

## Listes de vérification sur la sécurité des activités physiques

### Équitation (selle anglaise ou française)

L'équitation s'entend de l'habileté de monter et de diriger un cheval pour le travail, le loisir ou la compétition.

Cote de facteur  
de risque

**4**

#### Résultat d'apprentissage général

L'élève doit être capable de se comporter de manière sécuritaire et responsable en vue de gérer les risques et de prévenir les blessures lors de la pratique d'activités physiques ainsi que dans la vie quotidienne.

#### Stratégies de gestion des risques\*

L'information et les recommandations sur la sécurité figurant dans la présente liste de vérification sont jugées comme étant le reflet de pratiques exemplaires. Les stratégies de gestion des risques suggérées correspondent aux normes de sécurité minimales pour une activité physique organisée ou officielle. Elles pourraient ne pas être applicables à toutes les situations (p. ex., activités à domicile, récréatives ou modifiées). Par contre, dans le cas de programmes structurés, les instructeurs, les entraîneurs ou les directeurs de programme, responsables d'activités physiques HORS-classe, pourraient imposer des normes de sécurité plus sévères.

#### Instruction

**N.B. :** Le degré et le niveau d'instruction ou d'orientation requis peuvent varier en fonction de considérations telles que l'expérience personnelle des élèves, les compétences et la condition physique. L'utilisation de médias (livres et DVD didactiques) peut remplacer l'instruction directe si on considère cela comme approprié et sécuritaire.

- L'instruction est fournie par un instructeur formé par le Manitoba Horse Council (programme de Canada Hippique), la Certified Horsemanship Association ou un autre programme approprié, ou par un instructeur qui possède les compétences d'un instructeur agréé, selon les besoins et en fonction des facteurs tels que le niveau de risque, l'intensité, l'accessibilité, l'expérience et les compétences.
- Toutes les séances sont offertes dans un milieu sécuritaire et les élèves sont sensibilisés aux risques de l'équitation.
- Les règles de sécurité et l'étiquette d'équitation sont apprises avant la participation.
- Les habiletés et les mouvements sont appris selon une progression adéquate.
- Les élèves démontrent qu'ils ont les compétences et la condition physique requises avant d'entreprendre de longues randonnées ou des tâches plus difficiles.
- La difficulté de la randonnée est appropriée compte tenu du développement et des capacités de l'élève.
- Chaque séance comporte une période de réchauffement, de récupération et d'exercices de mise en forme.
- On a accès à de l'eau potable que l'on consomme au besoin.
- Durant les randonnées, le meneur doit être un cavalier habile pouvant interpréter le terrain et prendre des décisions.
- L'instruction initiale est reçue dans un enclos.

\* Voir les listes de vérification sur le camping pour obtenir de l'information sur la sécurité pour le camping de nuit

# Listes de vérification sur la sécurité des activités physiques

## Équitation (selle anglaise ou française)

### Surveillance

**N.B.** : Le niveau de surveillance à prévoir dépend des facteurs tels que le niveau de risque, l'intensité, l'accessibilité, l'expérience et les compétences.

- Niveau de surveillance recommandé : **surveillance sur place** durant l'instruction suivie d'une **surveillance générale**
- On maintient un espace adéquat entre les chevaux.
- Durant les randonnées en groupe, un surveillant est en tête de la file et un deuxième est à l'arrière.
- Des règles et des consignes de sécurité sont en vigueur.
- Un plan d'action en cas d'urgence est en place pour donner suite aux accidents ou aux blessures.

### Installations

- Les conditions et les prévisions météorologiques locales, notamment le taux d'humidité et le facteur éolien, sont vérifiées avant les séances à l'extérieur.
- L'aire d'activité est exempte de dangers et de débris.
- L'aire d'activité est clairement délimitée.
- L'éclairage et la ventilation, le cas échéant, sont adéquats.
- Les règles et les consignes de sécurité sont affichées.
- Les directives sur l'utilisation des installations sont affichées.
- Les sorties de secours sont clairement indiquées.
- Les sentiers sont choisis selon les capacités des élèves et des chevaux.
- On évite de conduire les chevaux le long ou en travers des routes.

### Équipement

- L'équipement est approprié et en bon état.
- Le harnachement est bien ajusté.
- Le cheval est choisi selon la taille et les capacités du cavalier.
- Les lecteurs de musique portatifs et les autres appareils électroniques sont interdits.
- Une trousse de premiers soins et un téléphone sont disponibles.

### Vêtements et chaussures

- On porte un casque approprié et bien ajusté.
- On porte des vêtements et des chaussures appropriés (pantalon et chaussures à bout fermé avec talon de 2,5 cm).
- On porte des vêtements en couches multiples.
- On porte une protection adéquate contre le temps, le soleil et les insectes.

### Autres considérations

- L'élève a subi un examen médical de routine et a présenté un bilan médical avant de commencer le programme.
- L'élève a présenté le formulaire de déclaration et de consentement du parent et de déclaration de l'élève (si l'élève a moins de 18 ans) ou le formulaire de déclaration de l'élève (s'il a 18 ans ou plus) avant le début du programme.
- On a encouragé le participant à souscrire à une police d'assurance-accident.
- Les élèves qui subissent une blessure sont envoyés aux membres compétents du personnel médical aux fins de traitement et de réadaptation et ne devraient pas reprendre l'activité tant qu'ils n'auront pas reçu l'autorisation d'un professionnel de la santé qualifié.
- L'activité correspond à l'âge, aux capacités et à la condition mentale et physique de l'élève.
- L'élève fait preuve en tout temps d'une bonne maîtrise de soi et évite tout comportement inadmissible.
- Le choix de cette activité par l'élève dans le cadre du volet HORS-classe du programme d'éducation physique/éducation à la santé a été présenté au parent ou au tuteur légal (élève de moins de 18 ans) et à l'enseignant.