

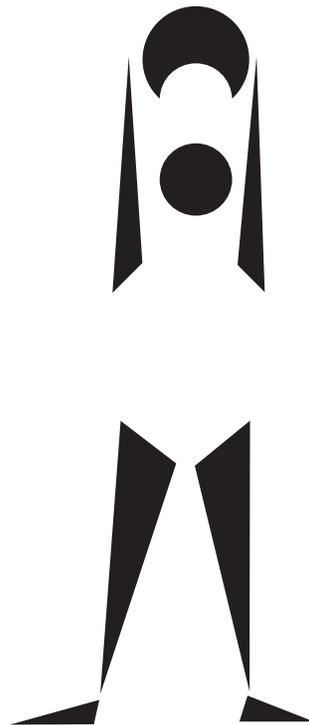
---

# Secondaire 1

## 3. Sécurité

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.

---





## Tableau synthèse de Sécurité

*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.*

		<i>Lettre</i>	<i>Domaine</i>	<i>Sous-domaines</i>	<i>Indicateurs d'attitudes</i>
<i>Connaissances</i>	<i>A</i>	Gestion des risques liés à l'activité physique	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mesures de sécurité</li> <li>Sécurité pendant l'effort</li> <li>Tenue vestimentaire</li> <li>Matériel et installations</li> <li>Activités pratiquées hors du milieu habituel</li> </ol>	<p>L'élève doit :</p> <p>3.1 Se montrer soucieux de sa sécurité et de celle des autres.</p> <p>3.2 Faire preuve du sens des responsabilités quand vient le temps de respecter les règles assurant sa sécurité et celle des autres.</p>	
	<i>B</i>	Sécurité pour soi-même et pour les autres	<ol style="list-style-type: none"> <li>Sensibilisation à la sécurité dans la société en général</li> <li>Sensibilisation à la sécurité dans l'environnement</li> <li>Prévention et traitement des blessures</li> <li>Assistance et services</li> <li>Prévention de la violence</li> <li>Sécurité personnelle et exploitation sexuelle</li> </ol>		
<i>Habiletés</i>	<i>A</i>	Apprentissage et application des règles de sécurité relatives à l'activité physique et à un mode de vie sain	<ol style="list-style-type: none"> <li>Activité physique</li> <li>Premiers soins</li> </ol>		

# 3. Sécurité



Tableau synoptique du résultat d'apprentissage général n° 3 — Sécurité

		Sous-domaines										
		M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2
Connaissances	Domaine A											
	1. Mesures de sécurité	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰
	2. Sécurité pendant l'effort	<input type="checkbox"/>										
	3. Tenue vestimentaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰	☰	☰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>	☰
	4. Matériel et installations	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰	☰	☰	☰	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>	☰
5. Activités pratiquées hors du milieu habituel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>							
Compétences	Domaine B											
	1. Sensibilisation à la sécurité dans la société	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>								
	2. Sensibilisation à la sécurité dans l'environnement	☼	<input type="checkbox"/>									
	3. Prévention et traitement des blessures	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>								
	4. Assistance et services	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>
	5. Prévention de la violence	<input type="checkbox"/>										
Habiletés	Domaine A											
	6. Sécurité personnelle et exploitation sexuelle	☼	<input type="checkbox"/>									
	Sous-domaines	M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2
1. Activité physique	<input type="checkbox"/>	☰	☰	☰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☰	☰	☰	☰	<input type="checkbox"/>	☰
2. Premiers soins	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☼	☼	<input type="checkbox"/>							

☼ éveil  acquisition ou développement ☰ maintien



### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.A.1 *L'élève sera apte à :*

**Prendre connaissance des règles et des modalités de sécurité avant de pratiquer chaque forme d'activité physique** (p. ex. laisser au joueur assez de place pour qu'il fasse un élan complet au golf).

### Suggestions pour l'enseignement

#### La sécurité d'abord : révision des règles

- L'enseignant prépare une liste synthèse et invite chaque élève à choisir une activité de cette liste et à consigner cinq règles ou mesures de sécurité propres à cette activité. (S'assurer que toutes les activités ont été choisies, et que chacune a été choisie par au moins deux élèves.) Demander aux élèves de former des groupes selon l'activité choisie, de discuter de leurs listes et de les fusionner.

#### Résumé de la sécurité

- Avant chaque activité physique, demander aux élèves de réviser les règles et les mesures de sécurité à l'aide de stratégies comme la discussion en classe ou une recherche du type « Trouver quelqu'un qui... » (à partir d'un questionnaire sur les règles, inviter les élèves à se poser mutuellement des questions, et à corriger les réponses avec le groupe entier).



Voir l'activité « Trouver quelqu'un qui... » dans le DR G-2 : Stratégies d'apprentissage actif.

### Suggestions pour l'évaluation

#### Résumé de la sécurité

- Pour évaluer les connaissances des élèves au sujet des mesures de sécurité, utiliser une liste de vérification préparée avec eux pour chaque activité physique choisie.

### Remarques pour l'enseignant

#### Conseil

S'assurer que des tapis et autre équipement de protection appropriés sont installés avant le début des activités :

Exemples :

- basketball : tapis sur les murs;
- volleyball : matelas sur les poteaux;
- hockey : visières ou lunettes portées par les joueurs.

Lors d'un cours de tir à l'arc, siffler pour signaler aux élèves :

- qu'ils peuvent tirer sans danger;
- qu'ils peuvent aller chercher leurs flèches sans danger;
- qu'ils doivent s'arrêter en cas d'urgence (déposer immédiatement leur arc et flèches, reculer de la zone de tir).

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



#### Imprimés/publications :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE (ACSEPLD). *Le défi canadien Vie active : trousse du responsable : 3<sup>e</sup> programme : pour les 12 à 14 ans : faire des choix et établir des objectifs*, Gloucester (Ontario), l'Association, 1994, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/01)

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997. (DREF 363.147 L725)

HANNA, Glenda, et Mike HANNA. *Manitoba sans danger pour les jeunes : la ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles*, Edmonton, YouthSafeOutdoors, 2004.

SANDERS, Pete, Louis MORZAC. *En plein air*, Paris, Gamma; Montréal, École active, 1990, 32 p., coll. « Sois prudent ». (DREF 363.14/S215e)

#### Audiovisuel :

*Mesures d'urgence en cas de blessures à la tête ou au cou*, [enregistrement vidéo], réalisé par Centre d'excellence en hockey international, Gloucester, 1991. (DREF JNLF / V4293)

*Procédures d'urgence en cas d'empoisonnement*, [enregistrement vidéo], réalisé par Centre de matériel d'éducation visuelle en collaboration avec Encyclopaedia Britannica Educational Corporation, Chicago, 1982. (DREF BLCL / V5803)

*Sain et sauf*, [enregistrement vidéo], Toronto, Ministère du Tourisme et des loisirs, 1990, 1 vidéocassette de 22 min. (DREF JNGK / V4301)

#### Organisations/sites Web :

AMC.CA. *Info maladies, les blessures sportives*, [en ligne], 2003, <http://www.cma.ca/Public/DiseaseLibrary/PatientInfo.asp?diseaseid=204&agree=true>, (mai 2005). [Description, causes, traitement et prévention des blessures sportives]

PE 101 RESOURCE\*. *Management of sports injuries*, [en ligne], 2001, [http://www.geocities.com/fit\\_ateneans/management\\_sport\\_injuries.htm](http://www.geocities.com/fit_ateneans/management_sport_injuries.htm), (mai 2005). [Blessures sportives, traitements et exercices contre-indiqués]

\* L'information contenue dans cette ressource de langue anglaise est jugée suffisamment importante pour s'ajouter aux ressources françaises.



### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.A.2 *L'élève sera apte à :*

**Décrire les blessures courantes** (p. ex. dos, genoux) **associées à l'exercice physique ainsi que les moyens de les prévenir** (p. ex. faire des exercices d'étirement et employer les bonnes techniques).

### Suggestions pour l'enseignement

#### Prévoir et prévenir les blessures

- Inviter les élèves à discuter ensemble afin de créer une liste des blessures communes (p. ex. ampoules, commotions, entorses, foulures). Ensuite, leur demander de discuter des mesures pour prévenir ces blessures communes (p. ex. utiliser des chaussures, des vêtements et des équipements de protection appropriés; faire des mouvements d'échauffement et de retour au calme; faire les exercices en ne dépassant pas ses capacités physiques personnelles; utiliser correctement le matériel comme les poids et haltères).



Voir le document de ressources générales DR G-3 : Exercices à faire ou à ne pas faire.

#### Répertoire les techniques correctes

- Demander aux élèves de former des groupes de trois ou quatre et demander à chaque groupe de choisir quatre exercices à partir des illustrations d'exercices fournies. (S'assurer que tous les exercices ont été choisis.)



Voir le document de ressources générales DR G-3 : Exercices à faire ou à ne pas faire.

- Inviter les groupes à répertorier les blessures communes qui pourraient résulter de l'exécution incorrecte de ces exercices. Puis leur demander de démontrer la technique correcte au reste de la classe et d'expliquer comment cette technique permettrait d'éviter une blessure. Inviter les élèves à évaluer chaque présentation à l'aide des critères suivants :
  - contenu;
  - créativité;
  - présentation.

#### Présentation d'un spécialiste

- Inviter un spécialiste (p. ex. thérapeute en sports, entraîneur de conditionnement physique) à venir présenter aux élèves de l'information sur les blessures communes et les stratégies de prévention.

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : C.3.S2.A.2

## Suggestions pour l'évaluation

### Prévoir et prévenir les blessures

- Demander aux élèves de réfléchir sur des blessures personnelles qu'ils ont subies (s'il y a lieu) ou sur une blessure en particulier et de discuter des mesures préventives qu'ils ont utilisées pour les éviter auparavant dans leur programme de conditionnement physique personnel, et des mesures qui pourraient être nécessaires à l'avenir.

### Répertorier les techniques correctes

- Utiliser le barème d'appréciation ci-dessous pour évaluer les présentations des groupes.

Présentation des groupes – Barème d'appréciation			
Critère	3 Exceptionnelle	2 Satisfaisante	1 Besoin d'amélioration
	L'élève/le groupe :		
Contenu	<ul style="list-style-type: none"><li>• démontre une connaissance approfondie du sujet</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• démontre une connaissance satisfaisante du sujet</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• inclut des informations non directement liées au sujet</li></ul>
Créativité	<ul style="list-style-type: none"><li>• utilise beaucoup d'illustrations/diagrammes pour mieux faire comprendre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• utilise assez d'illustrations et de diagrammes pour mieux faire comprendre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• utilise peu d'aides visuelles pour mieux faire comprendre le contenu</li></ul>
Présentation	<ul style="list-style-type: none"><li>• est très intéressant et explique bien</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• retient généralement l'attention du groupe</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ne retient pas l'attention du groupe</li></ul>

### Remarques pour l'enseignant

#### Glossaire

ampoule  
commotion  
entorse  
foulure

#### Lien communautaire

L'enseignant pourrait s'adjoindre les services de professionnels du domaine de la santé tels des thérapeutes en sports, des entraîneurs de conditionnement physique et des médecins de médecine sportive et d'autres qui pourraient apporter une aide précieuse dans l'enseignement de cette discipline.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



#### Imprimés/publications :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE (ACSEPLD). *Le défi canadien Vie active : trousse du responsable : 3<sup>e</sup> programme : pour les 12 à 14 ans : faire des choix et établir des objectifs*, Gloucester (Ontario), l'Association, 1994, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/01)

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997. (DREF 363.147 L725)

HANNA, Glenda, et Mike HANNA. *Manitoba sans danger pour les jeunes : la ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles*, Edmonton, YouthSafeOutdoors, 2004.

#### Organisations/sites Web :

AMC.CA. *Info maladies, les blessures sportives*, [en ligne], 2003,  
<<http://www.cma.ca/Public/DiseaseLibrary/PatientInfo.asp?diseaseid=204&agree=true>>, (mai 2005).  
[Description, causes, traitement et prévention des blessures sportives]

ÉDUCATION PHYSIQUE LYCÉES PROFESSIONNELS. *Prévenir et gérer le mal de dos*, [en ligne], 1991,  
<<http://perso.wanadoo.fr/bernard.lefort/securite/educationsecurite.html>>, (mai 2005). [Enseignement et recommandations de sécurité en physiologie de l'exercice]

INSTITUT CANADIEN DE LA RECHERCHE SUR LA CONDITION PHYSIQUE ET LE MODE DE VIE. *Pour un dos en bonne santé*, [en ligne], 2001,  
<[http://www.cflri.ca/icrcp/conseils/93/VA93\\_08.html](http://www.cflri.ca/icrcp/conseils/93/VA93_08.html)>, (mai 2005). [Exercices d'étirement et de réchauffement ainsi que des mises en garde]

LYCOS. *Les blessures : fatalité ou négligence*, [en ligne], 2003  
<[http://membres.lycos.fr/entraîneurdefoot/mon\\_site/lien1/echauffer.html](http://membres.lycos.fr/entraîneurdefoot/mon_site/lien1/echauffer.html)>, (mai 2005). [Échauffement, étirements, relaxation, hygiène de vie et récupération]

PE 101 RESSOURCE\*. *Management of sports injuries*, [en ligne], 2001,  
<[http://www.geocities.com/fit\\_ateneans/management\\_sport\\_injuries.htm](http://www.geocities.com/fit_ateneans/management_sport_injuries.htm)>, (mai 2005).  
[Blessures sportives, traitements et exercices contre-indiqués]

<[WWW.LUNG.CA](http://WWW.LUNG.CA). L'asthme à l'école, [en ligne], <https://www.lung.ca/fr/asthme/school/emergency.html>>, (mai 2005). [Mesures de sécurité en ce qui a trait à l'asthme à l'école]

\* L'information contenue dans cette ressource de langue anglaise est jugée suffisamment importante pour s'ajouter aux ressources françaises.

### 3. Sécurité



#### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.A.3 L'élève sera apte à :

**Expliquer les raisons** (p. ex. maintien de la température corporelle malgré la pluie, la chaleur, le froid ou l'humidité) **qui justifient le port d'une tenue vestimentaire adaptée à des formes déterminées d'activité physique à l'intérieur et à l'extérieur** (p. ex. vêtements légers et confortables pour le squash, plusieurs couches de vêtements et bonnet pour le ski de fond).

#### Suggestions pour l'enseignement

##### Vêtements pour différentes conditions

- Diviser la classe en quatre groupes égaux et inviter chaque groupe à choisir l'un des sujets suivants :
  - hyperthermie à l'intérieur;
  - hyperthermie à l'extérieur;
  - hypothermie à l'intérieur;
  - hypothermie à l'extérieur.
  
- Demander à chaque groupe de faire un remue-ménages afin de déterminer comment la combinaison des conditions environnementales et du type de vêtements portés pourraient changer la température du corps dans certaines conditions climatiques par rapport à l'activité choisie.

##### Raisons de mes choix de vêtements

- Revoir avec les élèves le principe des couches multiples. Inviter les élèves à former des groupes de deux et demander à chaque groupe de choisir les éléments suivants à partir d'une liste synthèse :  
une condition météorologique (p. ex. moins 10 °C, plus 30 °C, moins 40 °C, une pluie battante);  
une activité extérieure (p. ex. ski de fond, vélo de montagne, patin à roues alignées, raquette).
  
- À l'aide d'un tableau comme ci-dessous, demander aux élèves d'indiquer les vêtements appropriés (de la tête aux pieds) pour la condition atmosphérique et l'activité choisie, et d'expliquer les raisons de leurs choix. Inviter les élèves à présenter leurs résultats à la classe.

J'ai besoin de... quand... :			
Condition atmosphérique	Activité extérieure	Vêtements (portés)	Ce que ces vêtements m'apportent
<i>Exemple :</i> ● -10 °C	● ski de fond	● tuque	● réduit la perte de chaleur du corps

Lien curriculaire :  
ÉP-ÉS : H.1.S1.C.1

### Suggestions pour l'évaluation

#### Toutes les activités

- Demander aux élèves de faire une recherche sur les raisons évoquées pour porter plusieurs couches de vêtements multiples (c.-à-d. l'application des trois couches) et d'énumérer, dans leur journal sous forme de fiches anecdotiques, cinq activités et les conditions atmosphériques auxquelles s'applique le principe des couches multiples.

#### Raisons de mes choix de vêtements

- À l'aide des tableaux présentés, vérifier si les élèves ont trouvé un article de vêtement pour chaque zone du corps et noter si le choix est approprié pour la condition atmosphérique et l'activité choisie.

### Remarques pour l'enseignant

#### Glossaire

- hyperthermie
- hypothermie
- principe des couches de vêtements multiples

#### Organisation

- Consulter des marchands de vente de vêtements de sport pour de l'information sur les vêtements, les textiles et les couches multiples.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



#### Imprimés/publications :

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997. (DREF 363.147 L725)

HANNA, Glenda, et Mike HANNA. *Manitoba sans danger pour les jeunes : la ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles*, Edmonton, YouthSafeOutdoors, 2004.

#### Organisations/sites Web :

CENTRE EVIAN POUR L'EAU. *Hydratation et sport de compétition chez l'enfant*, [en ligne], <<http://www.centre-evian.com/fondDoc/index.html?contenu-scientifique.html?http://www.centre-evian.com/fondDoc/dos-science/16977.html>>, (mai 2005). [Dossier sur les conséquences et la prévention de la perte d'eau]

CROIX-ROUGE CANADIENNE. *Par prudence, protégez-vous du froid pour éviter les gelures et l'hypothermie*, [en ligne], 2003, <<http://www.croixrouge.ca/print.asp?id=001903>>, (mai 2005). [Prévention, symptômes et traitement des gelures et de l'hypothermie]

### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



#### Organisations/sites Web :

MAXGUARD. *Blessures courantes*, [en ligne], 2000, <<http://www.maxxgard.com/blessures.htm>>, (mai 2005).  
[Importance des protecteurs bucaux]

PETIT MONDE. *S'amuser en sécurité toute l'année*, [en ligne], 1999,  
<<http://www.petitmonde.com/iDoc/Fiche.asp?id=1102>>, (mai 2005). [Recommandations sur le port de vêtements  
et d'équipement sécuritaire pour la pratique de plusieurs activités physiques]

### 3. Sécurité



#### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.A.4 *L'élève sera apte à :*

**Cerner les facteurs de sécurité qui sont propres à des formes déterminées d'activité physique** (p. ex. le ski de fond) **et qui sont liés au comportement des gens** (p. ex. le respect du droit de passage, les dispositions prises pour les personnes handicapées), **aux installations** (p. ex. les conditions d'enneigement) **et au matériel** (p. ex. le port d'une tenue vestimentaire adéquate).

#### Suggestions pour l'enseignement

##### Connaître les facteurs de sécurité et de risque

- Former de petits groupes d'élèves; leur demander de trouver les facteurs de sécurité et de risque pour les activités choisies et de remplir un tableau « Penser sécurité » comme celui-ci :

Activité choisie	Penser sécurité			
	Équipement et vêtements	Installations	Autres facteurs de sécurité et de risque	Exemples d'adaptations pour les élèves ayant un handicap
<i>Exemple :</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planche à neige dans un centre de ski</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Casque, gants ou mitaines, planche à neige, bottes, fixations, vêtements chauds</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conditions de neige</li> <li>• Pentes ou pistes de divers niveaux de difficulté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre des leçons d'un instructeur qualifié</li> <li>• Savoir le code de croisement</li> <li>• Prendre un sifflet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Néviplanchiste ayant un handicap visuel (aveugle) : utiliser un sifflet et le jumeler à une autre personne avec un système de communication (écouteurs).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Course de marathon durant une journée chaude</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ski de fond par temps doux, ensoleillé</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Canotage par temps froid et pluvieux</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Randonnée à vélo d'une demi-journée par temps chaud</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autre :</li> </ul>				

### Suggestions pour l'enseignement (suite)

#### Faire une liste de vérification de la sécurité

- Demander aux élèves de former de petits groupes et de discuter afin de créer une liste de vérification ou une affiche qui indique les facteurs de sécurité et de risque pour une activité (p. ex. une activité enseignée dans un cours donné) en rapport avec les personnes, les installations et l'équipement en jeu. Afficher les listes de vérification ou les affiches pour que la classe puisse les voir et en discuter.

Variante :

Inviter les élèves à choisir une activité (p. ex. activité pratiquée au cours de la session, du semestre, de l'année, ou une nouvelle activité intéressant les élèves).

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : C.3.S1.A.5A

### Suggestions pour l'évaluation

#### Connaître les facteurs de sécurité et de risque

- Après avoir fait en groupes la liste « Penser sécurité » et la discussion, inviter chaque groupe à partager ses réponses avec un autre, puis demander à tous les groupes de créer une liste synthèse qui contiendra tous ces renseignements.

### Remarques pour l'enseignant

#### Conseil

- Préparer un exemple de liste de vérification comme ci-dessous.

#### Liste de vérification - randonnée à vélo

- La bicyclette :
  - Est-ce qu'elle a des réflecteurs?
  - Est-ce que les freins fonctionnent?
  - Est-ce que j'ai un tube de rechange?
  - Est-ce que quelqu'un dans le groupe a une trousse de réparation de bicyclette?
  - Est-ce que quelqu'un du groupe a une pompe pour les pneus?
- Personnel :
  - Est-ce que j'ai de la crème solaire?
  - Est-ce que j'ai des lunettes fumées?
  - Mes vêtements sont-ils appropriés pour le temps qu'il fait?
  - Est-ce que j'ai un casque?
  - Est-ce que j'ai de l'eau potable?
  - Est-ce que j'ai un goûter nutritif?

(suite)

### Remarques pour l'enseignant (suite)

#### Liste de vérification - randonnée à vélo (suite)

- En cas d'accident :
  - Est-ce que quelqu'un dans le groupe apporte un cellulaire?
  - Est-ce que quelqu'un du groupe a une trousse de premiers soins?
  - Est-ce que j'ai sur moi une carte d'identité?
- Orientation :
  - Est-ce que je comprends les instructions sur les panneaux de signalisation standard sur la piste?
  - Est-ce que quelqu'un du groupe a une carte?

#### Glossaire

- gelure
- épuisement par la chaleur
- coup de chaleur
- hyperthermie
- hypothermie
- principe des couches de vêtements multiples

#### Lien communautaire

L'enseignant pourrait s'adjoindre les services de professionnels tels un instructeur de survie en forêt, du personnel de services médicaux d'urgence ou d'autres personnes qui pourraient apporter une aide précieuse dans l'enseignement de cette discipline.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



#### Imprimés/publications :

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines, Winnipeg, l'Association, 1997. (DREF 363.147 L725)

HANNA, Glenda, et Mike HANNA. *Manitoba sans danger pour les jeunes : la ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles*, Edmonton, YouthSafeOutdoors, 2004.

*La piscine chez nous*, [classeur vertical], Ottawa, Société canadienne de la Croix-Rouge, brochure. (DREF CV)

SANDERS, Pete, Louis MORZAC. *En plein air*, Paris, Gamma; Montréal, École active, 1990, 32 p., coll. « Sois prudent ». (DREF 363.14/S215e)

#### Organisations/sites Web :

CANADA. TRANSPORT. *Sécurité routière : les sujets favoris du public*, [en ligne], 2004, <<http://www.tc.gc.ca/securiteroutiere/menu.htm>>, (mai 2005). [Sujets variés portant sur la sécurité et l'alcool, la sécurité en motoneige, etc.]

### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



**Organisations/sites Web :**

ONTARIO. TRANSPORTS. *L'art du cyclisme - Guide à l'usage des cyclistes adolescents et adultes*, [en ligne], <<http://www.mto.gov.on.ca/french/pubs/cycling/cyclingskills.htm>>, (mai 2005). [Entretien d'une bicyclette et sécurité sur la route]

### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.A.5a *L'élève sera apte à :*

**Cerner les dangers inhérents à des formes déterminées d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel** (p. ex. escalade sur un mur, patinage à roues alignées, ski alpin, activités sur glace).

### Suggestions pour l'enseignement

#### Affiches sur les risques liés à certaines activités de poursuite

- Diviser les élèves en petits groupes et leur demander de choisir l'une des activités de poursuite suivantes. S'assurer que tous les exemples sont choisis.
  - escalade en falaise ou intérieure;
  - patin à roues alignées;
  - ski alpin;
  - vélo de montagne;
  - vélo tout-terrain;
  - canotage;
  - motoneige;
  - chasse ou piégeage;
  - autre.
  
- Inviter les élèves à discuter ensemble et à faire une recherche sur les risques potentiels inhérents à leur activité de poursuite. Demander à chaque groupe de créer une affiche qui comprend les informations suivantes :
  - règles ou règlements de sécurité;
  - vêtements appropriés;
  - équipement de protection;
  - autre.
  
- Placer les affiches au mur et inviter la classe à en discuter et à les évaluer.

Liens curriculaires :

ÉP-ÉS : C.3.S1.A.4

Français FL2 : PE1, PE3, PE4, PE5

Français FL1 : E3, E1, E2

#### Suggestions pour l'évaluation

##### Affiches sur les risques liés à certaines activités de poursuite

- Évaluer les affiches des élèves en utilisant le barème d'évaluation suivant :

Affiches – Barème d'évaluation			
Critère	3 Exhaustive	2 Satisfaisante	1 Limitée
<b>Contenu</b>			
Renseignements concernant :			
• règles ou règlements de sécurité			
• vêtements appropriés			
• équipement de protection			
• autre			
<b>Présentation</b>			
• créativité			
• clarté des renseignements			

Note :

Bien que les RAS de maintien ne contiennent généralement pas d'évaluation, celle qui se trouve ci-dessus pourrait être utile dans cette activité.

#### Remarques pour l'enseignant

##### Révision

Réviser les politiques applicables de l'école et de la division scolaire concernant les activités de poursuite.

Communiquer avec les associations pertinentes pour obtenir de l'information sur les risques pour la sécurité liés à des activités de poursuite (p. ex. course d'orientation, canotage, voile, ski alpin, ski de fond).

#### RESSOURCES SUGGÉRÉES



##### Imprimés/publications :

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997. (DREF 363.147 L725)

HANNA, Glenda, et Mike HANNA. *Manitoba sans danger pour les jeunes : la ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles*, Edmonton, YouthSafeOutdoors, 2004.

NEYS, Danielle. *Le guide Marabout de ski de fond*, Verviers (Belgique), Marabout, 1981, 241 p., coll. « Marabout service ». (DREF 796.93/N574g)

### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



#### Imprimés/publications :

SANDERS, Pete, et Louis MORZAC. *En plein air*, Paris, Gamma; Montréal, École active, 1990, 32 p., coll. « Sois prudent ». (DREF 363.14/S215e)

SOULIER, Pierre Bernard, et Alain MISCHEL. *Vous et le ski*, Paris, Larousse, 1988, 192 p., coll. « Techniguide ». (DREF 796.93/S723v)

ZUANON, Jean-Paul. *Les sports de neige*, Paris, Éditions du Seuil, 1997, 173 p., coll. « Les Guides du Club alpin français ». (DREF 796.9 S764)

#### Organisations/sites Web :

Sport Manitoba

200 rue Main

Winnipeg (Man.) R3C 4M2

Tél. : (204) 925-5600

< <http://www.sportmanitoba.ca/> >

INSTITUT CANADIEN DE LA RECHERCHE SUR LA CONDITION PHYSIQUE ET LE MODE DE VIE. *Le dossier de la recherche : L'exercice par temps froid*, [en ligne], <<http://www.cflri.ca/pdf/f/dr9212.pdf>>, (mai 2005). [Conseils se rapportant à la prévention des problèmes par temps froid]

SERVICE VIE INC. *L'activité physique en hiver*, [en ligne], 2003, <[http://www.servicevie.com/03Forme/Condition/activ\\_hiver.html](http://www.servicevie.com/03Forme/Condition/activ_hiver.html)>, (mai 2005). [Renseignements et recommandations en ce qui a trait aux dangers de l'activité physique en hiver]

SKI HORIZON. *La marmotte géante – Conseils et sécurité*, [en ligne], <<http://www.skihorizon.com/fr/magazine/conseil.asp>>, (mai 2005). [Conseils se rapportant à la sécurité en ski alpin]

## 3. Sécurité



### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.A.5b *L'élève sera apte à :*

**Décrire l'importance de faire des choix éclairés pour prévenir les blessures dans des formes déterminées d'activité physique terrestre** (p. ex. cyclisme, course à pied) **ou aquatique** (p. ex. natation, plongeon, canotage).

### Suggestions pour l'enseignement

#### En sécurité sur terre ou sur l'eau

- Former des groupes de trois ou quatre élèves et demander à chaque groupe de choisir l'un des scénarios suggérés ci-dessous. S'assurer que tous les scénarios ont été choisis. Inviter les groupes à discuter ensemble et à faire une recherche sur le scénario choisi afin de déterminer :
  - le choix imprudent dans le scénario;
  - les blessures que peuvent causer ce mauvais choix;
  - les lois qui peuvent s'appliquer au scénario et les conséquences qui pourraient en découler.

#### Scénarios suggérés :

1. Une jeune personne porte des écouteurs et écoute de la musique à tue-tête pendant qu'elle fait de la course à pied dans un parc de la ville.
2. À la nuit tombée, un groupe d'adolescents fait du canotage sur un lac.
3. Une famille fait de la bicyclette. Les deux jeunes enfants portent des casques, mais pas les adultes.
4. Dans un lac, il y a une zone désignée pour la baignade, mais un groupe de jeunes décide de grimper et de plonger d'une falaise.

#### Pourquoi être prudent!

- Par groupes de deux, inviter les élèves à discuter ensemble en vue de créer une liste synthèse d'activités physiques sur terre et une liste synthèse d'activités physiques aquatiques. Demander à un élève de chaque paire de choisir cinq activités physiques terrestres et d'indiquer un choix intelligent qui favorise la sécurité pour chaque activité, tandis que l'autre indique comment ou pourquoi ce choix peut empêcher des blessures. Demander ensuite aux partenaires de changer de rôle, cette fois avec les activités physiques aquatiques.

Liens curriculaires :

Français FL2 : PO1, PO3, PO4, PO5

Français FL1 : CO5, CO6, CO7, CO8

## Suggestions pour l'évaluation

### Sécurité sur terre et sur l'eau

- À mesure que les groupes présentent les résultats de leur discussion et de leur recherche, inviter la classe à évaluer les présentations à l'aide d'une liste de vérification comme ci-dessous :

Présentations de scénarios – Liste de vérification		
Critère	Oui	Non
<b>Le groupe indique :</b>		
• le choix imprudent dans le scénario choisi		
• les blessures que ce mauvais choix pourrait causer		
• les lois et les conséquences légales pouvant s'appliquer à ce scénario		

### Toutes les activités

- Inviter les élèves à expliquer, dans leur journal, l'énoncé « Il ne faut pas forcer sa chance » en rapport avec l'importance de faire des choix judicieux pour éviter les blessures.

## Remarques pour l'enseignant

### Conseil

Pour une liste suggérée d'activités terrestres et aquatiques, consulter l'appendice A : Catégories d'activités physiques.

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



### Imprimés/publications :

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997. (DREF 363.147 L725)

GUILLON, Nicolas. *Le cyclisme*, Toulouse, Éditions Milan, 1998, 125 p. (DREF 798.2 D331m)

HANNA, Glenda, et Mike HANNA. *Manitoba sans danger pour les jeunes : la ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles*, Edmonton, YouthSafeOutdoors, 2004.

MACNEILL, Ian, et SPORT MEDECINE COUNCIL OF B.C. *Jogging*, Outremont, Éditions du Trécaré, 2000, 199 p. (DREF 796.425 M169j)

SANDERS, Pete, et Louis MORZAC. *En plein air*, Paris, Gamma; Montréal, École active, 1990, 32 p., coll. « Sois prudent ». (DREF 363.14/S215e)

SÉCURIZEUNES CANADA. *La sécurité nautique*, [en ligne], 2002, <[http://www.sickkids.on.ca/safekids/FRENCH/Safety\\_Tips/FreST\\_Water.html](http://www.sickkids.on.ca/safekids/FRENCH/Safety_Tips/FreST_Water.html)>, (mai 2005).

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



**Organisations/sites Web :**

*Violentes tempêtes : conseils pratiques*, [classeur vertical], Ottawa, Protection civile Canada, 1997, 16 p (DREF CV)

**Organisations/sites Web :**

ONTARIO. TRANSPORTS. *L'art du cyclisme – Guide à l'usage des cyclistes adolescents et adultes*, [en ligne], <<http://www.mto.gov.on.ca/french/pubs/cycling/cyclingskills.htm>>, (mai 2005). [Entretien d'une bicyclette et sécurité sur la route]

SERVICE VIE FORME. *Sécurité à bicyclette : ce qu'il faut apprendre à vos enfants*, [en ligne], 2003, <<http://www.servicevie.com/03Forme/Securite/securite07042003/securite07042003b.html>>, (mai 2005). [Comportements à risque et suggestions d'action à prendre pour les éviter]

SOCIÉTÉ D'ASSURANCE PUBLIQUE DU MANITOBA. *Sécurité routière – sécurité en patins à roues alignées*, [en ligne], <[http://www.mpi.mb.ca/francais/fr\\_rd\\_safety/fr\\_VulnerableRoadUsers/Fr\\_rollerblading\\_safety.html](http://www.mpi.mb.ca/francais/fr_rd_safety/fr_VulnerableRoadUsers/Fr_rollerblading_safety.html)>, (mai 2005). [Conseils sur la pratique du patin à roues alignées et autres]

SKI HORIZON, *La marmotte géante – Conseils et sécurité*, [en ligne], <<http://www.skihorizon.com/fr/magazine/conseil.asp>>, (mai 2005). [Conseils se rapportant à la sécurité en ski alpin]

### 3. Sécurité



### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.B.1 *L'élève sera apte à :*

**Évaluer l'efficacité des lois et des politiques destinées à assurer la sécurité publique** (p. ex. âge minimal pour l'obtention d'un permis de conduire, législation sur la conduite en état d'ébriété et sur la conduite des embarcations de plaisance, mécanismes de protection contre la violence familiale, syndrome du nourrisson secoué, dispositions contre le vandalisme).

### Suggestions pour l'enseignement

#### Efficacité de la législation en matière de sécurité

- Demander aux élèves de discuter ensemble afin de créer une liste synthèse des lois et politiques de leur collectivité qui favorisent la sécurité personnelle et collective. Former de petits groupes d'élèves et leur demander de choisir une loi ou une politique à partir de la liste synthèse. Inviter chaque groupe à faire une recherche sur la loi ou la politique choisie, en mettant l'accent sur les questions suivantes :
  - *Comment cette loi ou politique est-elle définie?*
  - *Comment cette loi ou politique est-elle censée favoriser la sécurité personnelle et collective?*
  - *Dans quelle mesure cette loi ou politique favorise-t-elle la sécurité personnelle et collective?*
- Inviter les groupes à présenter leur recherche à la classe.

#### Façon dont les lois favorisent la sécurité

- Demander aux élèves de découper une annonce dans un journal ou une revue (ou un article, communiqué d'intérêt public) qui présente une loi ou une politique favorisant la sécurité personnelle et collective. Inviter les élèves à former des groupes de deux et à partager entre eux les annonces trouvées. Leur demander de discuter de la loi ou de la politique présentée et de déterminer en quoi elle favorise la sécurité personnelle et collective.

Liens curriculaires :

Français FL2 : CE1, PO3, PO4, P05

Français FL1 : L1, CO5, CO6, CO7, CO8

Sc. hum. : RAG : Pouvoir et autorité (P)

### Suggestions pour l'évaluation

#### Façon dont les lois favorisent la sécurité

- Évaluer les présentations des groupes en utilisant de barème d'évaluation suivant :

Présentation des groupes sur l'efficacité des lois			
Critère	3 Exhaustive	2 Satisfaisante	1 Limitée
<b>Le groupe</b>			
● Donne une définition de la loi ou politique			
● Explique comment elle favorise la sécurité personnelle et collective			
● Démontre l'efficacité de la loi ou politique favorisant la sécurité personnelle et collective			

### Suggestions pour l'évaluation (suite)

#### Toutes les activités

- Inviter les élèves à décrire, dans leur journal, une loi ou politique qui ne favorise pas la sécurité personnelle ou collective et leur demander de proposer des changements pour en améliorer la sécurité.

Note :

Bien que les RAS de maintien ne contiennent généralement pas d'évaluation, celle qui se trouve ci-dessus pourrait être utile dans cette activité.

### Remarques pour l'enseignant

#### Conseil

Pour obtenir d'autres suggestions, consulter les documents *Éducation physique et Éducation à la santé (5<sup>e</sup> à la 8<sup>e</sup>) : Document de mise en œuvre pour un mode de vie actif et sain*.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



#### Imprimés/publications :

*Au volant l'alcool et la vitesse tuent*, Montréal, Société de l'assurance automobile du Québec, 1993, 1 affiche. (DREF Affiche)

*Aimer la vie : tout le monde y gagne*, Winnipeg, Comité de la semaine manitobaine de sensibilisation aux dépendances, 2003, 1 trousse avec feuilles d'activités et documents divers. (DREF CV)

*A vélo, sois brillant!* [affiche], Montréal, Société de l'assurance automobile du Québec, 1993, 1 affiche. (DREF AFFICHE)

*Ceintures et sécurité*, [classeur vertical], 1 brochure, 2 dépliants. (DREF CV)

CONINCK, Christine de, Devis GREBU. *Les gestes qui sauvent*, Paris, Gallimard, 1975, 95 p., coll. « Kinkajou ». (DREF 616.0252/C751g)

*Éducation physique et Éducation à la santé (5<sup>e</sup> à la 8<sup>e</sup>) : Document de mise en œuvre pour un mode de vie actif et sain*.

FORGEY, William W, et Jacques LAZURE. *Premiers soins en activités de plein air : notions de base*, Saint-Lambert, Héritage, Montréal, Fédération québécoise du canot-camping, 1991, 74 p., coll. « Plein air ». (DREF 616.0252/F721p)

*Guide du motoneigiste*, [classeur vertical], brochure. (DREF CV)

*L'alcool au volant*, [classeur vertical], Toronto, Ministère du Procureur général Ontario, 1993?, brochure. (DREF CV)

### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



#### Imprimés/publications :

*Le code de la rue*, [classeur vertical]. (DREF P758)

MANITOBA. BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Protection des occupants d'un véhicule automobile*, Winnipeg, Bureau de l'éducation française, 1983, 71 p. (DREF 363.125/P967)

MOTTIN, André. *Premiers soins à donner en cas d'accident dans la pratique des activités physiques et sportives*, Paris, Éducation physique et sport, 1972-1973, 24 p. (DREF 616.0252/M922p)

SANDERS, Pete, et Louis MORZAC. *Près de l'eau*, Paris, Gamma, Montréal, École active, 1990, 32 p., coll. « Sois prudent ». (DREF 363.14/S215p)

SANDERS, Pete, et Louis MORZAC. *Sur la route*, Paris, Gamma, Montréal, École active, 1990, 32 p., coll. « Sois prudent ». (DREF 363.125/S215s)

*Sécurité routière et sciences*, France, Publications de l'École moderne française, 1996, 48 p., coll. « Bibliothèque de travail ». (DREF BT/no 1081)

#### Audiovisuel :

*Les premiers soins dans la nature*, [enregistrement vidéo], Mississauga (Ont.), Goldi Productions, 1988, 1 vidéocassette de 24 min. (DREF JYGW / V4459)

*Parechoc : trousse pour contrer la conduite avec facultés affaiblies*, [enregistrement vidéo], réalisé par Société d'assurance publique du Manitoba, Winnipeg, 2002, 1 vidéocassette de 15 min. (DREF ???)

*Procédures d'urgence en cas d'empoisonnement*, [enregistrement vidéo], réalisé par Centre de matériel d'éducation visuelle en collaboration avec Encyclopaedia Britannica Educational Corporation, Chicago, 1982. (DREF BLCL / V5803)

*Plus loin que la limite...*, [enregistrement vidéo], Ottawa, Santé et Bien-être social Canada, 1 vidéocassette de 33 min. (DREF JMJZ / V8053 + G)

*Sous pression : 1<sup>er</sup> ex.*, [enregistrement vidéo], Santé et Bien-être social Canada, Ottawa, 198?, 1 vidéocassette de 72 min. (DREF JLNE / V8550 +G)

*Une question de conduite : Les lois de la physique*, [enregistrement vidéo], Calgary, Le Groupe Propulsion, 1990, 1 vidéocassette de 23 min. (DREF JYWC / V4493)

#### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



**Organisations/sites Web :**

Gendarmerie Royale du Canada

Direction générale

CP 5650

1091 av Portage

Winnipeg (Man.) R3C 3K2

Tél. : (204) 983-5420

<[http://www.rcmp-grc.gc.ca/index\\_f.htm](http://www.rcmp-grc.gc.ca/index_f.htm)>

CANADA. SANTÉ. *Sécurité et blessure*, [en ligne], <[http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie\\_saine/blessure.html](http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie_saine/blessure.html)>, (mai 2005). [Qui se blesse, prévention et programmes]

---. *Violence familiale*, [en ligne], <[http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie\\_saine/violence.html](http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie_saine/violence.html)>, mai 2005. [Violence à l'égard de différents membres d'une famille]

CANADA. TRANSPORTS. *Sécurité routière : les sujets favoris du public*, [en ligne], 2004, <<http://www.tc.gc.ca/securiteroutiere/menu.htm>>, (mai 2005). [Sujets variés portant sur la sécurité et l'alcool, la sécurité en motoneige, etc.]

CROIX-ROUGE CANADIENNE. *La Croix-Rouge lance une campagne d'éducation pour aider à protéger les enfants contre la violence sexuelle*, [en ligne], 1999-2003, <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=760>>, (mai 2005). [Notions sur le programme de prévention de la violence]

MANITOBA. JUSTICE. *Lighthouses – Idées de projets menés par les jeunes*, [en ligne], <<http://www.gov.mb.ca/justice/lighthouses/projectideas.fr.html>>, (mai 2005). [Projets tels que Le vandalisme et la propreté des espaces, La sécurité et prévention du crime et autres projets]

---. *Loi sur la violence familiale et la protection, la prévention et l'indemnisation en matière de harcèlement criminel*, [en ligne], 2003, <<http://web2.gov.mb.ca/laws/statutes/ccsm/d093f.php>>, (mai 2005). [Loi concernant la violence familiale au Manitoba]

---. *Règlement sur les normes et les exemptions relatives au casques de protection*, [en ligne], 2000, <<http://web2.gov.mb.ca/laws/regs/pdf/h060-167.00.pdf>>, (mai 2005). [Règlement concernant le port de casques de protection au Manitoba]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Autochtones*, [en ligne], <http://www.canadian-health-network.ca/2autochtones.html>, (mai 2005). [Divers sujets d'intérêt pour la population autochtone]

---. *Enfants*, [en ligne], <<http://www.reseau-canadien-sante.ca/2enfants.html>>, (mai 2005). [Divers aspects des droits de l'enfant]

---. *Prévention de la violence*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/2violence.html>>, (mai 2005). [Violence aux enfants, aux femmes, harcèlement et agression sexuelle]

RÉSEAU JEUNESSE AUTOCHTONE. *Ces choses qui peuvent vous tuer*, [en ligne], <[http://www.ayn.ca/health/fr/ces\\_choses/](http://www.ayn.ca/health/fr/ces_choses/)>, (mai 2005). [Blessures volontaires et involontaires]



### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



#### Organisations/sites Web :

Société canadienne de la Croix-Rouge

Société d'assurance publique du Manitoba

<<http://www.mpi.mb.ca/francais/french.html>>

SOCIÉTÉ D'ASSURANCE PUBLIQUE DU MANITOBA. *Sécurité routière – conduite avec facultés affaiblies*, [en ligne], 2003, <[http://www.mpi.mb.ca/francais/fr\\_rd\\_safety/fr\\_ImpairedDriving/Fr\\_Overview.html](http://www.mpi.mb.ca/francais/fr_rd_safety/fr_ImpairedDriving/Fr_Overview.html)> (mai 2005). [Décrit les effets de l'alcool, de la fatigue et des drogues sur la conduite d'une automobile]

## 3. Sécurité



### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.B.3 *L'élève sera apte à :*

**Montrer les premiers soins élémentaires à administrer** (p. ex. gérer la situation sur les lieux, libérer les voies respiratoires du blessé, vérifier sa respiration et sa circulation sanguine) **et prendre les précautions nécessaires concernant les fluides corporels** (p. ex. porter des gants de latex, un écran facial ou un masque; manipuler les objets pointus très soigneusement).

### Suggestions pour l'enseignement

#### Recherche sur les premiers soins de base

- Après avoir discuté avec toute la classe sur ce que l'on entend par « premiers soins de base » (voir le Glossaire), répartir les élèves en trois groupes et leur demander de faire une recherche sur l'un des sujets suivants :
  - Principes liés aux premiers soins de base en cas de blessure, d'après le concept PRICES (voir les Remarques pour l'enseignant);
  - Principes de sécurité pour l'administration des premiers soins, notamment l'utilisation, les soins et l'élimination des gants de latex, et l'usage de masques pour la ventilation bouche-à-bouche ou bouche-à-nez;
  - Principes de gestion d'une urgence, notamment l'examen de la scène, examen primaire ABC (voir les Remarques pour l'enseignant).
- Inviter les groupes à présenter leur recherche à la classe et à soumettre cinq questions, qui serviront pour un jeu-questionnaire à la fin.

#### Apprentissage des premiers soins de base

- Acheter des affiches illustrant les premiers soins (ou demander aux élèves d'en confectionner) et les afficher sur les murs de la classe ou du gymnase. Laisser aux élèves un peu de temps pour étudier les affiches, puis les couvrir. Former des groupes de deux et leur demander de réviser les premiers soins de base en procédant comme suit :
  - l'élève A se tient le dos à une affiche;
  - l'élève B enlève le tissu qui recouvre l'affiche, se tient en face de l'élève A et lit les questions sur l'affiche;
  - l'élève A répond aux questions;
  - les élèves inversent les rôles.



Voir la stratégie « Derrière toi » dans le document de ressources générales DR G-2 : Stratégies d'apprentissage actif.

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : H.3.S1.A.2

### Suggestions pour l'évaluation

#### Recherche sur les premiers soins de base

- À l'aide des questions soumises par les divers groupes, créer un jeu-questionnaire écrit pour évaluer la compréhension des élèves concernant les premiers soins de base.

### Remarques pour l'enseignant

#### Conseil

Il existe plusieurs principes reconnus de premiers soins de base en cas de blessure, notamment le suivants :

#### PROGRES

##### **P** Protection :

Pour éviter les blessures :

- utiliser des chaussures et des vêtements appropriés;
- porter un équipement de protection (p. ex. protège-dents, casque);
- faire une inspection de sécurité des installations/équipement;
- faire des mouvements d'échauffement avant et de retour au calme après les activités;
- connaître ses limites personnelles et/ou son niveau de forme physique.

##### **R** Restreindre ses activités :

Se laisser assez de temps pour guérir ou se remettre après une blessure.

##### **O** Obtenir de l'aide :

Avoir recours à un professionnel de la santé au besoin.

##### **G** Glace :

Appliquer de la glace pendant 15 à 20 minutes (placer une barrière de protection, ex. serviette ou gilet, entre la glace et la peau) pour :

- refroidir les tissus blessés et la zone environnante;
- réduire l'afflux de sang à la blessure;
- réduire le saignement et l'enflure, donc diminuer la douleur et les spasmes musculaires.

##### **R** Réduire l'enflure :

Comprimer (compression) le site de la blessure pour éviter ou réduire l'enflure.

##### **É** Élévation :

Élever le membre blessé au-dessus du cœur pour :  
que le sang accumulé au site de la blessure retourne au cœur;  
diminuer l'afflux de sang vers la blessure.

##### **S** Stabilité :

Employer du ruban adhésif et un renfort pour :  
immobiliser la partie blessée éviter d'autres blessures

#### ARC :

Marche à suivre pour administrer les premiers soins à une personne inconsciente.

**A** Air : dégager les voies respiratoires

**R** Respiration : vérifier si la personne respire et commencer la réanimation respiratoire, au besoin

**C** Circulation : vérifier le pouls et commencer le massage cardiaque, au besoin

#### Glossaire

Premiers soins

### Remarques pour l'enseignant (suite)

#### Lien communautaire

L'enseignant pourrait s'adjoindre les services d'un professionnel tel qu'un instructeur certifié en premiers soins de base qui pourrait apporter une aide précieuse dans l'enseignement de cette discipline.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



#### Imprimés/publications :

AMBULANCE SAINT-JEAN. *Secourisme d'urgence orienté vers la sécurité*, 2<sup>e</sup> édition, Ottawa, Ambulance St-Jean, 1984, 182 p. (DREF 616.0252/S445a)

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997. (DREF 363.147 L725)

COMMISSIONS DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL DU QUÉBEC. *Programme de formation personnelle et sociale (éducation à la santé) : premiers secours : guide d'activités à l'intention des enseignants et enseignantes du secondaire*, Montréal, 1987, 125 p., coll. « Santé et sécurité du travail ». (DREF 616.0252/C734p)

FORGEY, William W., et Jacques LAZURE. *Premiers soins en activités de plein air : notions de base*, Saint-Lambert, Héritage, Montréal, Fédération québécoise du canot-camping, 1991, 74 p., coll. « Plein air ». (DREF 616.0252/F721p)

HANNA, Glinda, et Mike HANNA. *Manitoba sans danger pour les jeunes : la ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles*, Edmonton, YouthSafeOutdoors, 2004.

LA SOCIÉTÉ CANADIENNE DE LA CROIX-ROUGE. Secourisme. *Le maillon vital*, Sam Bruno, (Calif.), 1994  
*Les secrets du corps humain*, [CD-ROM], France, Ubi Soft, 1996, 1 disque compact et 1 guide d'utilisation. (CD-ROM 611 S446)

MOTTIN, André. *Premiers soins à donner en cas d'accident dans la pratique des activités physiques et sportives*, Paris, Éducation physique et sport, 1972-1973, 24 p. (DREF 616.0252/M922p)

SANDERS, Pete, et Louis MORZAC. *Près de l'eau*, Paris, Gamma, Montréal, École active, 1990, 32 p., coll. « Sois prudent ». (DREF 363.14/S215p)

#### Audiovisuel :

*Les premiers soins dans la nature*, [enregistrement vidéo], Mississauga (Ont.), Goldi Productions, 1988, 1 vidéocassette de 24 min. (DREF JYGW / V4459)

*Procédures d'urgence en cas d'empoisonnement*, [enregistrement vidéo], réalisé par Centre de matériel d'éducation visuelle en collaboration avec Encyclopaedia Britannica Educational Corporation, Chicago, 1982. (DREF BLCL / V5803)

#### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



##### Organisations/sites Web :

Ambulance Saint-Jean

535 rue Doreen

Winnipeg, (Man.)

R3G 3H5

Tél. : (204) 784-7000

Site Web Manitoba : <<http://www.sja.ca/french/offices/man/index.asp>>

AMBULANCE ST-JEAN AU CANADA. [En ligne], 2003, <<http://www.sja.ca/french>>, (mai 2005). [Formation en santé et conseils en sécurité]

ASSOCIATION PULMONAIRE DU CANADA. *L'asthme à l'école*, [en ligne], 2003, <<http://www.poumon.ca/asthme/school/firstaid.html>>, (mai 2005). [Premiers soins à administrer en cas de difficultés respiratoires]

CROIX-ROUGE CANADIENNE. *Cours de secourisme d'urgence*, [en ligne], 1999-2003, <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=000638&tid=001>>, (mai 2005). [Renseignements sur le cours de secourisme *Le maillon vital*]

CROIX-ROUGE CANADIENNE. [En ligne], 1999-2003, <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=000006&tid=003>>, (mai 2005). [Services offerts par la Croix-Rouge canadienne]

VILLE D'OTTAWA. *Services de protection et d'urgence : premiers soins*, [en ligne], <[http://ottawa.ca/city\\_services/emergencyserv/erp/firstaid/index\\_fr.shtml](http://ottawa.ca/city_services/emergencyserv/erp/firstaid/index_fr.shtml)>, (mai 2005). [Actions à prendre dans différentes conditions d'urgence nécessitant des premiers soins]



### Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S1.B.4L'élève sera apte à :

**Obtenir de l'information fiable sur la santé ainsi que les produits et les services qui sont offerts dans son milieu et qui sont destinés à favoriser la santé** (p. ex. médecins; infirmières hygiénistes; organismes et associations de lutte contre le cancer, les maladies coronariennes, les maladies du rein ou l'alcoolisme; organismes de défense des droits des jeunes; lignes téléphoniques d'assistance, programmes d'orientation et de consultation offerts en milieu scolaire ou ailleurs, éducation sexuelle; centres de l'amitié, protecteur du citoyen, Internet).

### Suggestions pour l'enseignement

#### Chasse aux ressources

- Inviter les élèves à créer une liste synthèse de l'information, des produits et des services en matière de santé qui sont disponibles dans la communauté. Demander à chaque élève de choisir un élément de la liste synthèse, de faire une recherche sur cet élément et de préparer un dossier de ressources d'information comprenant :
  - le nom du service (p. ex. groupe, organisme, agence, organisation) ou du produit;
  - l'adresse postale, de courriel ou du site Web, le numéro de téléphone et le numéro de télécopieur;
  - les personnes-ressources éventuelles;
  - une explication des services offerts;
  - toute autre information (p. ex. brochures).
- Demander à chaque élève de partager ses renseignements avec la classe avant de l'ajouter au dossier synthèse des ressources, qui pourra être conservé à la bibliothèque de l'école ou au bureau d'un orienteur.

Liens curriculaires :

ÉP-ÉS : C.5.S1.D.3

Français FL1 : L3, L1, L2, E3, E1, E2, CO5

Français FL2 : CE1, CE4, CE5, PE1, PE3, PE4, PE5

### Suggestions pour l'évaluation

#### Chasse aux ressources

- Vérifier le dossier de chaque élève pour constater s'il a bien inclus les éléments suivants :

#### Dossier de ressources communautaires – Liste de vérification

##### Les ressources comprennent :

- le nom du service (p. ex. groupe, organisme, agence, organisation) ou du produit
- l'adresse postale, de courriel ou du site Web, le numéro de téléphone et le numéro de télécopieur
- les personnes-ressources éventuelles
- une explication des services offerts
- toute autre information (p. ex. brochures)

### Suggestions pour l'évaluation (suite)

Note :

Bien que les RAS de maintien ne contiennent généralement pas d'évaluation, celle qui se trouve ci-dessus pourrait être utile dans cette activité.

### Remarques pour l'enseignant

#### Lien communautaire

L'enseignant pourrait s'adjoindre les services de professionnels du domaine de la santé tels des médecins, ou des infirmières de la santé publique, des professionnels du domaine du bien-être social, comme des représentants du Klinik Community Health Centre – Teen Talk, des Aînés, des conseillers en orientation ou des guides spirituels et d'autres qui pourraient apporter une aide précieuse dans l'enseignement de cette discipline.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



#### Imprimés/publications :

GLASSER, William. *Les drogues positives*, Montréal, Logiques, 1997, 177 p., coll. « Réalisation ».  
(DREF 158.1/G549d)

#### Organisations/sites Web :

Alcoholics Anonymous\*  
Manitoba Central Office  
208-323 av. Portage  
Winnipeg (Man.) R3B 2C1  
Tél. : (204) 942-0126  
<[aambco@mts.net](mailto:aambco@mts.net)>

Child Find Manitoba : <<http://www.childfind.mb.ca/>>

Fondation des maladies du cœur du Canada  
Site Web : <<http://ww2.fmcoeur.ca/Page.asp?PageID=903>>

Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances  
1031 av. Portage  
Winnipeg (Man.) R3G 0R8  
Tél. : (204) 944-6200  
Site Web : <<http://www.afm.mb.ca/>>

Klinik Community Health Centre – Teen Talk  
870 avenue Portage  
Winnipeg (Man.) R3G 0P1  
Tél. : (204) 784-4090  
Site Web : <<http://www.klinik.mb.ca/teentalk.htm>>

### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



#### Organisations/sites Web :

Santé Canada : <<http://www.hc-sc.gc.ca/>>

Santé Manitoba, Ligne d'aide pour les personnes souffrant d'une dépendance au jeu

Tél. : (204) 944-6382

Sans frais : 1 800 463-1554

Site Web : <<http://www.gov.mb.ca/health/guide/2/addiction.fr.html>>,

Sexuality Education Resource Centre (SERC)

2<sup>e</sup> étage, 555 Broadway

Winnipeg (Man.) R3C 0W4

Tél. : (204) 982-7800

Télécopieur : (204) 982-7819

ou

719 avenue Rosser

Brandon (Man.) R7A 0K8

Tél. : (204) 727-0417

Télécopieur : (204) 729-8364

<<http://www.serc.mb.ca/>>

Société canadienne du cancer Manitoba

193 rue Sherbrook

Winnipeg (Man.) R3C 2B7

Tél. : (204) 774-7483

ou

415 First Street

Brandon (Man.) R7A 2W8

Site Web : <[http://www.cancer.ca/ccs/internet/frontdoor/0,,3331\\_\\_langId-fr,00.html](http://www.cancer.ca/ccs/internet/frontdoor/0,,3331__langId-fr,00.html)>

AMBULANCE ST-JEAN AU CANADA. [En ligne], 2003, <<http://www.sja.ca/french>>, (mai 2005). [Formation en santé et conseils en sécurité]

CANADA. SANTÉ. [En ligne], 2003, <<http://www.hc-sc.gc.ca/francais/index.html>>, (mai 2005).

[Renseignements généraux sur les services de santé au Canada]

--- . *Sécurité et blessure*, [en ligne], <[http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie\\_saine/blessure.html](http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie_saine/blessure.html)>, (mai 2005).

[Qui se blesse, prévention et programmes]

--- . *Syndrome d'alcoolisme fœtal/Effets de l'alcool sur le fœtus*, [en ligne], <[http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie\\_saine/saf.html](http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie_saine/saf.html)>, (mai 2005). [Renseignements sur ce problème]

--- . *Vie saine*, [en ligne], 2003, <[http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie\\_saine/index.html](http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie_saine/index.html)>, (mai 2005). [Liste de documents dans des domaines tels que l'activité physique, les drogues, les blessures],

--- . *Violence familiale*, [en ligne], <[http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie\\_saine/violence.html](http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vie_saine/violence.html)>, (mai 2005).

[Violence à l'égard de différents membres d'une famille]

#### RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



##### Organisations/sites Web :

CENTRE CANADIEN DE LUTTE CONTRE L'ALCOOLISME ET LES TOXICOMANIES. [En ligne], 2003, <<http://www.ccsa.ca/cclat.htm>> (mai 2005). [Renseignements divers, spécialement sur les toxicomanies]

CROIX-ROUGE CANADIENNE. *La Croix-Rouge lance une campagne d'éducation pour aider à protéger les enfants contre la violence sexuelle*, [en ligne], 1999-2003, <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=760>>, (mai 2005). [Notions sur le programme de prévention de la violence]

ÉCOLESSAINES.ORG. *Portail de l'éducation sexuelle*, [en ligne], 2003, <<http://www.safehealthyschools.org/sexualite/gatewayfr.htm>>, (mai 2005). [Portail des plans de leçon et des activités d'apprentissage en matière d'éducation sexuelle]

MANITOBA. SANTÉ. [En ligne], <<http://www.gov.mb.ca/health/index.fr.html>>, (mai 2005). [Éventail des services de santé offerts par la province du Manitoba]

RÉSEAU CANADIEN DE LA SANTÉ. *Adolescents*, [en ligne], 2003, <<http://www.canadian-health-network.ca/servlet/ContentServer?cid=1048161689494&pagename=CHN-RCS%2FPPage%2FGTPPageTemplate&c=Page&lang=Fr>>, (mai 2005). [Services et produits pour adolescents]

--- . *Autochtones*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/2autochtones.html>>, (mai 2005). [Divers sujets d'intérêt pour la population autochtone.]

--- . *Prévention de la violence*, [en ligne], <<http://www.canadian-health-network.ca/2violence.html>>, (mai 2005). [Violence aux enfants, aux femmes, harcèlement et agression sexuelle]

SOCIÉTÉ CANADIENNE DE PÉDIATRIE. *Le tabagisme et les adolescents : Ce que tu devrais savoir*, [en ligne], 2001, <<http://www.soinsdenosenfants.cps.ca/adolescents/TabagismeAdolescents.htm>> (mai 2005). [Que faire si tu envisages d'arrêter de fumer]

\* L'information contenue dans cette ressource de langue anglaise est jugée suffisamment importante pour s'ajouter aux ressources françaises.



### Résultat d'apprentissage spécifique

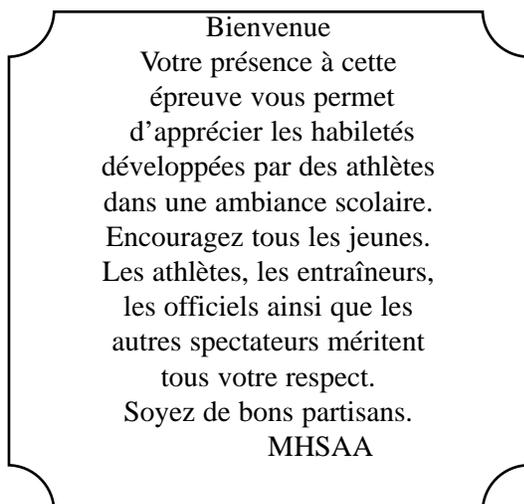
C.3.S1.B.5a *L'élève sera apte à :*

**Expliquer, à la suite d'une analyse, la problématique relative à la prévention de la violence dans divers contextes** (c.-à-d. chez soi, à l'école, dans les médias, dans le sport, dans les relations interpersonnelles et ailleurs).

### Suggestions pour l'enseignement

#### Signification du slogan

- Inviter les élèves à discuter de ce que signifie la banderole de bienvenue ci-dessous, de l'Association athlétique des écoles secondaires du Manitoba (MHSAA), exposée dans plusieurs des gymnases de la province.



**Banderole de bienvenue** : Utilisée avec la permission de la Manitoba High Schools Athletic Association (MHSAA), à partir du document *2002/2003 Provincial Handbook*, Winnipeg (Man.), 2002.

- Former de petits groupes d'élèves et leur demander de créer leur propre banderole de prévention de la violence dans l'un des contextes suivants :
  - maison (p. ex. entre frères et sœurs, parents et enfants);
  - école (p. ex. en classe, dans les corridors);
  - communauté (centre communautaire, centre commercial, gangs);
  - médias (p. ex. journal, programme de télévision);
  - sports (p. ex. hockey, soccer, lutte);
  - relations (p. ex. entre « amis », fréquentations, mariage).

Afficher toutes les banderoles pour que les élèves puissent les voir.

## Suggestions pour l'évaluation (suite)

### Toutes les activités

- Utiliser le barème de pointage ci-dessous pour évaluer la performance des élèves concernant les règles et mesures qui assurent un environnement d'apprentissage et de jeu sécuritaire.

#### Sécurité et responsabilité – Barème de pointage

L'élève suit et comprend les règles de sécurité, joue franc-jeu et respecte les autres dans des situations données.

#### Barème :

- 4 – Constamment
- 3 – Fréquemment
- 2 – Parfois
- 1 - Rarement

Nom de l'élève	4	3	2	1	Commentaires de l'enseignant

## RESSOURCES SUGGÉRÉES



### Imprimés/publications :

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 1997. (DREF 363.147 L725)

ESPRIT SPORTIF CHEZ LES JEUNES. *Esprit sportif chez les jeunes : guide d'activités pour enseigner l'esprit sportif*, rédigé par Deanna Binder, Gloucester (Ont.), 1995. (DREF 796.07 B612e)

HANNA, Glenda, et Mike HANNA. *Manitoba sans danger pour les jeunes : la ressource des excursions scolaires à l'intention des écoles*, Edmonton, YouthSafeOutdoors, 2004.

MANITOBA. DIVISION DU BUREAU DE L'ÉDUCATION FRANÇAISE. *Volleyball : éducation physique : 7<sup>e</sup> année à secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 77 p. (DREF P.D. 613.7 G946v 7<sup>e</sup>-Sec.1)

### Organisations/sites Web :

CENTRE CANADIEN POUR L'ÉTHIQUE DANS LE SPORT (CCES). [En ligne], <[http://www.cces.ca/forms/index.cfm?dsp=template&act=view3&template\\_id=46&lang=f](http://www.cces.ca/forms/index.cfm?dsp=template&act=view3&template_id=46&lang=f)>, (mai 2005).

VANCOUVER ULTIMATE LEAGUE. *Where Spirit Lives*, [en ligne], <<http://www.vul.bc.ca/>>, (mai 2005).

### Résultat d'apprentissage spécifique

H.3.S1.A.2 *L'élève sera apte à :*

**Accomplir les diverses tâches nécessaires à l'administration des premiers soins élémentaires** (p.ex. gérer la situation d'urgence sur les lieux, aller chercher de l'aide, traiter les blessures mineures, prendre les précautions nécessaires concernant les fluides corporels).

### Suggestions pour l'enseignement

#### Habilités liées aux premiers soins de base

- Former des groupes de trois ou quatre élèves et demander à chaque groupe de choisir l'une des situations suivantes :
  - une personne est blessée (p. ex. une entorse);
  - un accident de la route où plusieurs personnes peuvent être blessées (gestion d'une scène d'accident).
- Inviter le groupe à discuter du scénario choisi, à déterminer quelles sont les habiletés nécessaires pour administrer les premiers soins de base, et à créer une liste de critères d'évaluation qui sera utilisée en classe. Demander aux groupes de faire un jeu de rôles avec leur scénario, de faire la démonstration des habiletés liées aux premiers soins de base pendant que les autres élèves observent, à l'aide des critères établis. (Voir un exemple d'habiletés de gestion d'une scène d'accident dans les Suggestions pour l'évaluation.)

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : C.3.S1.B.3 (premiers soins élémentaires).

### Suggestions pour l'évaluation

#### Habilités liées aux premiers soins de base

- Demander aux élèves d'utiliser l'échelle d'appréciation ci-dessous pour évaluer l'esprit sportif et l'inclusion d'un joueur de l'équipe adverse. Noter que l'échelle d'appréciation peut également servir pour s'évaluer soi-même ou d'autres membres de son équipe.

Gestion de scène d'accident – Liste de vérification		
Actions à prendre	Oui	Non
1) Examiner la scène d'accident.		
2) Déterminer le nombre de victimes, ce qui est arrivé, et le mécanisme et la cause de la blessure.		
3) Envoyer un témoin chercher de l'aide médicale.		
4) Immobiliser la tête et le cou de la personne blessée dans la position où on l'a trouvée.		
5) Évaluer les réflexes.		
6) Vérifier si les voies aériennes sont dégagées.		
7) Vérifier si la personne respire.		
8) Vérifier la circulation (pouls).		
a) Vérifier l'état de la peau et la température du corps.		
b) Par un examen rapide du blessé, vérifier s'il y a un saignement externe important ou des signes d'hémorragie interne.		

### Remarques pour l'enseignant

#### Conseil

Recommander aux élèves de toujours utiliser des gants de latex (ou l'équivalent) pour éviter le contact avec les liquides organiques lorsqu'ils pratiquent toutes les techniques de premiers soins.

#### Révision

Consulter les suggestions pour l'enseignement du résultat d'apprentissage C.3.S1.B.3.

#### Lien communautaire

L'enseignant pourrait s'adjoindre les services d'un professionnel tel qu'un instructeur certifié en premiers soins de base qui pourrait apporter une aide précieuse dans l'enseignement de cette discipline.

### RESSOURCES SUGGÉRÉES



#### Organisations/sites Web :

Ambulance Saint-Jean

535 rue Doreen

Winnipeg (Man.)

R3G 3H5

Tél. : (204) 784-7000

Site Web Manitoba : <<http://www.sja.ca/french/offices/man/index.asp>>

Société canadienne de la Croix-Rouge

AMBULANCE ST-JEAN AU CANADA. [En ligne], 2003, <<http://www.sja.ca/french>>, (mai 2005). [Formation en santé et conseils en sécurité]

ASSOCIATION PULMONAIRE DU CANADA. *L'asthme à l'école*, [en ligne], 2003, <<http://www.poumon.ca/asthme/school/firstaid.html>>, (mai 2005). [Premiers soins à administrer en cas de difficultés respiratoires]

CROIX-ROUGE CANADIENNE. [En ligne], 1999-2003, <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=000006&tid=003>>, (mai 2005). [Services offerts par la Croix-Rouge canadienne]

CROIX-ROUGE CANADIENNE. *Cours de secourisme d'urgence*, [en ligne], 1999-2003, <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=000638&tid=001>>, (mai 2005). [Renseignements sur le cours de secourisme *Le maillon vital*]

VILLE D'OTTAWA. *Services de protection et d'urgence : premiers soins*, [en ligne], <[http://ottawa.ca/city\\_services/emergencyserv/erp/firstaid/index\\_fr.shtml](http://ottawa.ca/city_services/emergencyserv/erp/firstaid/index_fr.shtml)>, (mai 2005). [Actions à prendre dans différentes conditions d'urgence nécessitant des premiers soins]



## Résultats d'apprentissage spécifiques



### Connaissances

C.3.S1.A.1

**Prendre connaissance des règles et des modalités de sécurité avant de pratiquer chaque forme d'activité physique** (p. ex. laisser au joueur assez de place pour qu'il fasse un élan complet au golf).

C.3.S1.A.2

**Décrire les blessures courantes** (p. ex. dos, genoux) **associées à l'exercice physique ainsi que les moyens de les prévenir** (p. ex. faire des exercices d'étirement et employer les bonnes techniques).

C.3.S1.A.3

**Expliquer les raisons** (p. ex. maintien de la température corporelle malgré la pluie, la chaleur, le froid ou l'humidité) **qui justifient le port d'une tenue vestimentaire adaptée à des formes déterminées d'activité physique à l'intérieur et à l'extérieur** (p. ex. vêtements légers et confortables pour le squash, plusieurs couches de vêtements et bonnet pour le ski de fond).

C.3.S1.A.4

**Cerner les facteurs de sécurité qui sont propres à des formes déterminées d'activité physique** (p. ex. le ski de fond) **et qui sont liés au comportement des gens** (p. ex. le respect du droit de passage, les dispositions prises pour les personnes handicapées), **aux installations** (p. ex. les conditions d'enneigement) **et au matériel** (p. ex. le port d'une tenue vestimentaire adéquate).

⇒ C.3.S1.A.5a

**Cerner les dangers inhérents à des formes déterminées d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel** (p. ex. escalade sur un mur, patinage à roues alignées, ski alpin, activités sur glace).

C.3.S1.A.5b

**Décrire l'importance de faire des choix éclairés pour prévenir les blessures dans des formes déterminées d'activité physique terrestre** (p. ex. cyclisme, course à pied) ou aquatique (p. ex. natation, plongeon, canotage).

⇒ C.3.S1.B.1

**Évaluer l'efficacité des lois et des politiques destinées à assurer la sécurité publique** (p. ex. âge minimal pour l'obtention d'un permis de conduire, législation sur la conduite en état d'ébriété et sur la conduite des embarcations de plaisance, mécanismes de protection contre la violence familiale, syndrome du nourrisson secoué, dispositions contre le vandalisme).

C.3.S1.B.3

**Montrer les premiers soins élémentaires à administrer** (p. ex. gérer la situation sur les lieux, libérer les voies respiratoires du blessé, vérifier sa respiration et sa circulation sanguine) **et prendre les précautions nécessaires concernant les fluides corporels** (p. ex. porter des gants de latex, un écran facial ou un masque; manipuler les objets pointus très soigneusement).

### Connaissances (suite)

⇒ C.3.S1.B.4

**Obtenir de l'information fiable sur la santé ainsi que les produits et les services qui sont offerts dans son milieu et qui sont destinés à favoriser la santé** (p. ex. médecins; infirmières hygiénistes; organismes et associations de lutte contre le cancer, les maladies coronariennes, les maladies du rein ou l'alcoolisme; organismes de défense des droits des jeunes; lignes téléphoniques d'assistance, programmes d'orientation et de consultation offerts en milieu scolaire ou ailleurs, éducation sexuelle; centres de l'amitié, protecteur du citoyen, Internet).

C.3.S1.B.5a

**Expliquer, à la suite d'une analyse, la problématique relative à la prévention de la violence dans divers contextes** (c.-à-d. chez soi, à l'école, dans les médias, dans le sport, dans les relations interpersonnelles et ailleurs).

C.3.S1.B.5b

**Faire appel aux habiletés** (c.-à-d. habiletés de résolution de problèmes, de gestion de la colère, de communication, de résolution de conflits et d'affirmation de soi) **qui permettent de désamorcer des situations pouvant conduire à des mauvais traitements physiques et affectifs infligés par des actes ou des paroles.**

C.3.S1.B.6a

**Distinguer entre les termes associés aux mauvais traitements** (c.-à-d. mauvais traitements physiques, mauvais traitements affectifs, par des actes ou par des paroles, mauvais traitements sexuels, harcèlement, exploitation sexuelle).

C.3.S1.B.6b

**Indiquer les habiletés** (p. ex. affirmation de soi, résolution de problèmes) **ainsi que les personnes et les organismes de son milieu qui pourraient l'aider à résoudre des problèmes de mauvais traitements sexuels.**

H.3.S1.A.1

**Appliquer des règles assurant la participation sécuritaire et responsable de tous, notamment lorsqu'il s'agit d'utiliser du matériel, dans la pratique de formes déterminées d'activité physique et dans des contextes déterminés** (p. ex. activités dirigées par les participants eux-mêmes, transport de matériel, effort collectif, compétition loyale et inclusion de tous).

H.3.S1.A.2

**Accomplir les diverses tâches nécessaires à l'administration des premiers soins élémentaires** (p. ex. gérer la situation d'urgence sur les lieux, aller chercher de l'aide, traiter les blessures mineures, prendre les précautions nécessaires concernant les fluides corporels).

### Indicateurs d'attitudes

3.1 Se montrer soucieux de sa sécurité et de celle des autres.

3.2 Faire preuve du sens des responsabilités quand vient le temps de respecter les règles assurant sa sécurité et celle des autres.