
Secondaire 2

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.

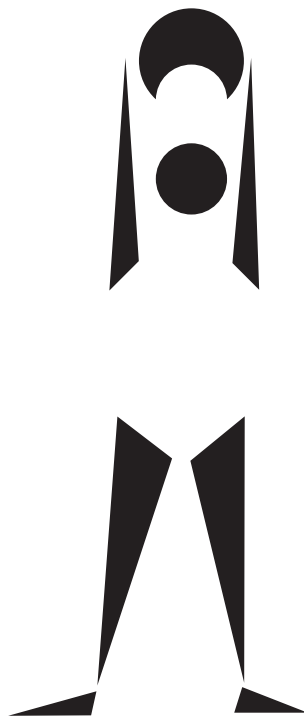


Tableau synthèse de Sécurité



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"> Mesures de sécurité Sécurité pendant l'effort Tenue vestimentaire Matériel et installations Activités pratiquées hors du milieu habituel 	<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"> Sensibilisation à la sécurité dans la société en général Sensibilisation à la sécurité dans l'environnement Prévention et traitement des blessures Assistance et services Prévention de la violence Sécurité personnelle et exploitation sexuelle 		
<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"> Activité physique Premiers soins 		

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"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<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"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Compétences	Domaine B										☰	<input type="checkbox"/>
	1. Sensibilisation à la sécurité dans la société	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<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. Sensibilisation à la sécurité dans l'environnement	☼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	3. Prévention et traitement des blessures	<input type="checkbox"/>	☰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<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"/>	☰	<input type="checkbox"/>
	5. Prévention de la violence	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Sécurité personnelle et exploitation sexuelle	☼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Habiletés	Domaine A	M	1	2	3	4	5	6	7	8	S1	S2
	1. Activité physique	<input type="checkbox"/>	☰	☰	☰	<input type="checkbox"/>	☰	☰	☰	☰	<input type="checkbox"/>	☰
	2. Premiers soins	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	☼	☼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

☼ éveil acquisition ou développement ☰ maintien



Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S2.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

Connaître les termes de sécurité

- Inviter les élèves à dresser la liste des règles et des termes de sécurité s'appliquant à des activités physiques sélectionnées (p. ex. au golf, « fore » est le cri destiné à prévenir toute personne qui se trouve sur le chemin du joueur). Demander aux élèves d'inscrire chaque règle ou terme sur une carte ou une note auto-collante et de l'afficher au babillard.

La sécurité d'abord..., ensuite et après

- Inviter les élèves à faire l'activité *La sécurité d'abord : révision des règles*, suggérée au résultat d'apprentissage C.3.S1.A.1 dans le cadre d'activités du secondaire 2. Créer une liste synthèse des règles et consignes de sécurité essentielles à chacune des activités et l'afficher dans le gymnase. Inviter les élèves à la consulter au début de chaque nouvelle activité durant le semestre ou l'année scolaire.

SVA

- Distribuer aux élèves un questionnaire SVA (Ogle) et leur demander de réfléchir :
 - **S** sur ce qu'ils *savent* des règles, des routines et des consignes de sécurité se rapportant à un sport ou à une activité physique donnée;
 - **V** sur ce qu'ils *veulent* apprendre au sujet de la sécurité;
 - **A** sur ce qu'ils ont *appris* au sujet de la sécurité au cours de l'activité ou au terme de l'activité.

Suggestions pour l'évaluation

Note :

Bien que les RAS de maintien ne contiennent généralement pas d'évaluation, ci-dessous pourrait être utile dans cette activité.

La sécurité d'abord..., ensuite et après

- Évaluation par l'enseignant : Notes anecdotiques
Au début d'une nouvelle activité, inviter les élèves qui ont trouvé les règles et les consignes de sécurité spécifiques à une activité donnée à se reporter à la liste synthèse et à revoir les règles et les consignes avec le reste de la classe.

Remarques pour l'enseignant

Conseil

Inviter les élèves à élaborer une série de consignes (signaux de sécurité) qui leur serviront de règles de base pendant les cours.

RESSOURCES SUGGÉRÉE



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^e 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.

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 (Ont.), 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 (Ont.), Ministère du Tourisme et des loisirs, 1990, 1 vidéocassette de 22 min. (DREF JNGK / V4301)

Organisations/sites Web :

ASSOCIATION MÉDICALE CANADIENNE. *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>, (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.S2.A.2 L'élève sera apte à :

Expliquer les raisons physiologiques (p. ex. position du corps, sexe, caractéristiques physiques) **pour lesquelles le choix de certaines techniques réduit les risques auxquels s'exposent les gens qui font de l'exercice** (p. ex. en gardant les genoux fléchis lors des redressements assis, on réduit la tension subie par le dos; les hormones sexuelles ont un effet sur l'élasticité des muscles; une bonne condition physique réduit les risques de blessure).

Suggestions pour l'enseignement

Les raisons physiologiques liées aux exercices à faire ou à ne pas faire

- Distribuer aux élèves la liste de termes et d'énoncés ci-après. Elle renferme des exemples d'activités physiques, de techniques d'exercice et de raisons physiologiques justifiant l'utilisation de techniques appropriées :
 - demi-rotation du cou (vers l'avant);
 - diminuer l'effort du bas du dos;
 - plier les genoux à un angle de 90° ou moins;
 - étirement des ischiojambiers;
 - maintenir la tête devant la ligne médiane du corps;
 - éviter l'usure et les blessures des articulations;
 - abaisser la barre au niveau de la poitrine;
 - diminuer la tension des articulations des genoux;
 - diminuer la tension ou la charge sur les vertèbres cervicaux;
 - extension du grand dorsal;
 - plier les genoux;
 - cours de danse aérobique à faible impact;
 - maintenir les épaules devant la ligne médiane du corps;
 - développé vertical avec haltères en position debout;
 - fente;
 - éviter le coincement de l'épaule;
 - à faire en position assise;
 - redressement abdominal partiel;
 - maintenir un pied au sol en tout temps;
 - accroupissement au mur.
- Diviser la classe en petits groupes et demander aux élèves de placer les termes et les énoncés dans les colonnes d'un tableau comportant les en-têtes suivants (préciser que les termes peuvent s'appliquer à plus d'un en-tête) :

Techniques d'exercice et physiologie		
Activité physique	Technique d'exercice	Raison physiologique

- Inviter les groupes à présenter leurs résultats dans le cadre d'une discussion en classe.



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

Lien curriculaire :

Voir RAS C.3.S1.A.2 (blessures courantes en activité physique et prévention).



Suggestions pour l'évaluation

Les raisons physiologiques liées aux exercices à faire ou à ne pas faire

- Inviter les élèves à comparer leur tableau au corrigé ci-après.

Techniques d'exercice et physiologie : Corrigé		
Activité physique	Technique d'exercice	Raison physiologique
Étirement des ischio-jambiers	à faire en position assise	diminuer l'effort du bas du dos
Cours de danse aérobique à faible impact	maintenir un pied au sol en tout temps	éviter l'usure et les blessures des articulations
Extension du grand dorsal	abaisser la barre au niveau de la poitrine	diminuer la tension ou la charge sur les vertèbres cervicales
Redressement abdominal partiel	plier les genoux	diminuer l'effort du bas du dos
Accroupissement au mur	plier les genoux à un angle de 90° ou moins	diminuer la tension des articulations des genoux
Développé vertical avec haltères en position debout	maintenir les épaules devant la ligne médiane du corps	éviter le coincement de l'épaule
Fente	plier les genoux à un angle de 90° ou moins	diminuer la tension des articulations des genoux
Demi-rotation du cou (vers l'avant)	maintenir la tête devant la ligne médiane du corps	diminuer la tension ou la charge sur les vertèbres cervicaux

Remarques pour l'enseignant

Révision

Consulter les suggestions pour l'enseignement et l'évaluation du résultat d'apprentissage C.3.S1.A.2 (blessures courantes en activité physique et prévention).

Conseils

Fournir aux élèves de l'information sur le taux de croissance rapide des adolescents et sur l'importance de protéger les articulations et d'adopter des techniques de musculation sécuritaires.

Les hormones sexuelles influent sur le degré d'élasticité des muscles (p. ex. la sécrétion accrue d'estrogène augmente l'élasticité). Les techniques recommandées pour la pratique d'un exercice donné ne diffèrent pas nécessairement pour les hommes et les femmes mais l'exécution de l'exercice aura des résultats différents dans les deux cas (p. ex. les femmes peuvent avoir plus de facilité à faire des exercices d'assouplissement lorsqu'elles sont enceintes car le taux accru d'estrogène dans leur organisme assouplit le tissu conjonctif entourant les articulations). Bien que les exercices « à ne pas faire » augmentent les risques de blessures, certains d'entre eux sont parfois intégrés au programme d'entraînement de sports donnés (p. ex. en athlétisme, les coureurs d'obstacles sont tenus de pratiquer l'étirement du coureur d'obstacle.)

Remarques pour l'enseignant (suite)

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

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 :

Manitoba Fitness Council Inc.
Salle 102, Centre Frank Kennedy
Université du Manitoba
Winnipeg MB R3T 2N2
Tél. : (204) 474-8644
Sans frais : (au Manitoba) 1-800-432-1960 ext. 8644
Site Web : <<http://www.manitobafitnesscouncil.ca/>>

ÉDUCATION PHYSIQUE LYCÉES PROFESSIONNELS. *Prévenir et gérer le mal de dos*, [en ligne], 1991, <<http://perso.wanadoo.fr/bernard.lefort/securete/educationsecurete.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>, (mai 2005). [Exercices d'étirement et de réchauffement ainsi que des mises en garde]

PE 101 RESSOURCE*. *Management of sports injuries*, [en ligne], 2001, <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 n'était pas disponible en français au moment de la parution du présent document.

3. Sécurité



Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S2.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

Quels vêtements porter et pourquoi?

- Diviser les élèves en groupes de trois ou quatre et leur demander :
 - de choisir quatre activités en indiquant les conditions climatiques ou environnementales susceptibles d'être rencontrées au cours de leur pratique (voir les exemples proposés ci-dessous);
 - d'indiquer quels sont les vêtements appropriés à la pratique des activités choisies et de décrire la fonction de chacune des pièces de vêtement;
 - d'expliquer les raisons motivant leur choix de vêtements;
 - de présenter leurs résultats au reste de la classe.

Activités et conditions climatiques	
Activité	Conditions climatiques ou environnementales
Escalade de rocher	Ensoleillé, + 33 °C (très chaud)
Ski de fond	Averse de neige, - 15 °C (modérément froid)
Observation des ours polaires (Churchill, Manitoba)	Ciel dégagé, - 43 °C (très froid)
Ski alpin et planche à neige	Ciel dégagé, - 20 °C (froid)
Randonnée pédestre en montagne	Ensoleillé, + 25 °C (chaud)
Crosse (à l'extérieur)	Nuageux et humide, + 33 °C (très chaud)
Squash (local climatisé)	+ 20 °C (température de la pièce)
Kayak (eaux libres)	Ensoleillé et venteux, + 15 °C (frais)
Raquette	Ensoleillé, - 18 °C (modérément froid)
Escalade au mur (dans une salle non climatisée)	+ 25 °C (chaud)
Marche dans le « désert » (Carberry, au Manitoba)	Ensoleillé, + 35 °C (très chaud)
Curling	- 5 °C (froid)

Suggestions pour l'évaluation

Note :

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

Quels vêtements porter et pourquoi?

- Évaluer les exposés des élèves en fonction du barème de notation suivant :

Quels vêtements porter et pourquoi?					
Nom _____ Classe _____ Date _____					
Nom de l'activité _____					
Conditions climatiques _____					
Barème d'appréciation					
3 - Exceptionnel					
2 - Satisfaisant					
1 - Insatisfaisant					
Critères	3	2	1	Pondération	Note
Contenu					
• Énumération des vêtements appropriés				x 4	=
• Explication de la fonction des vêtements				x 4	=
• Explication des raisons du choix des vêtements				x 4	=
Organisation et séquence					
• Organisation et structure de l'information				x 4	=
Créativité					
• Créativité de la présentation				x 4	=
Total					

Remarques pour l'enseignant

Révision

Consulter les suggestions pour l'enseignement et l'évaluation du résultat d'apprentissage spécifique C.3.S1.A.3.

Glossaire

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

Organisations

Consulter des marchands de vente de vêtements de sport pour des renseignements 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.

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

Audiovisuel :

La survie dans les bois en hiver, [enregistrement vidéo], Mississauga (Ont.), Goldi Productions, 1988, coll. « The Outdoor safety series », 1 vidéocassette de 19 min. (DREF JYGX / V4469)

L'eau froide, l'eau meurtrière, [enregistrement vidéo], Toronto, Goldi Productions, 1988, coll. « The Outdoor safety series », 1 vidéocassette de 18 min. (DREF JYRX / V4481)

L'hypothermie, [enregistrement vidéo], Mississauga (Ont.), Goldi Production, 1988, coll. « The Outdoor safety series », 1 vidéocassette de 18 min. (DREF JYRW / V4480)

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]

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.S2.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

La sécurité pour tous

- Diviser les élèves en petits groupes et leur demander de dresser (sous forme d'affiche) la liste des exigences qui assureront la sécurité de toutes les personnes qui utilisent les installations et l'équipement du gymnase. Inviter les groupes à partager le contenu de leur affiche et à combiner les idées provenant des différents groupes pour produire une affiche qui sera placée dans le gymnase.

Facteurs de sécurité

- Identifier des activités physiques puis inviter les élèves à participer à l'activité « Trouvez quelqu'un qui... » et à se demander mutuellement de trouver les facteurs de sécurité et de risque associés :
 - aux vêtements;
 - à l'équipement;
 - aux installations;
 - aux considérations générales en matière de sécurité;
 - à l'adaptation des installations ou de l'équipement en fonction des personnes handicapées.



Voir l'activité « Trouvez quelqu'un qui... » du document de ressources générales DR G-2 : Stratégies d'apprentissage actif

Liens curriculaires :

ÉP-ÉS : C.3.S1.A.4 (sécurité des gens, des installations et du matériel), C.3.S1.A.5b (prévention des blessures sur terre et dans l'eau), C.3.S1.B.1 (efficacité des lois en matière de sécurité publique) et C.3.S2.A.5b (prévention des blessures sur terre et dans l'eau).

Suggestions pour l'évaluation

Note :

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

Facteurs de sécurité

- Inviter les élèves à consigner les réponses des autres dans le tableau suivant :

Facteurs de sécurité	
Nom : _____ Classe : _____ Date : _____	
Facteurs de sécurité (nom de l'activité) _____	
Catégorie	Facteurs de risque et de sécurité
Vêtements	
Équipement	
Installations	
Considérations générales en matière de sécurité	
Adaptation à l'intention des personnes handicapées	

Remarques pour l'enseignant

Révision

Consulter les suggestions pour l'enseignement et l'évaluation du résultat d'apprentissage spécifique C.3.S1.A.4.

Glossaire

Gestion des risques

Lien communautaire

L'enseignant pourrait s'adjoindre les services de professionnels tels des instructeurs de survie en forêt, du personnel de services médicaux d'urgence et d'autres 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.

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 :

ONTARIO. MINISTÈRE DES 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]

TRANSPORTS CANADA. *Sécurité routière : les sujets favoris du public*, [en ligne], 2004,

<<http://www.tc.gc.ca/secureiteroutiere/menu.htm>>, (mai 2005). [Sujets variés portant sur la sécurité et l'alcool, la sécurité en motoneige, etc.]

3. Sécurité



Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S2.A.5a *L'élève sera apte à :*

Cerner les facteurs de sécurité propres à des formes déterminées d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel (p. ex. porter de l'équipement protecteur, employer du ruban réfléchissant pour être vu la nuit, apporter une trousse de premiers soins, tenir compte des conditions météorologiques défavorables).

Suggestions pour l'enseignement

La sécurité dans les activités physiques pratiquées hors du milieu habituel

- Diviser la classe en groupes de quatre et demander à chaque groupe de choisir une activité physique pratiquée hors du milieu habituel. Inviter les groupes à dresser la liste des articles, produits ou méthodes liés à la sécurité pour l'activité de leur choix. Réorganiser les groupes de manière à ce que deux élèves demeurent dans le groupe original tandis que les deux autres se joignent à un autre groupe. Les élèves qui se joignent au nouveau groupe font part de l'information provenant du groupe précédent. Inviter les élèves à rejoindre leur groupe initial et à échanger l'information recueillie.



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

Liens curriculaires :

ÉP-ÉS : C.3.S1.A.4 et C.3.S2.A.4 (sécurité des gens, des installations et du matériel), C.3.S1.A.5b et C.3.S2.A.5b (prévention des blessures sur terre et dans l'eau), C.3.S2.B.1 (risques associés aux installations et lieux publics), S2-4-04 : expliquer la formation et la dynamique de certains phénomènes météorologiques violents ou extrêmes

Remarques pour l'enseignant

Révision

Consulter les suggestions pour l'enseignement et l'évaluation du résultat d'apprentissage spécifique C.3.S1.A.4.

Glossaire

Gestion des risques

Lien communautaire

L'enseignant pourrait s'adjoindre les services de professionnels tels des spécialistes de diverses activités physiques pratiquées hors du milieu habituel, de la médecine préventive et d'autres qui pourraient apporter une aide précieuse dans l'enseignement de cette discipline.

RESSOURCES SUGGÉRÉES

**Imprimés/publications :**

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 :

Sport Manitoba

200 rue Main

Winnipeg MB 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>, (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]

Note : Consulter aussi, au besoin, les ressources suggérées au RAS H.1.S1.C.1 (activités physiques pratiquées hors du milieu habituel)



Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S2.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 la terre et sur l'eau

- Former des groupes de deux et leur demander de trouver quelles seraient les conséquences possibles (les blessures) susceptibles de découler d'un mauvais choix dans la pratique des activités physiques aquatiques ou terrestres choisies. Inviter les groupes à partager leurs réponses dans le cadre d'une discussion en classe.

En sécurité sur la terre et sur l'eau			
Activité	Bon choix	Mauvais choix	Conséquences possibles du mauvais choix

Activités terrestres	Bicyclette			
	Planche à neige			
	Patins à roues alignées			
	Jogging			
	Patins à roues alignées sur piste			
	Grande randonnée pédestre			
	Randonnée pédestre			
	Ski alpin			
	Ski de fond			
	Autre			

Activités aquatiques	Kayak			
	Canot			
	Plongée			
	Plongée autonome			
	Ski aquatique			
	Planche à voile			
	Voile			
	Autre			

Voir et revoir

- Inviter les élèves à consulter divers médias (p. ex. articles de journaux ou de magazines, messages publicitaires télévisés ou vidéos) pour y recueillir des récits d'accidents associés à des activités physiques de loisirs. Leur demander de partager les récits avec le reste de la classe en indiquant si de mauvais choix sont à l'origine des accidents.

Suggestions pour l'enseignement (suite)

Liens curriculaires :

ÉP-ÉS : C.3.S1.A.4 (sécurité des gens, des installations et du matériel), C.3.S1.A.5b (prévention des blessures sur terre et dans l'eau), C.3.S2.A.4 (sécurité des gens, des installations et du matériel), C.3.S2.A.5b (prévention des blessures sur terre et dans l'eau) et C.3.S2.B.1 (risques associés aux installations et lieux publics) .

FL1 RAG 1, RAG 2

Suggestions pour l'évaluation

Ce RAS de maintien ne contient pas d'évaluation spécifique. L'enseignant pourra, à sa guise, développer un instrument pour mesurer le progrès des élèves.

Remarques pour l'enseignant

Révision

Consulter les suggestions pour l'enseignement et l'évaluation du résultat d'apprentissage C.3.S1.A.5b.

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.

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

HANNA, Glenda. *Activités pédagogiques en plein air : directives de sécurité applicables aux programmes et au leadership*, Gloucester (Ont.), Association canadienne pour la santé, l'éducation physique et le loisir, 1986, 86 p. (DREF 796.5/H243a)

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)

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

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Audiovisuel :

L'eau froide, l'eau meurtrière, [enregistrement vidéo], Toronto, Goldi Productions, 1988, coll. « The Outdoor safety series », 1 vidéocassette de 18 min. (DREF JYRX / V4481)

L'hypothermie, [enregistrement vidéo], Missisauga (Ont.), Goldi Production, 1988, coll. « The Outdoor safety series », 1 vidéocassette de 18 min. (DREF JYRW / V4480)

Organisations/sites Web :

ONTARIO. MINISTÈRE DES 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]

SÉCURIJEUNES CANADA. *La sécurité nautique*, [en ligne], 2002, http://www.sickkids.on.ca/safekids/FRENCH/Safety_Tips/FreST_Water.html, (mai 2005).

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. *Usagers vulnérables de la route : Sécurité en patins à roues alignées*, [en ligne], http://www.mpi.mb.ca/francais/fr_rd_safety/fr_VulnerableRoadUsers/Fr_rollerblading_safety.html, (mai 2005).

3. Sécurité



Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S2.B.1 *L'élève sera apte à :*

Établir des stratégies pour gérer les risques associés aux installations et aux lieux publics (p. ex. terrains de jeu, pistes cyclables, limite de vitesse sur les voies publiques près des écoles, installations de loisirs et de sports, milieu de travail sécuritaire).

Suggestions pour l'enseignement

Inspection de sécurité dans la communauté

- Inviter l'ensemble de la classe à proposer des idées pour dresser deux listes :
 - installations ou endroits susceptibles d'être inspectés;
 - risques potentiels associés à des installations ou à des endroits de la communauté.
- Former des groupes de deux élèves et demander à chaque groupe de choisir un endroit à inspecter. Inviter les élèves à utiliser le rapport d'inspection de sécurité de l'annexe S2-6 pour détecter les risques associés à l'endroit choisi. Demander aux groupes de présenter au reste de la classe des stratégies qui pourraient être mises en œuvre pour éliminer le ou les risques détectés (s'il y a lieu).



Voir l'annexe S2-6 : Rapport d'inspection de sécurité.

Liens curriculaires :

Voir RAS C.3.S1.A.4 et C.3.S2.A.4 (sécurité des gens, des installations et du matériel), C.3.S1.A.5b et C.3.S2.A.5b (prévention des blessures sur terre et dans l'eau).

Suggestions pour l'évaluation

Inspection de sécurité dans la communauté

- Lorsque les rapports d'inspection de sécurité seront achevés, évaluer si les élèves ont été ou non en mesure de déterminer comment sont gérés les risques associés aux installations ou aux endroits de la communauté.

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

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

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.

Au secours : programme de sensibilisation à la sécurité aquatique, [classeur vertical], 6 affiches, 33 feuilles, 2 cahiers d'activités et 1 guide. (DREF CV)

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

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

COMMISSION DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL DU QUÉBEC. *Santé et sécurité du travail : guide d'activité d'apprentissage enseignantes et enseignants du secondaire : programme de formation personnelle et sociale*, Montréal, la Commission, 1987, 125 p. (DREF 363.11/C734p)

Distances d'arrêt et ceintures de sécurité, [enregistrement vidéo], Calgary, Le Groupe Propulsion, 1991, 1 vidéocassette de 18 min. (JYWD / V4492)

Et si ça t'arriverait?, [enregistrement vidéo], réalisé par Jean FONTAINE et autres en collaboration avec la Société de l'assurance automobile du Québec, Fondation Pensez! d'abord, Outremont, Educov inc., 1996, 1 vidéocassette de 18 min. (DREF 1996)

Gare au fils : l'électricité et la sécurité à la ferme, 1^{re} ex, [enregistrement vidéo], réalisé par Manitoba Hydro, Winnipeg, 1992, 1 vidéocassette de 21 min. (DREF 53783 / V0074)

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

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

HANNA, Glenda. *Activités pédagogiques en plein air : directives de sécurité applicables aux programmes et au leadership*, Gloucester (Ont.), Association canadienne pour la santé, l'éducation physique et le loisir, 1986, 86 p. (DREF 796.5/H243a)

L'eau froide, l'eau meurtrière, [enregistrement vidéo], Toronto, Goldi Productions, 1988, coll. « The Outdoor safety series », 1 vidéocassette de 18 min. (DREF JYRX / V4481)

La sécurité électrique à la maison et au travail, [classeur vertical], [S.1], Culver Company, Winnipeg, Manitoba Hydro [diff]. 1995, brochure. (DREF CV)

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

MANITOBA HYDRO. *Une combinaison mortelle, l'eau et l'électricité ne font pas un bon ménage!*, Winnipeg, Manitoba Hydro, 2000?, 1 affiche. (DREF AFFICHE)

Audiovisuel :

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

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

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Audiovisuel :

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

Soyez vigilants – restez en vie, 1^{er} ex., [enregistrement vidéo], réalisé par Environnement Canada, Ottawa, Environnement Canada, 1988, 1 vidéocassette de 20 min. (DREF 26886 / V7857)

Sportif : attention aux installations électriques, [classeur vertical], 1 dépliant. (DREF CV)

Organisations/sites Web :

Travail et Immigration Manitoba

Division de la sécurité et de l'hygiène du travail

(voir site Web pour le bureau le plus proche)

Site Web : <<http://www.gov.mb.ca/labour/safety/index.fr.html>>

LYCOS. *La sécurité au laboratoire*, [en ligne], <<http://www.multimania.com/xjarnot/Decouvrir/Securite.html>>, (mai 2005). [Site exhaustif sur multiples aspects de la sécurité au laboratoire]

SÉCURI-JEUNES CANADA. *Conseils pratiques pour veiller à la sécurité des enfants*, [en ligne], 2004, <http://www.safekidscanada.ca/FRENCH/Safety_Tips/FreSafety_Tips.html>, (mai 2005). [Conseil et listes de vérification de plusieurs endroits et installations]

TRANSPORTS CANADA. *Sécurité routière*, [en ligne], 2004, <<http://www.tc.gc.ca/securiteroutiere/menu.htm>>, (mai 2005). [Divers aspects de la sécurité sur les routes canadiennes]

3. Sécurité



Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S2.B.3 L'élève sera apte à :

Montrer les techniques de réanimation cardiorespiratoire (RCR) décrites dans le programme national ou provincial de certification.

Introduction à la RCR

- En classe, discuter des termes suivants :
 - angine de poitrine;
 - arrêt cardiaque;
 - maladie cardiovasculaire;
 - crise cardiaque;
 - accident vasculaire cérébral.
- Indiquer certains signes précurseurs courants de la crise cardiaque (p. ex. sensation de lourdeur à la poitrine, douleur irradiant vers l'épaule et dans les bras) et de l'accident vasculaire cérébral (p. ex. mal de tête violent, difficulté d'élocution).

Formation à la RCR

- Prendre les dispositions nécessaires pour offrir aux élèves une formation à la RCR conforme au programme d'accréditation national ou provincial (en vue ou non d'une accréditation). Il est à noter qu'il est possible de réserver les services de moniteurs accrédités d'agence comme la Fondation des maladies du cœur du Manitoba et l'Ambulance Saint-Jean. Évaluer les connaissances des élèves relatives à la RCR et à des sujets connexes.



Voir le document de ressource DR S2-3 : La RCR chez l'adulte – Liste de vérification des compétences (secouriste).

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : H.3.S2.A.2 (pratiquer les tâches liées à la réanimation cardiorespiratoire).

Suggestions pour l'évaluation

Toutes les activités

- Se référer aux examens d'accréditation (p. ex. *Soins immédiats en RCR* de la Fondation des maladies du cœur du Canada) ou rédiger soi-même des questions qui serviront à évaluer les connaissances des élèves relatives à la RCR.

Exemples de questions :

1. *Quels sont les signes précurseurs de la crise cardiaque?*
2. *Quels sont les facteurs de risque de la maladie cardiovasculaire que tu ne peux pas changer?*
3. *Quels sont les facteurs de risque que tu peux changer?*
4. *À quel endroit dois-tu prendre le pouls chez le nourrisson?*
5. *Quel est le rapport compression/insufflation chez l'adulte?*
6. *Quel est le rapport compression/insufflation chez l'enfant?*
7. *Quel est le rapport compression/insufflation chez le nourrisson?*
8. *À quelle fréquence dois-tu donner la respiration artificielle à une personne qui ne respire pas mais qui a encore un pouls?*



Suggestions pour l'évaluation (suite)

Corrigé :

Les signes précurseurs sont notamment la douleur à la poitrine, l'essoufflement et la nausée.

Tu ne peux changer les facteurs comme la race, l'âge, le sexe et les antécédents familiaux.

Tu peux agir sur les facteurs comme le tabagisme, le taux élevé de cholestérol, l'obésité, le stress, le manque d'exercice, la pression artérielle élevée et la consommation excessive d'alcool.

Il faut prendre le pouls brachial.

Adulte : 15 compressions/2 insufflations.

Enfant : 5 compressions/1 insufflation.

Nourrisson : 5 compressions/1 insufflation.

Il faut donner la respiration artificielle une fois au cinq secondes ou douze fois à la minute.

Remarques pour l'enseignant

Conseils

Les écoles pourraient prendre les dispositions nécessaires pour inviter un moniteur de RCR qualifié à venir offrir le cours d'accréditation national ou provincial aux employés et aux élèves. Il est à noter que ce cours comporte des frais.

Souligner le fait que la maladie cardiovasculaire est l'une des principales causes de décès, de déficience et de maladie au Canada. L'administration de la RCR à une personne qui éprouve des symptômes de crise cardiaque ou d'accident vasculaire cérébral peut lui sauver la vie.

Glossaire

- accident vasculaire cérébral
- angine de poitrine
- arrêt cardiaque
- crise cardiaque
- maladie cardiovasculaire
- premiers soins
- réanimation cardiorespiratoire (RCR)
- services médicaux d'urgence

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

AMBULANCE SAINT-JEAN. *Secourisme d'urgence orienté vers la sécurité*, 2^e 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.

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, la Commission, 1987, 125 p., coll. « Santé et sécurité du travail ». (DREF 616.0252/C734p)

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

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

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)

Les secrets du corps humain, [CD-ROM], France : Ubi Soft, 1996, 1 disque compact et 1 guide d'utilisation. (CD-ROM 611 S446)

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)

Organisations/sites Web :

Ambulance Saint-Jean
535 Doreen Street
Winnipeg MB
R3G 3H5
Tél. : (204) 784-7000
Site Web Manitoba : <<http://www.sja.ca/french/offices/man/index.asp>>

La Fondation (ACT) des soins avancés en urgence coronarienne au Canada
Liste d'agences RCR au Manitoba : <<http://actfoundation.ca/cpragencydirectory/manitoba.cfm?language=FR>>

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

Société canadienne de la Croix-Rouge (Manitoba)
1111 avenue Portage,
Winnipeg MB R3G 0S8
Tél. : (204) 982-7330
Sites Web : <<http://www.croixrouge.ca>>

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Organisations/sites Web :

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]

---. *Programme de leadership : Secourisme : Le maillon vital*, [en ligne], <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=000644&tid=021>>, (mai 2005).

---. *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*]

LA FONDATION (ACT) DES SOINS AVANCÉS EN URGENGE CORONARIENNE AU CANADA. Page d'accueil, [en ligne], 2004, <<http://actfoundation.ca/index.cfm?language=FR>>, (mai 2005). [Divers renseignements incluant un lien RCR au secondaire]



Résultat d'apprentissage spécifique

C.3.S2.B.4 *L'élève sera apte à :*

Déterminer les contributions qu'il peut faire ou que les autres peuvent faire pour améliorer la santé publique et pour favoriser le développement durable localement ou dans le monde (c.-à-d. adopter des habitudes de vie saines, faire du bénévolat, réduire, réutiliser, recycler).

Suggestions pour l'enseignement

Que puis-je faire pour rendre le monde un meilleur endroit où vivre?

- Formez des groupes de trois ou quatre élèves et leur demandez de trouver des pratiques et des activités qui favorisent la santé de la communauté, la santé dans le monde ou le développement durable et d'expliquer comment pareilles contributions peuvent aider à faire du monde un meilleur endroit où vivre. Invitez les groupes à consigner leurs exemples et leurs explications dans un tableau comme celui illustré ci-dessous et à partager leurs réponses avec le reste de la classe.

Que puis-je faire pour rendre le monde un meilleur endroit où vivre?		
	Donne des exemples d'activités individuelles qui peuvent contribuer à la santé de la communauté, à la santé dans le monde ou au développement durable.	Explique comment ces activités individuelles peuvent contribuer à la santé de la collectivité, à la santé dans le monde ou au développement durable.
Santé et bien-être	Porter un casque de sécurité à vélo	Cela diminue les risques d'accident à la tête en cas de chute
	Se porter bénévole pour distribuer de l'eau aux participants d'une course de bienfaisance	
	Porter la ceinture de sécurité en auto	
	Avoir une vie active et se garder en forme	
	Autre	
Environnement	Mettre en œuvre un programme communautaire de recyclage et en faire le suivi	
	Faire des démarches en vue de l'application de règlements contre le tabagisme et respecter ces règlements	
	Se conformer aux lois interdisant la conduite en état d'ébriété	
	Ne pas laisser traîner d'ordures	
	Autre	
Économie	Utiliser moins d'eau	
	Recycler les documents imprimés, le plastique et le métal	
	Autre	

Suggestions pour l'enseignement (suite)

Apporter ma contribution personnelle à la communauté

- Demander à chaque élève de trouver une façon dont il pourrait contribuer à la santé de la communauté, à la santé dans le monde ou au développement durable, en lien avec la santé et le bien-être, l'environnement ou l'économie (consulter les Remarques pour l'enseignant). Demander aux élèves de mettre en application leur choix de contribution (p. ex. en se portant bénévole dans une résidence locale pour personnes âgées) pour un temps déterminé (p. ex. pendant trois mois).

Suggestions pour l'évaluation

Apporter ma contribution personnelle à la collectivité

- Inviter les élèves à inscrire dans leur journal la contribution personnelle qu'ils apportent à la santé de la communauté, à la santé dans le monde ou au développement durable.

Remarques pour l'enseignant

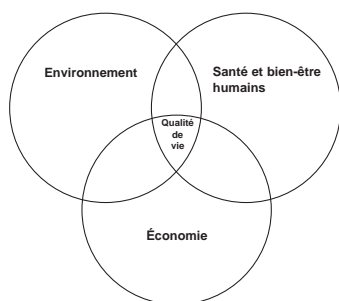
Glossaire

- santé communautaire et santé mondiale

Développement durable

En posant le **développement durable** comme principe directeur, nous sommes amenés à considérer simultanément les répercussions positives et négatives de toute décision sur la **santé** et le **bien-être**, l'**environnement** et l'**économie**. L'objectif recherché consiste à intégrer et à équilibrer nos besoins de manière à pouvoir atteindre et maintenir une qualité de vie équitable pour tous dans l'avenir.

Le diagramme qui suit illustre cette relation d'interconnexion.



- **La santé et le bien-être humains durables** : cela signifie que les gens coexistent dans l'harmonie au sein de leur communauté locale, nationale et mondiale, et avec la nature. Une société viable est une société qui est saine sur les plans physique, psychologique, spirituel et social, et qui accorde une importance primordiale au bien-être des particuliers, des familles et des communautés.
- **Un environnement durable** : il s'agit d'un environnement où les processus essentiels au maintien de la vie et des ressources naturelles de la Terre sont préservés et régénérés.

Remarques pour l'enseignant (suite)

- **Une économie durable** : c'est une économie qui permet un accès équitable aux ressources et qui offre des débouchés à tous. Elle se caractérise par des décisions, des politiques et des pratiques de développement qui respectent les réalités et les différences culturelles et qui ménagent les ressources de la planète. Une économie durable se remarque à la mise en œuvre de décisions, de politiques et de pratiques de façon à limiter au maximum leurs effets sur les ressources et à maximiser la régénération de l'environnement naturel.

Développement durable : Reproduit à partir d'Éducation et Formation professionnelle Manitoba. *L'éducation pour un avenir viable : Guide pour la conception des programmes d'études, l'enseignement et l'administration*, Éducation et Formation professionnelle Manitoba, avril 2001.

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE.

Le défi canadien Vie active : la trousse du responsable : 3^e programme : pour les 12 à 14 ans. Thèmes : faire des choix et établir des objectifs, Gloucester (Ont.), ACSPEL, 1994, 1 volume en pagination multiple et cahier, (DREF 613.7007/A842d/01)

Le défi canadien Vie active : la trousse du responsable : 4^e programme : pour les 15 à 18 ans. Thème : responsabilité, prise en charge et leadership, Gloucester (Ont.), ACSPEL, 1993, 1 volume en pagination multiple et cahier. (DREF 613.7007/A842d/02)

BÉLAIR, Francine. *Pour le meilleur...jamais le pire : prendre en main son devenir*, Montréal, Chenelière/McGraw-Hill, 1996, 143 p. (DREF 158.1/B425p)

BÉNÉVOLES CANADA. *Le bénévolat, ça marche! : façonnez votre avenir*, Ottawa, Bénévoles Canada, 2000, 1 livret pour les jeunes, 1 guide des parents des jeunes bénévoles, 1 guide des parents et jeunes bénévoles, 1 guide de l'animateur des jeunes bénévoles et 2 affiches. (DREF en traitement) (C.4.S1.A.2a, C.4.S1.A.2b)

CONSEIL JEUNESSE PROVINCIAL. *Le recyclage : s'en inquiéter tranquillement*, Saint-Boniface (Man.), Conseil Jeunesse provincial, 1989, 1 cahier et 1 manuel. (DREF 363.7282/C755r)

Consulter aussi, au besoin, les ressources suggérées aux RAG H.1.S1B.1 (activités individuelles et à deux), H.1.S1B.2 (activités collectives), H.1.S1C.1 (activités physiques pratiquées hors du milieu habituel) et H.1.S1D.1 (activités rythmiques).

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

HAWKES, Nigel, et François CARLIER. *Déchets toxiques et recyclage*, Tournai, Gamma, Montréal, Saint-Loup, 1989, 32 p., coll. « A la une ». (DREF 363.738/H392d)

RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Imprimés/publications :

TOHMÉ, Georges, Henriette TOHMÉ. *Éducation et protection de l'environnement*, Paris, Presses universitaires de France, 1991, 289 p. (DREF 363.7007/T645e)

Audiovisuel :

L'Exercice, qu'est-ce que ça donne?, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés, Montréal, 1985, coll. « La Santé, c'est payant », 1 vidéocassette de 28 min, . (DREF BMML / V6345)

La conservation et la protection de l'environnement, [classeur vertical], Toronto, Banque Royale du Canada, 1990, brochure. (DREF CV)

Recyclage de papier, [enregistrement vidéo], réalisé par Pascal GÉLINAS en collaboration avec la Société Radio-Canada, Montréal, 1991?, coll. « Découverte », 1 vidéocassette de 12 min. (DREF 52139 / V0064)

Recyclage, [enregistrement vidéo], Montréal, Productions S.D.A., 1990, coll. « Les Débrouillard », 1 vidéocassette de 27 min. (DREF JUTV / V4337)

Santé, responsabilité collective, [enregistrement vidéo], réalisé par Gilles SAINTE-MARIE et associés en collaboration avec Société Radio-Canada, Montréal, 1983, coll. « Salut santé », 1 vidéocassette de 25 min. (DREF BMPL / V6787)

TARDIF, Collette, et autres. *L'univers fantastique de l'or dur*, [CD-ROM], Montréal, Micro-Intel inc., 1999, coll. « La science en un clin d'œil », 1 disque compact. (CD-ROM 363.7282 U58)

Organisations/sites Web :

Manitoba Product Stewardship Corporation

530 boulevard Kenaston

Winnipeg MB R3N 1Z4

Tél. : (204) 989-6222

(Renseignements sur le recyclage, la réutilisation et la réduction des déchets)

MANITOBA PRODUCT STEWARDSHIP CORPORATION*. *Virtual Recycling*, [en ligne], <<http://www.virtualrecycling.com/>>, (mai 2005). [Ressources pour des activités de recyclage pour enseignants et élèves]

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



Résultat d'apprentissage spécifique

H.3.S2.A.1 *L'élève sera apte à :*



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, travail d'équipe, promotion du franc-jeu et inclusion de tous).

Suggestions pour l'enseignement

Journée d'activités sécuritaires et responsables

- Organiser un mini-tournoi à la ronde pour des jeux comme le volleyball, le soccer, le handball et le jeu ultimate. Au terme du tournoi, inviter les élèves à évaluer la façon dont ils ont appliqué les règles et consignes de sécurité et dans quelle mesure ils ont fait preuve d'esprit sportif (cette évaluation peut être faite pour toutes les activités).

Inventer un jeu

- Former des petits groupes de trois ou quatre élèves et leur demander de proposer des idées en vue d'inventer un jeu. Les groupes assument la responsabilité d'enseigner le jeu, de jouer le rôle d'arbitres, d'installer l'équipement nécessaire et de le démonter. Demander aux participants d'évaluer le groupe qui a inventé le jeu en fonction des critères suivants :
 - consignes et règles de sécurité clairement indiquées;
 - disponibilité et aspect sécuritaire de l'équipement;
 - encouragement à faire preuve d'esprit sportif et à favoriser l'inclusion.

Liens curriculaires :

ÉP-ÉS : H.1.S1.B.1 (activités individuelles et à deux), H.1.S1.B.2 (activités collectives), H.1.S1.C.1 (activités physiques pratiquées hors du milieu habituel) et H.1.S1.D.1 (activités rythmiques).

Suggestions pour l'évaluation

Note :


Bien que les RAS de maintien ne contiennent généralement pas d'évaluation, celles qui se trouvent ci-dessous pourrait être utile dans ces activités.

Journée d'activités sécuritaires et responsables

- Inviter les élèves à réfléchir sur le comportement dont ils ont fait preuve au cours de la journée d'activités et à utiliser le barème d'évaluation qui suit pour noter leur degré de satisfaction en ce qui concerne l'application des règles et consignes de sécurité et de l'esprit sportif.

3. Sécurité

Suggestions pour l'enseignement (suite)

Journée d'activités – Barème d'évaluation				
Échelle : 4 = toujours 3 = souvent 2 = parfois 1 = rarement				
Critères	Appréciation			
Dans cette activité, j'ai : <ul style="list-style-type: none"> appliqué les consignes de sécurité observé les règles fait preuve d'esprit sportif passé les engins (p. ex. ballon, disque) à mes coéquipiers participé comme joueur d'équipe laissé ma place à d'autres joueurs 	4	3	2	1
Total des points				
Commentaires :				

Inventer un jeu

- Demander aux participants d'évaluer les élèves qui ont inventé le jeu en fonction des critères suivants :

Sécurité et responsabilité dans la création du jeu			
Nom des élèves : _____ _____			
Activité ou jeu : _____			
Aire utilisée : _____			
Critères	Oui	Non	Commentaires
Les élèves ou le groupe :			
<ul style="list-style-type: none"> ont énoncé les consignes de sécurité ont expliqué les règles de manière claire et concise ont bien installé l'équipement ont bien démonté l'équipement ont favorisé l'inclusion ont encouragé l'esprit sportif 			

Remarques pour l'enseignant

Révision

Esprit sportif

Inclusion

Maîtrise de soi

Travail d'équipe

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ, L'ÉDUCATION PHYSIQUE, LE LOISIR ET LA DANSE (ACSEPLD). *Esprit sportif chez les jeunes : un guide de référence*, Gloucester (Ontario), l'Association, 1990, 80 p.

ASSOCIATION DES ENSEIGNANTS ET DES ENSEIGNANTES EN ÉDUCATION PHYSIQUE. *Lignes directrices sur la sécurité en éducation physique dans les écoles manitobaines*, Winnipeg, l'Association, 2001.

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. *Handball olympique : éducation physique, 7^e année à Secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1990, 110 p. (DREF P.D. 613.7 G946h 7^e-Sec.1)

---. *Manuel de soccer 7-12 : matériel didactique : éducation physique*, Winnipeg, la Division, 1987, 95 p. (DREF P.D. 613.7 M294s 7^e-Sec.4)

---. *Volley-ball : éducation physique : 7^e année à secondaire 1*, Winnipeg, la Division, 1987, 77 p. (DREF P.D. 613.7 G946v 7^e-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>, (juin 2003).

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

3. Sécurité



Résultat d'apprentissage spécifique

H.3.S2.A.2 L'élève sera apte à :

Accomplir les diverses tâches nécessaires pour pratiquer la réanimation cardiorespiratoire (p. ex. étapes de la gestion de la situation sur les lieux, réanimation artificielle).

Suggestions pour l'enseignement

Démonstration des compétences en RCR

- Former des groupes de trois élèves et leur demander de se livrer à une séance de jeu de rôles au cours de laquelle ils administrent la RCR conformément aux lignes directrices du programme d'accréditation provincial ou national. Dans chaque groupe :
 - un élève joue le rôle de la victime;
 - un autre joue le rôle du secouriste;
 - un dernier analyse et évalue les compétences du secouriste.
- Inviter les trois élèves de chacun des groupes à changer de rôle pour que chacun ait la possibilité de pratiquer et d'évaluer les compétences requises pour administrer la RCR.



Voir le DR S2-3 : La RCR chez l'adulte : Liste de vérification des compétences (secouriste).

Lien curriculaire :

ÉP-ÉS : C.3.S2.B.3 (montrer les techniques approuvées de la réanimation cardiorespiratoire).

Suggestions pour l'évaluation

Démonstration des compétences en RCR

- Se référer aux lignes directrices du programme national ou provincial pour évaluer les compétences des élèves dans l'administration de la RCR.

Remarques pour l'enseignant

Conseils

Les écoles pourraient prendre les dispositions nécessaires pour inviter un moniteur de RCR qualifié à venir offrir le cours d'accréditation national ou provincial aux employés et aux élèves. Noter que ce cours comporte des frais.

Pour obtenir des renseignements sur la façon d'organiser un programme de formation à la RCR à l'intention des élèves du secondaire, communiquer avec la Fondation (ACT) des soins avancés en urgence coronarienne du Canada.

Révision

Consulter les suggestions pour l'enseignement et l'évaluation du résultat d'apprentissage spécifique C.3.S2.B.3 (montrer les techniques approuvées de la réanimation cardiorespiratoire).

RESSOURCES SUGGÉRÉES



Imprimés/publications :

AMBULANCE SAINT-JEAN. *Secourisme d'urgence orienté vers la sécurité*, 2^e 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.

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, la Commission, 1987, 125 p., coll. « Santé et sécurité du travail ». (DREF 616.0252/C734p)

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

CROIX-ROUGE CANADIENNE. Programme de leadership : *Secourisme : Le maillon vital*, [en ligne], <<http://www.croixrouge.ca/article.asp?id=000644&tid=021>>, (mai 2005).

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)

Audiovisuel :

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)

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

Les secrets du corps humain, [CD-ROM], France, Ubi Soft, 1996, 1 disque compact et 1 guide d'utilisation. (CD-ROM 611 S446)

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)

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



RESSOURCES SUGGÉRÉES (suite)



Organisations/sites Web :

Ambulance Saint-Jean
535 Doreen Street
Winnipeg MB
R3G 3H5
Tél. : (204) 784-7000
Site Web Manitoba : <<http://www.sja.ca/french/offices/man/index.asp>>

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

La Fondation (ACT) des soins avancés en urgence coronarienne au Canada
Liste d'agences RCR au Manitoba : <<http://actfoundation.ca/cpragencydirectory/manitoba.cfm?language=FR>>

Société canadienne de la Croix-Rouge (Manitoba)
1111 avenue Portage,
Winnipeg MB R3G 0S8
Tél. : (204) 982-7330
Sites Web : <<http://www.croixrouge.ca>>

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]

---. *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*]

LA FONDATION (ACT) DES SOINS AVANCÉS EN URGENGE CORONARIENNE AU CANADA. *Page
d'accueil*, [en ligne], 2004, <<http://actfoundation.ca/index.cfm?language=FR>>, (mai 2005).
[Divers renseignements incluant un lien RCR au secondaire]

3. Sécurité





Résultats d'apprentissage spécifiques



Connaissances

C.3.S2.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.S2.A.2

Expliquer les raisons physiologiques (p. ex. position du corps, sexe, caractéristiques physiques) **pour lesquelles le choix de certaines techniques réduit les risques auxquels s'exposent les gens qui font de l'exercice** (p. ex. en gardant les genoux fléchis lors des redressements assis, on réduit la tension subie par le dos; les hormones sexuelles ont un effet sur l'élasticité des muscles; une bonne condition physique réduit les risques de blessure).

C.3.S2.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.S2.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.S2.A.5

Cerner les facteurs de sécurité propres à des formes déterminées d'activité physique pratiquées hors du milieu habituel (p. ex. porter de l'équipement protecteur, employer du ruban réfléchissant pour être vu la nuit, apporter une trousse de premiers soins, tenir compte des conditions météorologiques défavorables).

C.3.S2.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).

Connaissances (suite)

C.3.S2.B.1

Établir des stratégies pour gérer les risques associés aux installations et aux lieux publics (p. ex. terrains de jeu, pistes cyclables, limite de vitesse sur les voies publiques près des écoles, installations de loisirs et de sports, milieu de travail sécuritaire).

C.3.S2.B.3

Montrer les techniques de réanimation cardiorespiratoire (RCR) décrites dans le programme national ou provincial de certification.

C.3.S2.B.4

Déterminer les contributions qu'il peut faire ou que les autres peuvent faire pour améliorer la santé publique et pour favoriser le développement durable localement ou dans le monde (c.-à-d. adopter des habitudes de vie saines, faire du bénévolat, réduire, réutiliser, recycler).

Habilités (suite)

H.3.S2.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.S2.A.2

Accomplir les diverses tâches nécessaires pour pratiquer la réanimation cardiorespiratoire (p. ex. étapes de la gestion de la situation sur les lieux, réanimation artificielle).

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.

