileté de l'élève. [Les perches de bambou doivent être entièrement recouvertes de ruban adhésif.]</p> <p>Les poteaux doivent être fixés solidement à la verticale.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les souliers à crampons de 5 mm sont permis.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>La fosse de chute doit être solide et ne pas comporter de fissures ni d'éclats.</p> <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, la zone d'élan doit être dégagée, lisse, sèche et être située à l'écart des zones de circulation.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> | <p>Surveillance visuelle constante durant la période d'initiation.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en athlétisme et particulièrement dans la technique des sauts; • participation à un atelier sur les lancers au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur. <p>Élaborer un plan d'urgence (voir appendice D).</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

ATHLÉTISME

SAUT À LA PERCHE

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|-------------------------|---------------|------------------------------------|--------------|
| <p>(suite)</p> <p>La barre transversale peut être remplacée par un élastique ou une corde à poids.</p> <p>Inspecter régulièrement les perches afin de s'assurer qu'elles ne comportent pas de fissures ni d'éclats.</p> | | | | |

ATHLÉTISME SAUT EN HAUTEUR

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|--|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Placer des tapis d'usage général autour et en dessous de la fosse de saut. Les dimensions de la zone de réception doivent être appropriées à l'âge, à la taille et au niveau d'habileté des élèves. Les dimensions minimales du tapis de réception des élèves qui se servent de la technique du rouleau dorsal doivent être de 1,5 m sur 3 m sur 50 cm.</p> <p>Inspecter régulièrement les poteaux de bambou ou de fibre de verre, afin de s'assurer qu'ils ne comportent pas de fissures ni d'éclats.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Ne pas pratiquer le saut en hauteur pieds nus ou en chaussettes.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> | <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, la zone d'élan doit être dégagée, lisse, sèche et sans circulation.</p> <p>Vérifier régulièrement l'état des fosses. Les fosses placées côte à côte doivent être de la même épaisseur et offrir le même degré d'absorption des chocs. Les deux tapis doivent être bien attachés et retenus ensemble.</p> <p>À l'intérieur, s'assurer que le plancher présente les caractéristiques antidérapantes voulues.</p> | <p>Le cas échéant, les élèves chargés de surveiller la barre doivent en tout temps se tenir devant les poteaux, légèrement en retrait.</p> <p>Insister sur l'apprentissage progressif et la technique plutôt que sur l'aspect compétitif.</p> <p>Veiller à ce que les matelas et les tapis munis de bandes Velcro soient bien en place et ne glissent pas à la réception.</p> <p>Niveau intermédiaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si les élèves utilisent la technique de Fosbury (flop), les encourager à prendre leur élan le plus près possible de la barre. • imposer une course d'élan courte et maîtrisée, c'est-à-dire de trois à neuf enjambées. | <p>Surveillance visuelle constante durant la période d'initiation.</p> <p>Après la période d'initiation et le rappel de toutes les consignes de sécurité, une surveillance sur place suffit.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en athlétisme et particulièrement dans la technique des sauts; • participation à un atelier sur son sport au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Élaborer un plan d'urgence (appendice D).</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers</p> |

ATHLÉTISME

SAUT EN HAUTEUR

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|---------------|------------------------------------|--------------|
| <p><i>(suite)</i></p> <p>Les poteaux de bambou doivent être recouverts de ruban adhésif. La barre transversale peut être remplacée par un élastique ou une corde à poids.</p> <p>Niveau intermédiaire : Placer des tapis à bandes Velcro de 5.1 cm (2 po) d'épaisseur autour et en dessous de la fosse de saut et faire en sorte qu'ils ne se chevauchent pas et ne laissent aucun espace entre eux.</p> | <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> <p>soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> | | | |

ATHLÉTISME
SPRINTS, 400 m, 800 m, 1 500 m, 3 000 m, RELAIS

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|---|---|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Témoins de plastique ou d'aluminium.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Cette activité ne peut se pratiquer pieds nus.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Niveau intermédiaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chaussures à pointes et à crampons interdites. | <p>À l'extérieur, délimiter clairement les zones réservées à la course, qui doivent être à l'écart du lieu d'autres activités, ne pas présenter de dangers et offrir une bonne adhérence.</p> <p>Inspecter chaque année les pistes d'athlétisme et en faire l'entretien nécessaire.</p> <p>On peut utiliser les allées asphaltées et les terrains gazonnés à condition que la surface soit adéquate, lisse, dégagée et plane et que l'adhérence y soit bonne.</p> <p>Prévoir un espace libre à l'extrémité de la piste.</p> | <p>Enseigner les habiletés relatives à la course à pied en suivant les principes de l'apprentissage progressif.</p> <p>En fond et demi-fond, modifier la longueur des épreuves selon l'âge et l'habileté des élèves. Tenir compte des facteurs suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • le temps qu'il fait; • le degré d'entraînement des élèves et la durée des préparatifs. <p>Si on pratique la course à pied à l'intérieur, respecter les consignes suivantes quant à l'utilisation des couloirs : ne pas faire courir les élèves dans les couloirs où il y a des portes en verre ou des vitrines; placer une barrière de sécurité devant chaque porte; placer des poteaux indicateurs aux points d'arrêt et délimiter une zone de ralentissement d'une longueur d'au moins 10 m; fixer solidement contre le mur, en position ouverte, les portes de classe qui s'ouvrent vers l'extérieur.</p> | <p>Surveillance générale.</p> <p>Sur ces distances, les élèves peuvent parfois être hors de vue. Les faire courir en paires ou en groupes.</p> <p>Niveau intermédiaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demi-fond (400 m, 800 m et 1 500 m) : Surveillance générale. • Sprints et relais : surveillance sur place. <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

ATHLÉTISME

SPRINTS, 400 m, 800 m, 1 500 m, 3 000 m, RELAIS

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|--|---------------|--|--------------|
| <p>(suite)</p> | <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | | <ul style="list-style-type: none"> • Niveau intermédiaire : Faire remplir le formulaire d'autorisation par les parents si l'activité prévue se déroule à l'extérieur de l'école. <p>Si on pratique la course à pied à l'intérieur, respecter les consignes suivantes quant à l'utilisation des couloirs :</p> <ul style="list-style-type: none"> • fixer solidement contre le mur, en position ouverte, les portes de classe qui s'ouvrent vers l'extérieur; • les obstacles protubérants doivent être indiqués clairement; • informer les élèves et le personnel de l'école de la tenue de l'activité; • fixer solidement contre le mur, en position ouverte, les portes à deux battants; • placer des surveillants dans tous les coins. • les surfaces doivent être sèches et offrir une bonne adhérence. <p>Niveau intermédiaire : Prévoir une période d'échauffement et de récupération pendant les entraînements et les compétitions.</p> | |

ATHLÉTISME TRIPLE SAUT, SAUT EN LONGUEUR

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|---|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Fosse de sable et piste d'élan au niveau.</p> <p>Râteau, pelle ou bêche.</p> <p>Garder les râteaux, pelles et bêches à distance de la fosse et de la piste d'élan lorsqu'on ne les utilise pas.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Chaussures à crampons ou à pointes : la longueur des pointes convenant à la surface de la piste d'élan.</p> <p>Cette activité ne peut se pratiquer pieds nus.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> | <p>La fosse de réception doit être située à l'écart des zones de circulation et des lieux d'autres activités tels les losanges de jeux de balle.</p> <p>La fosse de réception doit avoir une largeur minimale de 1,8 m et être assez longue pour accueillir le meilleur sauteur. La planche d'appel doit être fixée à une distance d'au moins 0,50 m du bord de la fosse.</p> <p>La zone de réception doit être molle, profonde et ne doit contenir aucun corps étrangers.</p> <p>La fosse doit être remplie d'une couche de sable d'une profondeur minimale de 30 cm (conformément aux</p> | <p>Ne pas faire sauter les élèves sur un aire d'appel glissant ou détrempe.</p> <p>Suivre une progression logique dans l'enseignement des habiletés.</p> <p>Établir une procédure de saut, par exemple, enlever un cône de la planche d'appel comme signal de départ pour le sauteur.</p> <p>Former les élèves à qui on confie le rôle de râtelier. Leur inculquer les règles suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • enlever le râtelier de la fosse avant la course d'élan du sauteur suivant; • passer le râtelier dès que le sauteur sort de la fosse; • avec le râtelier, repousser le sable vers le centre de la fosse (et non pas vers les côtés); • demander aux spectateurs et aux participants de se tenir loin de la fosse et de la piste d'élan. <p>Niveau intermédiaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enseigner la technique selon une progression (élan comportant d'abord cinq petites enjambées, puis | <p>Surveillance visuelle constante lors des premières leçons.</p> <p>Par la suite, surveillance sur place.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

ATHLÉTISME

TRIPLE SAUT, SAUT EN LONGUEUR

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|--|---|---|--------------|
| <i>(suite)</i> | <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>normes de la Fédération internationale d'athlétisme).</p> <p>Retourner le sable de la fosse au moins une fois par année, ainsi qu'après une pluie abondante.</p> <p>Le revêtement de la piste d'élan doit être ferme et plat; s'il est asphalté, le balayer régulièrement.</p> | <p>augmenter le nombre de celles-ci pour atteindre de 15 à 17 enjambées).</p> | |

BADMINTON

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|--|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Inspecter les raquettes régulièrement afin de s'assurer qu'elles ne sont pas cassées et qu'elles offrent une bonne prise.</p> <p>Lunettes de protection prescrites par la MHSAA.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>L'aire de jeu ne doit pas comporter de débris ni d'obstacles et doit offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les lignes délimitant les courts doivent être clairement visibles.</p> <p>Si les courts sont contigus, établir des consignes de sécurité.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Enseigner et faire respecter les règles de bonne conduite sur un court (p. ex. : ne pas entrer dans un court occupé).</p> <p>Lors des cours et des matchs, chaque joueur doit avoir suffisamment d'espace pour ne pas interrompre son élan.</p> <p>Les joueurs doivent cesser de jouer dès qu'un objet quelconque tombe sur le court.</p> <p>Informer les élèves des avantages du port des lunettes de protection.</p> <p>Dans un jeu en double, le joueur d'avant ne devrait pas se retourner vers son partenaire.</p> | <p>Surveillance sur place au moment de l'exposé initial et surveillance générale par la suite.</p> <p>Surveillance sur place pendant l'installation de l'équipement.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

BALLE MOLLE/ SOFTBALL ET FASTBALL

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|---|--|---|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Les bâtons ne doivent pas comporter de fissures et doivent offrir une bonne prise. Les joueurs doivent tous porter un gant.</p> <p>Coussin de sécurité au premier but.</p> <p>Les joueurs doivent porter un casque réglementaire portant l'homologation de la CSA.</p> <p>Les casques doivent avoir un rabat des deux côtés.</p> <p>Les receveurs doivent porter l'équipement approprié. Les receveurs à l'entraînement doivent porter un masque.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements. Les chaussures à crampons de métal sont interdites.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>Le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles. La surface de jeu doit offrir une bonne adhérence.</p> <p>Vérifier le bon état du grillage pare-balle avant la partie.</p> <p>Les portes d'accès doivent demeurer fermées durant les entraînements et les parties.</p> <p>L'abri des joueurs doit être muni d'un écran de protection.</p> <p>Reporter la partie si, de l'avis de l'arbitre et des deux entraîneurs, l'état du terrain peut poser des risques pour la sécurité.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée. Les jeux doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Les joueurs doivent apprendre à déposer ou à laisser tomber le bâton après avoir frappé la balle, et non à le lâcher au milieu du dégagé. Afin d'éviter les risques liés aux bâtons mal maîtrisés, les joueurs non-actifs doivent se tenir bien à l'écart du rectangle du frappeur ou derrière un grillage ou une clôture. (Ne pas passer les doigts à travers le grillage.)</p> <p>Bien enseigner les techniques de glissade afin de réduire les risques de blessures. Pas de glissade vers le but tête la première, sauf s'il s'agit de retourner au but.</p> <p>Effectuer des exercices d'échauffement afin d'accroître la flexibilité et la capacité cardiovasculaire.</p> <p>Les lancers d'exercice doivent se faire à l'écart de l'aire du jeu.</p> <p>Niveau intermédiaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Interdire les glissades. • Le receveur doit être à bonne distance derrière le marbre et | <p>Surveillance sur place. Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

BALLE MOLLE/SOFTBALL ET FASTBALL

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|-------------------------|---------------|---|--------------|
| <p>(suite)</p> <p>L'équipement doit être gardé à l'écart de l'aire de jeu.</p> <p>Niveau intermédiaire:</p> <ul style="list-style-type: none"> N'utiliser que des balles destinées à la balle lente ou encore des balles à faible portée. Utiliser des balles de 11 po prévues pour le jeu à l'intérieur du type Softie ou Incrediball. | | | <ul style="list-style-type: none"> porter un masque protecteur. Le rôle du receveur n'est pas de recevoir les lancers, mais bien de récupérer la balle. <p>Enseigner aux frappeurs la bonne façon de tenir le bâton (ils ne doivent pas croiser les mains).</p> | |

BALLON-BALAI (SUR TERRAIN ET SUR GLACE)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|--|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Bâtons de ballon balai réglementaires.</p> <p>Ballon « Nerf », ballon d'usage général ou ballon de ballon- balai réglementaire.</p> <p>Les gardiens doivent porter un masque protecteur.</p> <p>Le port d'un casque de hockey ou de ballon balai homologué par la CSA est obligatoire.</p> <p>Tous les joueurs doivent porter des gants protecteurs.</p> | <p>Que le jeu se pratique sur un terrain ordinaire, sur un revêtement d'asphalte ou sur une patinoire, les joueurs doivent porter des chaussures et une tenue adaptées aux conditions météorologiques.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activité à l'extérieur : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil et le froid.</p> | <p>La glace ne doit comporter aucun obstacle ni fissure.</p> <p>Fermer toutes les portes pendant le jeu.</p> <p>Usage obligatoire d'un but qui se détache sous l'impact.</p> | <p>Les contacts corporels et les contacts avec bâton doivent être sanctionnés.</p> <p>Le gardien a droit à une zone de protection de 2 m à partir de la ligne de but. N'autoriser aucun autre joueur ni balai à l'intérieur de cette enceinte.</p> <p>Seul le ballon-balai sans contact est permis.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Informers les parents de toute activité prévue à l'extérieur de l'école et du moyen de transport utilisé.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en ballon-balai; • participation à un atelier sur le ballon-balai au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

BASEBALL (BALLE DURE)

Le base-ball n'est pas une activité recommandée pour les élèves du niveau intermédiaire.

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|--|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Les joueurs doivent porter un casque réglementaire portant l'homologation de la CSA lorsqu'ils frappent et courent sur les buts.</p> <p>Les casques doivent avoir un rabat des deux côtés.</p> <p>Les receveurs doivent porter l'équipement approprié.</p> <p>Les receveurs à l'entraînement doivent porter un masque.</p> <p>Tous les joueurs doivent porter une protection pelvienne.</p> <p>L'équipement doit être gardé à l'écart de l'aire de jeu.</p> | <p>Tenue réglementaire de l'équipe.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> | <p>Les buts doivent être fixés au sol.</p> <p>Le marbre doit être de niveau et bien entretenu.</p> <p>Vérifier l'état des clôtures de protection avant chaque partie.</p> <p>Fermer les portes donnant accès au terrain durant la partie.</p> <p>L'abri des joueurs doit être muni d'un écran protecteur.</p> <p>Reporter la partie si, de l'avis de l'arbitre et des deux entraîneurs, le terrain pose des risques pour la sécurité des joueurs.</p> <p>Épaisseur de gazon suffisante pour offrir une bonne traction et une bonne absorption des chocs.</p> | <p>Bien enseigner les techniques de glissade afin de réduire les risques de blessures.</p> <p>Pas de glissade vers le but tête la première, sauf s'il s'agit de retourner au but.</p> <p>Effectuer des exercices d'échauffement afin d'accroître la flexibilité et la capacité cardiovasculaire.</p> <p>Les lancers d'exercice doivent se faire à l'écart de l'aire du jeu.</p> <p>Limiter le nombre de lancers à 60 par lanceurs. Pas plus de 2 parties par jour.</p> <p>Les joueurs dont ce n'est pas le tour doivent se trouver sur leur banc ou derrière celui-ci.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> <p>Désigner une personne (enseignant, parent ou adulte responsable) disposant d'un véhicule et pouvant conduire à l'hôpital tout élève qui subit des blessures. Cette personne ne peut pas être la surveillante principale ou le surveillant principal de l'activité.</p> |

BASEBALL (BALLE DURE)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|-------------------------|---------------|------------------------------------|--------------|
| <p><i>(suite)</i></p> <p>Les bâtons d'aluminium ayant une poignée adéquate peuvent être utilisés.</p> <p>Les joueurs de champ doivent porter un gant.</p> | | | | |

BASKETBALL et JEUX DÉRIVÉS

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|---|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Si les joueurs risquent en faisant leurs sauts vers le panier de toucher un mur d'extrémité ou une estrade, disposer des tapis d'exercice ou tout autre rembourrage protecteur derrière le panier.</p> <p>Les tapis protecteurs posés sur les murs d'extrémité doivent être d'au moins 1,88 m (6 pi) de haut, à partir du haut de la plinthe (maximum de 10 cm (4 po) du plancher) et d'au moins 4,88 m (16 pi) de large.</p> <p>S'il y a une estrade près de la ligne de fond, placer des tapis d'exercice pour couvrir le rebord de l'estrade jusqu'au plancher.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les orthèses et les appareils orthopédiques qui posent des risques sont interdits.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Les barrettes de métal ou d'un autre matériau dur ne peuvent être utilisées pour attacher les cheveux.</p> | <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles. La surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. À l'extérieur, le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>Dans les installations des écoles secondaires, placer du rembourrage de protection sur les bords des panneaux rectangulaires.</p> <p>Seuls les adultes ou les élèves ayant reçu la formation nécessaire ont le droit d'actionner les treuils automatiques ou manuels pour abaisser ou relever les paniers.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Si le gymnase ne se prête pas au jeu en toute sécurité (p. ex. : présence de barres fixes ou d'engins, portes ou de radiateurs sous les paniers ou d'un mur tout près d'une ligne de fond), modifier les règles en conséquence, par exemple en interdisant le lancer déposé.</p> | <p>Surveillance sur place au moment de l'exposé initial et surveillance générale par la suite.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

BASKETBALL et JEUX DÉRIVÉS

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|--|--|------------------------------------|--------------|
| <i>(suite)</i> | Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes. | <p>Les élèves formés à l'utilisation des treuils de levage des paniers doivent être sous surveillance visuelle constante pendant la manœuvre.</p> <p>Les treuils de levage ne doivent pas être situés directement sous le dispositif mural de fixation des panneaux. Aucune personne ni aucun matériel ne doit être sous le panier que l'on est en train d'abaisser ou de relever.</p> | | |

CRICKET

(La pratique du cricket conventionnel n'est pas une activité appropriée pour les élèves du niveau intermédiaire. Se servir de jeux dérivés du cricket.)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|--|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessible.</p> <p>Battes de cricket, poteaux et balles réglementaires.</p> <p>Le batteur et le garde-guichet doivent porter des gants et des accessoires de protection approuvés. Le batteur qui fait face au lanceur de balles rapides doit porter un casque de cricket approuvé.</p> <p>Pour les jeux de cricket en salle, utiliser des balles de tennis.</p> <p>Niveau intermédiaire : Utiliser un ensemble réglementaire de cricket Kanga ou le matériel de substitution suivant:</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Chaussures de cricket à crampons interdites.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> | <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles et la surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. Le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>Terrain de jeu : dalle de béton recouverte d'un tapis synthétique.</p> <p>Pour les variantes de cricket jouées à l'intérieur, la surface de jeu et ses abords ne doivent pas comporter d'obstacles (p. ex. : tables, chaises, pianos).</p> | <p>La pratique du cricket conventionnel n'est pas une activité appropriée pour les élèves des niveaux élémentaire et intermédiaire. Se servir de jeux dérivés du cricket.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Le lanceur ne doit pas faire rebondir la balle, ni la lancer contre les guichets.</p> <p>Désigner une zone où les joueurs non actifs seront en toute sécurité, à bonne distance derrière le batteur.</p> <p>Niveaux intermédiaire : le lanceur doit lancer la balle par-dessous ou la faire rouler vers le guichet du batteur. Le garde-guichet doit se tenir à une bonne distance du batteur.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

CRICKET

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|-------------------------|---------------|------------------------------------|--------------|
| <p><i>(suite)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • balle de tennis, balle de plastique (cosom) ou autres types de balle molle; • palettes (au lieu de battes); • poteaux de cricket Kanga, faits de trois tiges insérées dans une base creuse. | | | | |

COURSE D'ORIENTATION /COURSE DE FOND

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|---|--|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière uniformes.</p> | <p>Avant de faire emprunter aux élèves un parcours de cross ou de course d'orientation, le personnel enseignant doit faire une reconnaissance des lieux afin d'en déterminer les dangers éventuels (p. ex. : intersections où la circulation est dense).</p> <p>S'il s'agit d'un nouveau parcours, informer les élèves de ses caractéristiques et des endroits où il faudra faire preuve de prudence. Si le parcours emprunte les trottoirs près de l'école, s'assurer que les élèves ne traversent pas la rue aux intersections sans supervision directe.</p> <p>À noter : S'il s'agit d'orientation, ne pas informer les élèves du parcours, car il s'agit d'une infraction aux règlements.</p> | <p>Informer les parents de toute activité prévue à l'extérieur de l'école.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Enseigner aux élèves les rudiments de la sécurité routière.</p> <p>Vérifier le dossier médical des participants. Prévoir le nécessaire pour les élèves avec l'asthme, les allergies graves, (p. ex. : aux abeilles), etc.</p> <p>Adapter la longueur et la difficulté du parcours à l'habileté, à la condition physique et au degré d'entraînement des participantes et participants ainsi qu'aux conditions météorologiques.</p> <p>Niveau élémentaire : Tenir compte des facteurs suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • le temps qu'il fait et le temps passé au soleil; • le degré d'entraînement des élèves et la durée des préparatifs; • l'échauffement et la récupération; • la difficulté et la longueur du parcours (maximum de 10 km). | <p>Surveillance générale.</p> <p>Élaborer un plan d'urgence et le communiquer à tous les participants (voir appendice D).</p> <p>Désigner une personne (enseignant, parent ou adulte responsable) disposant d'un véhicule et pouvant conduire à l'hôpital tout élève qui subit des blessures. Cette personne ne peut pas être la surveillante principale ou le surveillant principal de l'activité.</p> |

COURSE D'ORIENTATION /COURSE DE FOND

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|-------------------------|--|------------------------------------|--------------|
| <i>(suite)</i> | | L'aire de départ et d'arrivée doit être bien disposée, spacieuse et nivelée. Poster suffisamment de commissaires de terrain sur la route. Bien indiquer les aspects hasardeux de la route. | | |

CURLING

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|---|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Curling joué avec des seaux modifiés : s'assurer que les poignées sont fixées solidement.</p> | <p>Tenue convenable pour les activités par temps froid.</p> <p>Chaussures de curling ou chaussures de course, à condition de porter un appareil glissant qui s'attache à une chaussure ou de fixer un ruban à une chaussure pour qu'elle soit glissante sur la piste.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil et le froid.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>Piste de curling.</p> <p>Curling joué avec des seaux : s'assurer que la glace ne comporte pas d'aspérités.</p> | <p>Enseigner l'étiquette et les règles de sécurité avant d'aller sur la piste de curling.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Informers les parents de toute activité de curling prévue à l'extérieur de l'école.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>Élaborer un plan d'urgence et le communiquer à tous les participants (voir appendice D).</p> <p>Désigner une personne (enseignant, parent ou adulte responsable) disposant d'un véhicule et pouvant conduire à l'hôpital tout élève qui subit des blessures. Cette personne ne peut pas être la surveillante principale ou le surveillant principal de l'activité.</p> |

FOOTBALL – AVEC PLAQUÉS

(Le FOOTBALL AVEC PLAQUÉS n'est pas une activité recommandée au niveau intermédiaire.)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|---|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Inspecter chaque année et faire remettre en état les casques et les épaulières, selon les besoins déterminés par un réparateur d'équipement agréé.</p> <p>Les casques doivent être remis en état après trois ans d'usage et remplacé 10 ans après leur date de fabrication.</p> <p>Équipement minimal : protège-dents pleine grandeur, casque, épaulières, protecteur de hanches et du coccyx, protège-cuisse et genouillère bien ajustés.</p> | <p>Chaussures de football appropriées et réglementaires.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés.</p> <p>Vêtements convenant aux conditions météorologiques.</p> <p>Vérifier les lignes directrices de la MHSAA quant aux uniformes.</p> | <p>Le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles et la surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. Le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>Les poteaux de buts qui se trouvent sur le terrain de jeu doivent être matelassés.</p> <p>Les spectateurs et les bancs de joueurs doivent être situés à l'écart de l'aire de jeu.</p> <p>Indiquer clairement les lignes de délimitation. Ne pas utiliser de chaux à cette fin.</p> | <p>Enseigner aux joueurs la façon d'ajuster et d'entretenir l'équipement avant qu'ils ne le portent pour la première fois.</p> <p>L'équipement doit être bien ajusté.</p> <p>Former le personnel auxiliaire à l'usage sécuritaire de l'équipement.</p> <p>Donner aux joueurs l'occasion de se réhydrater.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Prévoir pour chaque joueur un minimum de 8 jours d'entraînement avant qu'il ne participe à une première partie de la ligue.</p> <p>L'entraînement doit comporter des exercices visant à accroître la flexibilité, la force et la capacité cardiovasculaire des joueurs.</p> <p>L'équipement servant à l'entraînement doit être gardé à l'écart de l'aire de jeu s'il n'est pas utilisé.</p> | <p>Surveillance visuelle constante pendant l'apprentissage de nouvelles techniques de contact. Surveillance sur place, par la suite.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en football; • participation à un atelier sur le football au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Désigner une personne (enseignant, parent ou adulte responsable) disposant d'un véhicule et pouvant conduire à l'hôpital tout élève qui subit des blessures. Cette personne ne peut pas être la surveillante principale ou le surveillant principal de l'activité.</p> |

FOOTBALL – AVEC PLAQUÉS

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|-------------------------|---|---|--------------|
| <p><i>(suite)</i></p> <p>Le matériel servant à l'apprentissage des blocages doit être bien matelassé.</p> | | <p>Le terrain doit être suffisamment gazonné pour offrir une bonne adhérence et bien absorber les chocs.</p> <p>(Voir appendice M).</p> | <p>Laisser une période de repos de 72 heures entre les parties.</p> <p>Planifier les séances d'entraînement en tenant compte de la chaleur, de l'humidité et de la condition physique des joueurs.</p> <p>Tout joueur qui porte un plâtre et qui désire jouer doit fournir à l'entraîneur une permission écrite de son médecin traitant ou de ses parents.</p> <p>Tout support ou orthèse de genoux doit être approuvé par l'arbitre avant le début de la partie.</p> <p>Tout appareil orthopédique exposé doit être matelassé ou souple.</p> <p>Les techniques de blocage et de plaqués doivent être enseignées et revues plusieurs fois pendant la saison. Ne pas enseigner les techniques de blocage avec la tête ou les plaqués par propulsion.</p> | |

FOOTBALL (FLAG-FOOTBALL et FOOTBALL-TOUCHE)

(Le FOOTBALL AVEC PLAQUÉS n'est pas une activité recommandée aux niveau intermédiaire.)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|--|---|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Ballon conforme à la taille et au degré d'habileté de l'ensemble des élèves (p. ex. : ballon de football plus petit ou balle « Nerf »).</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Chaussures à crampons métalliques ou composites interdites.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> | <p>Le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles et la surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. Le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>Les poteaux de buts qui se trouvent sur le terrain de jeu doivent être matelassés.</p> <p>(Voir appendice M).</p> | <p>Le football avec plaqués n'est pas une activité appropriée pour le niveau intermédiaire.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Le jeu doit reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Interdire les blocages, sauf à la ligne de mêlée. N'autoriser le blocage pour le passeur qu'après avoir enseigné la technique appropriée.</p> <p>Modifier les règles du jeu selon le degré d'habileté, l'âge et les capacités physiques de l'ensemble des élèves.</p> <p>Indiquer clairement les lignes de délimitation.</p> <p>Tout joueur qui porte un plâtre et qui désire jouer doit fournir à l'entraîneur une permission écrite de son médecin ou de ses parents.</p> <p>Tout appareil orthopédique exposé doit être matelassé ou souple.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition</p> |

FOOTBALL (FLAG-FOOTBALL et FOOTBALL-TOUCHE)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|-------------------------|---------------|---|--------------|
| <i>(suite)</i> | | | Tout plâtre, support ou orthèse de genoux doit être approuvé par l'arbitre avant le début de la partie. | |

GOLF

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|--|--|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Les balles de golf standard sont interdites sur le terrain de l'école, sauf pour la pratique des cochés (ce dernier exercice doit se pratiquer à l'intérieur avec des balles en plastique seulement).</p> <p>Inspecter régulièrement et réparer le matériel au besoin, en particulier les poignées des bâtons.</p> <p>La longueur des bâtons doit être conforme à la taille des élèves.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Vérifier les lignes directrices de la MHSAA quant aux uniformes.</p> | <p>Gymnase; terrains de l'école; dômes de golf; verts d'exercice; terrain de golf; terrain d'exercice.</p> <p>Prévoir un espace suffisant pour la montée et le dégagé du bâton.</p> <p>Dans tous les cas, bien délimiter et surveiller la zone de frappe.</p> <p>À l'intérieur, utiliser des matelas et des balles de plastique. Prévoir une procédure de sécurité et inciter les élèves à l'observer (p. ex. : seul un certain nombre d'élèves peuvent frapper la balle en même temps, selon la taille du gymnase).</p> | <p>Enseigner aux élèves l'étiquette et les règles de sécurité relatives au golf.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Prévoir une procédure de sécurité pour la frappe et le ramassage des balles.</p> <p>Les élèves doivent suivre des cours avant de jouer sur un terrain de golf.</p> <p>Respecter toutes les règles du jeu.</p> | <p>Surveillance sur place lors des premiers cours et de la pratique des cochés avec des balles de golf standard.</p> <p>Surveillance générale par la suite.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

**GYMNASTIQUE – BARRES PARALLÈLES, ANNEAUX,
BARRES ASYMÉTRIQUES, EXERCICES AU SOL, POUTRE D'ÉQUILIBRE,
CHEVAL D'ARÇONS, BARRE FIXE, CHEVAL-SAUTOIR ET CORDES À GRIMPER**

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|---|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessible.</p> <p>Inspecter et vérifier les appareils régulièrement; faire effectuer les réparations nécessaires.</p> <p>Inspecter les appareils avant chaque usage par un élève.</p> <p>Vérifier les dispositifs de verrouillage avant chaque utilisation des appareils.</p> <p>Utiliser des plates-formes d'appel commerciales coussinées et munies de pieds antidérapants.</p> <p>Ne pas utiliser de tremplins à plate-forme plane et allongée.</p> | <p>Ne pas pratiquer cette activité en chaussettes.</p> <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Pieds nus ou chaussons de gymnastique acceptables. Les chaussures doivent être facilement accessibles en cas d'incendie.</p> <p>Les cheveux longs doivent être attachés.</p> <p>Pas de bijoux.</p> <p>Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Mettre de la craie ou des dispositifs aidant à avoir une meilleure</p> | <p>Disposer des tapis d'exercice au-dessous et autour des appareils, sans chevauchement ni espace entre les tapis.</p> <p>Prendre toutes les précautions nécessaires pour empêcher les tapis de se déplacer. Bien fixer les tapis munis de bandes Velcro.</p> <p>Placer les appareils à une distance sécuritaire les uns des autres, d'une part, et des murs et des autres pièces d'équipement, d'autre part.</p> <p>Installer des tapis supplémentaires dans les coins.</p> <p>Prévoir des aires de réception à une distance sécuritaire</p> | <p>Enseigner les règles de sécurité relatives à la gymnastique et à chacun des appareils avant leur utilisation.</p> <p>Si des élèves ont des handicaps physiques ou une déficience (p. ex. : épilepsie, poignets faibles, etc.), l'entraîneur doit le savoir.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Ne pas obliger les élèves à se livrer à des exercices qui dépassent leurs capacités.</p> <p>Suivre une progression logique dans l'enseignement des habiletés et y inclure une composante de conditionnement physique pour accroître la flexibilité et la force des élèves.</p> <p>Suivre une progression logique dans l'enseignement des habiletés, de la plus simple à la plus complexe. S'assurer que l'élève maîtrise les mouvements de base avant de passer à des habiletés plus complexes (p. ex. : exercices de rotations au sol avant</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>Apprendre aux élèves à se surveiller les uns les autres. Les exercices d'équilibre renversé et les mouvements aériens nécessitent une surveillance visuelle constante de la part de l'entraîneur.</p> <p>L'entraîneur doit surveiller le montage et le démontage des appareils.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir réussi le niveau 1 (technique) du PNCE en gymnastique.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

**GYMNASTIQUE – BARRES PARALLÈLES, ANNEAUX,
BARRES ASYMÉTRIQUES, EXERCICES AU SOL, POUTRE D'ÉQUILIBRE,
CHEVAL D'ARÇONS, BARRE FIXE, CHEVAL-SAUTOIR ET CORDES À GRIMPER**

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|---|---|---|--------------|
| <p>(<i>suite</i>)</p> <p>Les poutres utilisées pour les compétitions doivent être matelassées et stables.</p> <p>Pour les exercices au sol, les culbutes et les réceptions de sauts d'une hauteur contrôlée, utiliser les tapis d'usage général suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ensolite, 3,8 cm (1½ po); • Trocellen, 5,1 cm (2 po); • Ethefoam, 3,8 cm (1½ po); • Sarneige, 3,8 cm (1½ po); • tapis de densité équivalente. <p>Surfaces de réception pour les exercices d'équilibre renversé : Tapis de mousse massive ou réticulée de 30,5 cm</p> | <p>prise à la disposition des élèves.</p> | <p>des murs et du matériel.</p> <p>Modifier les règles de la compétition, si les lieux ne sont pas munis d'un plancher à ressort et/ou si la surface est trop petite.</p> <p>Les tapis joints doivent être de la même épaisseur et de la même composition (p. ex. : tout en tapis ou tout en vinyl).</p> <p>Régler la hauteur de chaque appareil en fonction de la taille des élèves.</p> | <p>leur exécution aux appareils; exercices de réception avant la pratique des sauts aux appareils).</p> | |

**GYMNASTIQUE – BARRES PARALLÈLES, ANNEAUX,
BARRES ASYMÉTRIQUES, EXERCICES AU SOL, POUTRE D'ÉQUILIBRE,
CHEVAL D'ARÇONS, BARRE FIXE, CHEVAL-SAUTOIR ET CORDES À GRIMPER**

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|-------------------------|---------------|------------------------------------|--------------|
| <p><i>(suite)</i></p> <p>sur 60,9 cm (12 po sur 24 po).</p> <p>Ne pas utiliser de tapis de mousse massive ou réticulée comme surfaces de réception pour les sauts aux appareils ou les exercices de réception contrôlée.</p> <p>Surfaces de réception pour les exercices de réception sur les pieds (p. ex. : sauts et sorties) : tapis comportant un côté dur et un côté mou, d'une épaisseur minimale de 12 cm (4½ po). Placer le côté dur vers l'extérieur et ne laisser aucun espace entre les tapis.</p> <p>Ranger l'équipement dans un endroit sûr.</p> | | | | |

HANDBALL

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|-------------------------|---|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Ranger les filets de handball réglementaires de façon sécuritaire après le jeu. À l'intérieur, utiliser des buts rembourrés ou faits de plastique.</p> <p>On peut également utiliser comme buts des filets de hockey-balle ou des tapis fixés aux murs.</p> <p>Balle « Nerf », ballon mou (6 po) mou d'usage général, de volleyball ou de handball.</p> <p>Niveau élémentaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballon de soccer « Nerf », ballon mou d'usage général ou ballon mou (6 po) de volleyball. • Buts : filets de hockey-balle, cônes, poteaux ou tapis fixés aux murs. | | <p>L'aire de jeu ne doit pas comporter de débris ni d'obstacles et doit offrir une bonne adhérence.</p> | <p>Respecter toutes les règles du jeu.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée. Les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Modifier les activités et les règles selon l'âge et l'habileté des élèves, les installations ou le matériel disponible.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

HOCKEY-BALLE /HOCKEY COSOM/ HOCKEY EN SALLE

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|--|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Vérifier régulièrement les palettes pour s'assurer qu'elles sont solidement fixées aux bâtons. Bâtons réglementaires en plastique pour le hockey-balle ou le hockey-cosom, ou bâtons de hockey munis d'une palette en plastique.</p> <p>Filets de hockey en plastique ou poteaux en plastique.</p> <p>Balles du type P30, P40, « Nerf », pelotes, rondelles de plastique ou de caoutchouc mou.</p> <p>Les gardiens de but doivent porter un masque protecteur, p. ex. : un casque de hockey avec grille,</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> | <p>Le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles. La surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. À l'extérieur, le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> | <p>Établir les règles suivantes et appliquer des sanctions en cas d'infraction :</p> <ul style="list-style-type: none"> a) contacts corporels interdits; b) contacts bâton-corps; c) le bâton doit toujours être tenu au-dessous de la taille et la lame, de préférence, au-dessous des genoux; d) tirs frappés interdits; e) prévoir une zone de protection du gardien f) n'autoriser aucun autre joueur ni bâton à l'intérieur de cette aire; g) contacts bâton-bâton interdits. <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Les jeux doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

HOCKEY-BALLE /HOCKEY COSOM/ HOCKEY EN SALLE

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|-------------------------|---------------|------------------------------------|--------------|
| <p><i>(suite)</i></p> <p>ainsi que des gants protecteurs.</p> <p>Encourager tous les joueurs à porter des gants protecteurs, un masque recouvrant entièrement le visage et un protège-dents.</p> | | | | |

HOCKEY SUR GAZON

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|--|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Bâtons de hockey sur gazon réglementaires (ou adapté à la taille de l'élève).</p> <p>Les élèves doivent apprendre à vérifier régulièrement les bâtons pour s'assurer qu'ils ne sont pas fissurés.</p> <p>Balles de hockey sur gazon ordinaires.</p> <p>Le gardien de but doit porter un casque de hockey avec grille approuvé par la CSA ainsi que tous les accessoires de protection requis pour la poitrine, le torse, les jambes etc.</p> <p>Les joueurs doivent porter des protège-tibias pendant l'entraînement et les parties.</p> <p>Les élèves devraient porter des protège-dents.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Pas de chaussures à crampons moulés.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> | <p>Le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles et la surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. Le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>Les buts portatifs doivent être vérifiés avant l'utilisation.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Le jeu doit être fondé sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Enseigner les techniques et stratégies de l'offensive et de la défensive.</p> <p>Si on utilise une balle réglementaire et s'il y a un gardien, équiper les joueurs du matériel de protection requis.</p> <p>La balle doit être frappé avec le côté plat du bâton.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 technique du PNCE en hockey sur gazon; • participation à un atelier de hockey sur gazon au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur en hockey sur gazon. <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

HOCKEY SUR GLACE

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|---|---|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Casque de hockey avec grille, gants, coudières et protège-gorge, épaulières, pantalon, protège-tibias, support athlétique approuvés par le CSA.</p> <p>S'assurer que les bâtons ne comportent pas de fissures ni d'éclats.</p> <p>Le gardien de but doit porter l'équipement réglementaire.</p> <p>Les élèves devraient porter un protège-dents.</p> | <p>Patins convenablement ajustés.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>La glace ne doit pas comporter de débris ni de traces profondes.</p> <p>Les portes de la patinoire doivent être fermées.</p> <p>L'usage de buts mobiles est obligatoire.</p> | <p>Expliquer clairement toutes les règles et les faire respecter.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée. Le jeu doit être fondé sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Les infractions doivent être pénalisées.</p> <p>Pas plus de trois parties par jour et par joueur.</p> | <p>Surveillance visuelle constante lors des premiers exercices de techniques de contact.</p> <p>Surveillance sur place par la suite.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en hockey; • participation à un atelier sur son sport au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Élaborer un plan d'urgence et le communiquer à tous les participants (voir appendice D).</p> <p>Désigner une personne (enseignant, parent ou adulte responsable) disposant d'un véhicule et pouvant conduire à l'hôpital tout élève qui subit des blessures. Cette personne ne peut pas être la surveillante principale ou le surveillant principal de l'activité.</p> |

Niveau intermédiaire seulement

LACROSSE (INTERCROSSE - BALLE MOLLE)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|--|---|--------------------------------|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, balles « molles » de jeu de lacrosse.</p> <p>Le gardien de but doit porter un masque protecteur.</p> <p>Bâtons à panier de plastique et à manche d'aluminium.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique assez ample pour assurer la liberté de mouvement.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés ou retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> | <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles et la surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. Le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> | <p>Modifier les règles de façon à exclure les contacts bâton-bâton ou bâton-corps et à éviter les contacts accidentels à moins d'un mètre du mur du gymnase ou de la clôture du terrain de jeu.</p> <p>Seul le jeu de lacrosse sans contact est autorisé.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Insister sur la responsabilité des élèves concernant l'espace individuel.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> |

LACROSSE (EN SALLE et SUR TERRAIN)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|---|---|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>S'assurer que les bâtons n'ont ni fissures ni éclats.</p> <p>Balle : balle réglementaire, balle molle ou balle de type « P-30 ».</p> <p>S'il y a un gardien de but, la personne visée doit porter TOUT l'équipement de protection requis.</p> <p>L'usage du protège-dents est recommandé.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique assez ample pour assurer la liberté de mouvement.</p> <p>Pas de souliers à crampons en métal.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> | <p>A l'intérieur comme à l'extérieur, le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles et la surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. Le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>Épaisseur de gazon suffisante pour permettre l'adhérence et l'absorption des chocs.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée. Les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Toutes les règles du jeu doivent être expliquées. Les infractions doivent être pénalisées.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en jeu de lacrosse; • participation à un atelier sur son sport au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

LUTTE

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|---|--|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Tapis de lutte ou tapis d'usage général suivant:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ensolite, 3,8 cm (1 ½ po); • Trocellen, 5,1 cm (2 po); • Ethefoam, 3,8 cm (1 ½ po); • Sarneige, 3,8 cm (1 ½ po); • Tapis de densité équivalente. <p>Ne pas laisser d'espace entre les tapis.</p> <p>Les joueurs portant un appareil orthodontique doivent porter un protège-dents.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les élèves ne peuvent pas combattre pieds nus, mais ils peuvent porter des chaussures de lutte.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif.</p> <p>Ne pas porter de lunettes.</p> | <p>Vérifier régulièrement la surface des tapis pour s'assurer qu'elle est propre et sans irrégularités.</p> <p>Les abords de la surface de combat ne doivent pas comporter d'obstacles dangereux.</p> <p>Prévoir une distance suffisante entre la surface de combat et les murs.</p> <p>Si la distance entre la surface de combat et les murs est inférieure à 2 m (6 pi 6 po), matelasser les murs.</p> | <p>Les adversaires doivent être de taille, de force et d'habileté similaires.</p> <p>Les exercices d'échauffement doivent mettre l'accent sur la mise en forme et la souplesse.</p> <p>Enseigner les habiletés selon un progression appropriée.</p> <p>Expliquer les règles et les mouvements interdits.</p> <p>Autoriser les élèves à arbitrer un combat sous la surveillance direct du moniteur.</p> <p>Il importe d'avoir les ongles courts. Les lésions cutanées, les brûlures et les coupures doivent être pansées. Précautions d'usage (gants imperméables; voir appendice K) s'il y a présence de sang ou de fluides corporels.</p> <p>Informers les élèves des avantages du port du casque et des risques associés à de mauvaises habitudes alimentaires et à de mauvaises techniques de perte de poids.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en lutte; • participation à un atelier sur la lutte au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Élaborer un plan d'urgence (voir appendice D).</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

LUTTE

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|-------------------------|---------------|--|--------------|
| <i>(suite)</i> | | | <p>Niveau intermédiaire:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Limite de 1½ à 2 minutes par ronde et de 2 rondes par match. Pause de 30 à 60 secondes entre les rondes. <p>Niveau secondaire:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Limite de 3 minutes par ronde et de 2 rondes par match. Pause de 30 secondes entre les rondes. | |

POIDS ET HALTÈRES

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|---|--|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Tout le matériel doit être inspecté avant l'utilisation et réparé au besoin.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> | <p>En l'absence d'une surveillante ou d'un surveillant, la salle d'entraînement aux poids et haltères doit être fermée à clé.</p> <p>Le plancher de l'aire d'entraînement aux poids libres doit offrir une bonne adhérence.</p> | <p>Enseigner à tous les élèves les techniques appropriées pour lever les appareils ainsi que la procédure de sécurité.</p> <p>Fixer correctement les disques des poids libres avant de les utiliser.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée. L'entraîneur devrait surveiller toute augmentation de la charge levée.</p> <p>Travailler avec un « copain » (technique de pairage), (par exemple si on lève des haltères libres au-dessus du corps).</p> | <p>Surveillance sur place lors de l'initiation à l'utilisation des poids libres et des appareils de musculation.</p> <p>Surveillance générale après avoir transmis les consignes de sécurité.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE; • participation à un atelier sur les poids et haltères au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur. <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

QUILLES

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|---------------|---|-------------------------------|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> | <p>Les élèves doivent en tout temps porter des chaussures de quilles fournies ou approuvées par l'exploitant de la salle.</p> <p>Tenue de ville acceptable.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>À noter : Les bagues peuvent poser un risque au jeu de dix-quilles.</p> | | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Informers les parents de toute activité prévue à l'extérieur de l'école, ainsi que du moyen de transport utilisé.</p> <p>Suivre les règles et le code de conduite énoncés par l'exploitant.</p> <p>Enseigner aux élèves la façon de tenir la boule.</p> | <p>Surveillance générale.</p> |

RINGUETTE (SUR GLACE)

(La ringuette sur glace n'est pas une activité recommandée au niveau intermédiaire.)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|---|---|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Anneau de caoutchouc réglementaire.</p> <p>Bâtons de ringuette réglementaires.</p> <p>Inspecter régulièrement les bâtons pour s'assurer qu'ils ne comportent pas de fissures.</p> <p>Tous les joueurs doivent porter un casque de hockey homologué avec grille.</p> <p>Les joueurs doivent porter des gants et des coudières.</p> <p>Il est recommandé de porter un protège-dents.</p> | <p>Patins bien ajustés.</p> <p>Tenue vestimentaire appropriée.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> | <p>La glace ne doit pas comporter de débris ni de traces profondes.</p> <p>Les portes de la patinoire doivent être fermées.</p> <p>L'usage de buts mobiles est obligatoire.</p> | <p>Enseigner et expliquer toutes les règles du jeu. Pénaliser les infractions.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Modifier les règles du jeu selon le degré d'habileté des élèves.</p> <p>Les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> | <p>Surveillance sur place.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en ringuette; • participation à un atelier sur la ringuette au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur en ringuette. <p>Élaborer un plan d'urgence (appendice D).</p> <p>Désigner une personne (enseignant, parent ou adulte responsable) disposant d'un véhicule et pouvant conduire à l'hôpital tout élève qui subit des blessures. Cette personne ne peut pas être la surveillante principale ou le surveillant principal de l'activité.</p> |

RUGBY

Le RUGBY AVEC CONTACT n'est pas une activité recommandée au niveau intermédiaire. Obtenir au préalable une autorisation écrite d'une ou d'un responsable de la division scolaire. Le rugby avec plaqués n'est pas une activité recommandée au niveau intermédiaire. Les élèves de ce niveau devraient plutôt jouer au touch-rugby.

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|--|---|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Ballons de rugby ou de football réglementaires ou adapté selon l'âge et le degré d'habileté des participants.</p> <p>Protège-dents pour le rugby avec contact.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Chaussures à crampons en métal ou composites interdites.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le</p> | <p>L'aire de jeu et ses abords doivent être propres et sans obstacles et la surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. Le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>Sur un terrain de jeu, les poteaux de buts doivent être matelassés.</p> <p>Le terrain et ses abords doivent être clairement délimités.</p> <p>Marquer les angles, la ligne médiane et la ligne des 22 m (66 pi) à l'aide d'indicateurs ou de mâts souples.</p> | <p>Modifier les règles selon le degré d'habileté, l'âge et les capacités physiques des élèves (par exemple en interdisant les contacts).</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Donner aux élèves l'occasion de se réhydrater.</p> <p>Effectuer des exercices d'échauffement afin d'accroître la flexibilité et la capacité cardiovasculaire.</p> <p>Les élèves ont reçu une préparation physique au rugby avec contact.</p> <p>Les techniques de blocage et de plaqués doivent être enseignées (p. ex. : être sûr de soi au moment du contact).</p> <p>Prévoir pour chaque joueur un minimum de 10 jours d'entraînement avant qu'il ne participe à une première partie de la ligue.</p> | <p>Surveillance visuelle constante lors des premiers exercices de techniques de contact.</p> <p>Surveillance sur place.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en rugby; • participation à un atelier sur les sports de contact. <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

RUGBY

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|-------------------------------------|---------------|--|--------------|
| <i>(suite)</i> | soleil, la chaleur et les insectes. | | <p>Tout support ou orthèse de genoux doit être approuvé par l'arbitre avant le début de la partie.</p> <p>Tout appareil orthopédique exposé doit être matelassé ou souple. Toute prothèse doit être approuvée par l'arbitre avant le début de la partie.</p> | |

SKI DE FOND

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|--|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Ski de fond : Skis, fixations, chaussures et bâtons en bon état et adaptés à la taille de l'élève.</p> <p>Les élèves autorisés à apporter leur propre matériel (skis, patins, casques) doivent s'assurer que ce matériel est en bon état.</p> | <p>Vêtements adaptés aux activités de plein air et aux conditions hivernales. (Superposer plusieurs vêtements et prévoir une tuque et des gants.)</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil et le froid.</p> | <p>Informé les élèves du parcours en délimitant le site de l'activité.</p> <p>Au moment de choisir un site, tenir compte de l'ensoleillement, du vent, de l'enneigement et de la qualité du terrain (p. ex. : proximité de rivières et de lacs).</p> <p>Dans le cas d'un site non commercial, s'assurer que les conditions suivantes sont remplies:</p> <ul style="list-style-type: none"> • terrain plat avec pistes d'entraînement; • vaste zone de dégagement en bas des pentes fortes; | <p>Élaborer un plan d'urgence et l'expliquer aux élèves. Respecter les règles du sport quant aux températures minimales et maximales.</p> <p>Parler aux élèves des risques de gelures et d'hypothermie; expliquer les moyens d'en reconnaître les signes et de les traiter. L'entraîneur devrait s'assurer que tous les skieurs sont préparés et que l'équipement convient à la difficulté du parcours.</p> <p>Les extrémités des bâtons de ski sont pointues. Demander aux élèves de faire preuve de prudence, notamment lorsqu'ils se tiennent à proximité de leurs camarades.</p> <p>Demander aux élèves de vérifier si leurs chaussures sont bien retenues dans les fixations.</p> <p>Enseigner les techniques de montée et de descente d'une pente sur une très faible dénivellation. Faire travailler les élèves en utilisant la technique de « pairage ».</p> | <p>Élaborer un plan d'urgence et le communiquer à tous les participants (voir appendice D).</p> <p>Surveillance générale.</p> <p>Les entraîneurs, officiels et participants devraient prendre les mesures nécessaires pour éviter l'hypothermie.</p> <p>Entraînement et compétitions à l'extérieur du terrain de l'école : Désigner une personne (enseignant, parent ou adulte responsable) disposant d'un véhicule et pouvant conduire à l'hôpital tout élève qui subit des blessures. Cette personne ne peut pas être la surveillante principale ou le surveillant principal de l'activité.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

SKI DE FOND

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|-------------------------|---|--|--------------|
| <i>(suite)</i> | | <ul style="list-style-type: none"> • site à proximité d'abris chauffés, d'endroits où l'on peut manger et d'installations de fartage, entre autres. <p>Des officiels doivent se trouver le long du parcours et tous les obstacles doivent être signalés ou matelassés. Les pistes doivent être bien signalées et on doit empêcher l'accès aux autres pistes au moyen d'une corde tendue. Les aires de virage doivent être larges et sans danger.</p> | <p>Le personnel enseignant doit savoir quels élèves ont des antécédents d'asthme ou autres troubles respiratoires et comment les traiter.</p> <p>Informez les élèves de l'importance de se protéger contre le soleil. Donnez aux skieurs l'occasion de se réhydrater pendant les séances d'entraînement et avant et après les épreuves.</p> <p>Informez les parents du lieu de l'activité si celle-ci a lieu à l'extérieur de l'école.</p> | |

SOCCER (EN SALLE et SUR GAZON)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|---|--|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Fixer les buts portatifs au sol afin de bien les stabiliser.</p> <p>Les joueurs doivent porter des protège- tibia.</p> <p>Niveau élémentaire : utiliser un ballon convenable à l'âge et les capacités physiques des élèves. Jouer les parties de soccer en salle à l'aide de balles « Nerf » ou de ballons de soccer intérieur.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Chaussures à crampons en métal interdites. Cette activité ne peut pas se pratiquer pieds nus.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> | <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles. La surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. À l'extérieur, le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>À l'intérieur - le gymnase ne doit comporter aucun danger (p. ex. : tables, chaises, etc.).</p> <p>Marquer les lignes et le pourtour du terrain au moyen de poteaux souples ou de peinture prévue à cette fin.</p> <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, fixer les buts au sol afin de bien les stabiliser.</p> <p>Le terrain doit comporter suffisamment de</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée. Les jeux doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Interdire aux élèves de monter sur les buts portatifs utilisés à l'extérieur et leur enseigner les risques qu'ils posent et la façon de manipuler de tels buts.</p> <p>Les joueurs qui doivent porter un plâtre ou un prothèse doivent obtenir l'assentiment par écrit du médecin, d'un parent ou d'un tuteur pour participer.</p> <p>Tout appareil orthopédique exposé doit être matelassé ou souple. Toute prothèse doit être approuvée par l'arbitre avant le début de la partie.</p> <p>Niveau intermédiaire:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pour le soccer en salle, prévoir une zone de protection du gardien à l'intérieur de laquelle aucun autre joueur n'est admis. • Limiter le temps alloué aux exercices du jeu de tête. • Tenir compte des éléments au cours de l'enseignement des | <p>Surveillance sur place. Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

SOCCER (EN SALLE et SUR GAZON)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|----------------|--|---|---|--------------|
| <i>(suite)</i> | Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes. | gazon pour permettre l'adhérence et l'absorption des chocs. | techniques du jeu de tête : le type de ballon, le nombre de répétitions et la distance entre les joueurs. <ul style="list-style-type: none"> • Interdire aux élèves de tacler par derrière. | |

TENNIS DE TABLE

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|---|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Raquettes et balles de tennis de table réglementaires. Les tables et les raquettes doivent être en bon état.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> | <p>Prévoir suffisamment d'espace autour des tables pour que les joueurs puissent se déplacer.</p> <p>Plancher lisse, plat et sec.</p> <p>L'aire de jeu ne doit pas comporter d'obstacles.</p> | <p>Établir une marche à suivre détaillée pour le montage et le démontage des tables. Cette opération doit se faire sous surveillance.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> | <p>Surveillance générale.</p> <p>Surveillance sur place pendant le montage et le démontage des tables.</p> |

Niveau secondaire seulement

TIR À L'ARC

(Le tir à l'arc n'est pas une activité recommandée pour les élèves des niveaux élémentaire et intermédiaire, à moins d'avoir obtenu au préalable l'autorisation écrite d'un responsable de la division scolaire.)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|---|--|---|---|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Inspecter régulièrement tout le matériel en vue de déceler les défauts éventuels.</p> <p>Offrir aux élèves des dispositifs de protection des bras et des doigts.</p> <p>La hauteur et le poids de l'arc doivent correspondre à la taille et à la force du participant.</p> <p>Remettre aux élèves des flèches en nombre égal et de longueur appropriée.</p> <p>Utiliser seulement des cibles appropriées.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue qui ne gêne pas les mouvements. (À noter : les vêtements du haut doivent être ajustés.)</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> | <p>À l'intérieur comme à l'extérieur, le terrain et ses abords doivent être propres et sans obstacles. Le sol doit offrir une bonne adhérence. À l'extérieur, le terrain doit être situé à l'écart des zones de circulation et être clairement délimité.</p> <p>Pour le tir à l'arc en salle, utiliser un filet de sécurité convenablement installé.</p> <p>Surveiller les portes d'issues ou d'accès à l'installation et les signaler au moyen de panneaux d'avertissement.</p> <p>Pour le tir à l'arc en plein air, délimiter et surveiller convenablement l'aire de tir.</p> | <p>Établir la ligne de tir selon le degré d'habileté des élèves. (Personne ne doit se tenir à l'avant de la ligne de tir.)</p> <p>Les élèves doivent se tenir bien à l'arrière de la ligne de tir et à l'écart des archers en place, sauf s'ils s'apprêtent à tirer.</p> <p>Mettre en place une procédure pour le début du tir, la fin du tir et le retrait des flèches.</p> <p>Enseigner aux élèves les consignes de sécurité, les techniques de tir, le mode d'entretien et d'utilisation du matériel ainsi que les méthodes sûres pour retirer les flèches de la fosse de tir.</p> <p>Ne jamais pointer un arc, chargé ou non, vers une personne.</p> <p>Les arcs ne peuvent être chargés que sur la ligne de tir, après l'émission du signal de tir.</p> <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> | <p>Surveillance visuelle constante.</p> <p>L'entraîneur doit montrer qu'il connaît bien les techniques et les règles du sport au directeur ou à la directrice ou à son représentant.</p> <p>L'entraîneur doit avoir acquis sa formation et son expérience d'au moins l'une des sources suivantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • niveau 1 (technique) du PNCE en tir à l'arc; • participation à un atelier sur le tir à l'arc au cours des trois dernières années; • expérience antérieure en tant qu'athlète ou entraîneur dans le sport en question. <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

TIR À L'ARC

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|-------------------------|---------------|------------------------------------|--------------|
| <p><i>(suite)</i></p> <p>Ne pas utiliser d'arcs composites et arbalètes. Utiliser un carquois porté au dos ou posé sur le sol.</p> | | | | |

ULTIME (ULTIMATE)

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|---|---|--|---|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Choisir un disque qui convient au degré d'habileté des élèves et au vent qu'il fait (p. ex. : disque en tissu ou disque lourd).</p> <p>Vérifier si les disques ont des fissures ou des saillies.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Chaussures à crampons métalliques interdites.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> | <p>À l'extérieur, inspecter régulièrement le terrain; celui-ci doit être sans débris ni obstacles, offrir une bonne adhérence et être situé à l'écart des zones de circulation et clairement délimité.</p> <p>Les poteaux des buts doivent être matelassés s'ils se trouvent dans l'aire de jeu.</p> <p>À l'intérieur, le gymnase ne doit pas comporter d'obstacles dangereux (p. ex. : tables, chaises, pianos).</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Les jeux et les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées.</p> <p>Tenir compte du vent lors des cours et de leur préparation.</p> <p>Interdire les contacts corporels.</p> | <p>Surveillance sur place lors des premiers cours; par la suite, surveillance générale.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |

VOLLEYBALL

| MATÉRIEL | VÊTEMENTS ET CHAUSSURES | INSTALLATIONS | RÈGLES ET DIRECTIVES PARTICULIÈRES | SURVEILLANCE |
|--|--|---|--|--|
| <p>Trousse de premiers soins et téléphone accessibles.</p> <p>Ne jamais entreposer les poteaux dans un lieu où ils risquent de tomber.</p> <p>Veiller à ce qu'il n'y ait pas de brins exposés sur le dessus du filet, ni de câbles effilochés entre le filet et les poteaux.</p> <p>Il est recommandé de ne pas utiliser de fils métalliques pour attacher les poteaux au sol.</p> <p>Ballon en cuir ou en cuir synthétique.</p> <p>Niveau intermédiaire : Ballon conforme à l'âge et au degré d'habileté des élèves.</p> <p>Les poteaux et les leviers doivent être matelassés du haut en bas.</p> | <p>Chaussures appropriées et tenue de gymnastique qui ne gêne pas les mouvements.</p> <p>Les bijoux qui posent un risque doivent être enlevés; ceux qui ne peuvent pas l'être (accessoires d'alerte médicale ou bijoux à caractère religieux ou culturel) doivent être retenus par un ruban adhésif. Bien attacher les lunettes ou les enlever.</p> <p>Activités extérieures : Les élèves doivent se munir des moyens de protection adéquats contre le soleil, la chaleur et les insectes.</p> <p>Championnats provinciaux : Suivre les lignes directrices de la MHSAA en matière d'uniformes.</p> | <p>Après le démontage des poteaux de volleyball, remettre en place les tampons de plancher.</p> <p>L'aire de jeu et les abords ne doivent pas comporter d'obstacles.</p> <p>La surface de jeu doit offrir une bonne adhérence. Les terrains extérieurs de volleyball doivent offrir une bonne adhérence.</p> <p>Les terrains de volleyball de plage doivent être recouverts d'une couche suffisante de sable, pour qu'il n'y ait pas d'endroits à découvert.</p> <p>Les antennes doivent être de niveau avec le bas du filet.</p> <p>Les poteaux doivent se trouver à l'extérieur du court.</p> | <p>Enseigner les habiletés selon une progression appropriée.</p> <p>Enseigner aux élèves comment monter et démonter l'équipement.</p> <p>Ne pas permettre aux élèves de grimper sur les poteaux pour attacher le filet.</p> <p>Niveau intermédiaire:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les jeux et les activités doivent reposer sur des habiletés que l'on aura déjà enseignées. • Organiser les exercices simultanés de manière à réduire au minimum le risque qu'un élève soit frappé par un ballon. • Modifier les activités et les règles selon l'âge et le degré d'habileté des élèves. • Modifier les dimensions du court, le nombre de joueurs, la hauteur du filet, etc. selon l'âge, la taille et le degré d'habileté des élèves. | <p>Surveillance sur place lors des cours initiaux et de l'installation du matériel.</p> <p>Lorsque les habiletés ont été enseignées, une surveillance générale suffit.</p> <p>Niveau intermédiaire : Une surveillance visuelle constante est de rigueur si les élèves participent au montage et au démontage des poteaux.</p> <p>Il doit y avoir sur place au moins un responsable des premiers soins pendant la séance d'entraînement ou la compétition.</p> |