

Listes de vérification sur la sécurité des activités physiques

Tir à l'arc

Le tir à l'arc est un sport de précision et de cible dans lequel on utilise un arc pour lancer des flèches.

Cote de facteur
de risque

4

Résultat d'apprentissage général

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

Stratégies de gestion des risques

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

Instruction

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

- L'instruction est fournie par un entraîneur formé ou agréé par le Programme national de certification des entraîneurs de la Fédération canadienne des archers (FCA) ou par un archer expérimenté qui possède les compétences d'un entraîneur agréé.
- Toutes les séances sont offertes dans un milieu sécuritaire et les élèves sont sensibilisés aux risques du tir à l'arc.
- Les règles et les consignes de sécurité ont été apprises avant la participation.
- Les habiletés et les mouvements sont appris selon une progression adéquate.
- L'instruction est fournie quant à l'enlèvement sécuritaire et aux procédures de retrait des flèches.
- Chaque séance comporte une période de réchauffement, de récupération et d'exercices de mise en forme.
- On a accès à de l'eau potable que l'on consomme au besoin.

Surveillance

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

- Niveau de surveillance recommandé : **surveillance visuelle constante**
- Le surveillant contrôle la ligne de tir en tout temps; personne ne traverse la ligne de tir sans sa permission.
- Tous les élèves qui ne font pas de tirs doivent se tenir à une bonne distance derrière la ligne de tir et assez loin des archers qui se trouvent sur la ligne de tir.
- Des règles et des consignes de sécurité sont en vigueur.
- Un plan d'action en cas d'urgence est en place pour donner suite aux accidents ou aux blessures.

Listes de vérification sur la sécurité des activités physiques

Tir à l'arc

Installations

- L'aire d'activité est exempte de dangers et de débris.
- L'aire d'activité comporte une ligne de tir et des zones hors limites clairement indiquées.
- L'installation intérieure comporte un filet de sécurité adéquat derrière les cibles.
- L'éclairage et la ventilation, le cas échéant, sont adéquats.
- Les règles et les consignes de sécurité sont affichées.
- Les directives sur l'utilisation des installations sont affichées.
- Les sorties de secours sont clairement indiquées.

Équipement

- L'équipement est approprié et en bon état.
- L'équipement (arcs, flèches, cibles, points d'appui) est vérifié par une personne qualifiée avant chaque séance.
- Les directives sont émises quant à l'entretien de l'équipement de tir à l'arc.
- On utilise des cibles appropriées.
- On utilise des carquois de sol.
- La longueur et le poids des arcs et des flèches sont appropriés compte tenu de la taille et de la force de l'élève.
- Des protège-bras et des doigtiers sont disponibles.
- Tous les arcs sont rangés en lieu sûr lorsqu'ils ne sont pas utilisés.
- Une trousse de premiers soins et un téléphone sont disponibles.

Vêtements et chaussures

- Il faut porter des chaussures appropriées et bien ajustées.
- Les lacets sont noués et les chaussures à bout ouvert sont à éviter.
- Il faut enlever ou ranger en lieu sûr les bijoux lorsqu'ils posent un risque à la sécurité.
- Il faut porter des vêtements qui permettent une grande liberté de mouvement; les vêtements du haut du corps ne doivent pas entraver l'utilisation de l'arc.

Autres considérations

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