

Listes de vérification sur la sécurité des activités physiques

Football canadien ou américain – avec plaqués

Le football canadien ou américain comprend deux équipes qui s'affrontent sur un champ rectangulaire d'environ 100 mètres, et qui essaient de franchir la ligne de but adverse avec le ballon, soit en lançant le ballon ou en courant avec le ballon. Le jeu s'arrête lorsque le porteur de la balle est plaqué (jeté par terre).

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 des entraîneurs formés ou agréés dans le cadre du Programme national de certification des entraîneurs de Football Canada.
- Toutes les séances sont offertes dans un milieu sécuritaire et les élèves sont sensibilisés aux risques du football avec plaqués.
- Les règles et les consignes de sécurité ont été apprises avant la participation.
- Les habiletés et les mouvements sont appris selon une progression adéquate.
- Durant l'instruction, les joueurs sont appariés selon leur taille et leurs compétences.
- Les élèves ont reçu une instruction adéquate et peuvent démontrer les compétences nécessaires avant de participer aux exercices avec plein contact.
- 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.

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 visuelle constante** au début de l'instruction des habiletés de contact et **surveillance sur place** autrement.
- L'entraîneur dirige les exercices avec contact.
- Une personne ayant une formation en premiers soins est présente.
- 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.

Listes de vérification sur la sécurité des activités physiques

Football canadien ou américain – avec plaqués

Installations

- Les conditions et les prévisions météorologiques locales, notamment le taux d'humidité et la température, sont vérifiées avant la séance.
- Le champ est exempt de dangers et de débris, et la surface offre une adhérence adéquate.
- L'aire d'activité est clairement délimitée et compte des zones hors limites adéquates exemptes d'obstacles.
- Les poteaux de buts sont bien matelassés.
- L'éclairage est convenable.
- Les règles et les consignes de sécurité sont affichées.
- Les sorties de secours sont clairement indiquées.

Équipement

- L'équipement est approprié et en bon état.
- L'équipement (personnel, p. ex., casque; et d'équipe, p. ex., traineau de football) est vérifié avant chaque séance.
- Les directives sont émises quant à l'entretien de l'équipement.
- Une trousse de premiers soins et un téléphone sont disponibles.

Vêtements et chaussures

- Tout l'équipement protecteur (p. ex., casques) est homologué selon les exigences minimales de l'ACS.
- Tous les joueurs doivent porter un protège-dents.
- L'équipement personnel est ajusté et porté correctement par tous les élèves.
- On doit porter des chaussures de football appropriés et bien maintenus, conformément aux règlements.
- Il faut enlever tous les bijoux.
- On porte des vêtements qui conviennent aux conditions météorologiques pour les séances d'entraînement ainsi que pour les matchs.
- Il faut porter des vêtements qui satisfont aux exigences du club ou de la compétition.

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.