Gymnastique (trampoline encastré)

Séquences De Mouvements En Utilisant De L'équipement. Un Trampoline Qui Est De Niveau Avec Le Sol.

ÉLÉMENTAIRE - PROGRAMME-CADRE 2024

- Consultez **La sécurité pour les élèves en situation de handicap** si vos groupes comprennent des élèves en situation de handicap.
- Sites commerciaux.
- Il y a deux types de programmes de trampoline appropriés:
    - Entraînement physique/aérobie – l'enseignement comprend le saut de base debout et l'arrêt de saut
    - Habiletés de trampoline - l'enseignement comprend des habiletés de trampoline supplémentaires.
- Les autres activités utilisant le trampoline (par exemple, le ballon chasseur et le basketball) ne sont pas appropriées.
- Consultez **Gestion de risques**.
- Les normes de sécurité pour cette activité doit être remise au fournisseur de l'activité avant la tenue de l'activité. Le fournisseur de l'activité doit répondre aux exigences minimales indiquées sur les normes de sécurité. Pour en savoir plus sur la planification de sorties avec des fournisseurs externes, consultez **Fournisseurs d'activités externes**.

Équipement

- S’assurer que tout l’équipement peut être utilisé de façon sécuritaire (par exemple, pas de coin pointu ni de fissure, ou éclat de bois) et que les dispositifs d’aide à la mobilité (par exemple, déambulateur) sont en bon état de fonctionnement et sont correctement ajustés quant à la hauteur et aux besoins de mobilité de l’élève avant sa participation.
- Le trampoline doit être installé correctement par un installateur agréé, inspecté régulièrement et réparé au besoin.
- Le rembourrage du cadre doit être fixé solidement et recouvrir le cadre et les ressorts/cordons de serrage.
- Des matelas polyvalents (5 cm/2 po) doivent recouvrir le sol autour du trampoline de manière à éviter le chevauchement et les espaces ouverts.
- Les matelas polyvalents (5 cm/2 po) doivent être faits de :
    - mousse de polyéthylène à alvéoles fermés/à liaisons transversales de 5 cm (2 po);
    - mousse de polyuréthane à alvéoles ouverts (100 de déflexion par force d’indentation [I.F.D.] au minimum) de 5 cm (2 po);
    - mousse double densité de 5 cm (2 po);
    - mousse ayant un compactage équivalent selon le fabricant.
- Assurez-vous que les matelas qui bordent le trampoline sont bien placés.
- Un périmètre de sécurité doit être marqué sur le trampoline à 30 cm (1 pi) des côtés et à 60 cm (2 pi) des bouts.
- Le cas échéant, aucun équipement ne doit se trouver sous le trampoline.
- N'utilisez aucun équipement sur le trampoline (par exemple, ballons, sacs de fèves).

*Consultez la section **Secourisme** pour connaitre les exigences concernant l’équipement de secourisme.*

Vêtements / Chaussure / Bijoux

- Des vêtements et des chaussures appropriés doivent être portés.

- Le port de chaussettes de trampoline/adhérentes est obligatoire.
- Aucun bijou n’est permis.
- Attachez les cheveux longs et retirez les barrettes.
- Retenez les lunettes à l'aide d'une courroie ou retirez-les.
- Les élèves ne doivent pas participer lorsque la longueur de leurs ongles leur pose un risque ou pose un risque aux autres.

Installations

- S’assurer que toutes les installations sont accessibles et sécuritaires pour les élèves qui participent. Il faut demander aux élèves d’informer le membre du personnel enseignant de tout problème concernant les installations.
- Il faut prévoir un espace minimal d’un mètre (3 pi et 3 po) le long des côtés du trampoline et de 2 m (6 pi et 6 po) aux bouts du trampoline. Tout espace entre les bouts et les côtés des trampolines doit être rembourré.
- La hauteur minimale du plafond est de 7 m (23 pi).
- Si le trampoline se trouve à moins d’un mètre (3 pi et 3 po) d’un mur latéral ou d’un poteau de soutien, et/ou à 2 m (6 pi et 6 po) du mur d’extrémité, le mur ou le poteau doit être recouvert de matelas protecteur sur au moins 5 m de hauteur (16 pi et 5 po).
- Les murs, les estrades, l’équipement, les arbres et les poteaux ne doivent pas être utilisés comme points de virage, lignes d’arrivée, zones d’extrémité ou limites de l’aire de jeu. Établir les lignes et limites du jeu clairement, à l’écart des dangers, en utilisant des repères visuels (par exemple, des lignes, des cônes), afin d’éviter toute possibilité de contact/collision.
- Consulter **Normes de sécurités générales pour les installations** pour l’ouverture et la fermeture de la cloison ou du rideau du gymnase.

- Lorsque la marche, la course ou le déplacement en fauteuil roulant se déroule à l'extérieur du terrain de l'école, soit pour un échauffement ou un exercice, ou fait partie intégrante de l'activité :

    - Avant de parcourir le trajet pour la première fois, le membre du personnel enseignant doit le vérifier afin d'en relever les problèmes potentiels.

    - Avant le début de l'activité, le membre du personnel enseignant doit décrire le parcours aux élèves (par exemple, indiquer les endroits où il faut faire preuve de prudence).

    - Le membre du personnel enseignant doit s'assurer que les élèves ne traversent pas d'intersections achalandées à moins de faire l'objet d'une supervision directe.

Règles et consignes particulières

- Surveiller les élèves dont les affections médicales (par exemple, anaphylaxie, asthme, plâtres, commotion cérébrale antérieure, orthèses) pourraient affecter la participation. Consultez **Affections médicales**.
- Avant de prendre part à une activité, les élèves doivent recevoir de l'information sur la prévention des commotions cérébrales durant l'activité en question, et sur les risques inhérents à l'activité (par exemple, indiquer les risques possibles et les moyens de les minimiser), ainsi que les procédures à suivre pour jouer de façon sécuritaire. Les élèves doivent connaître l'importance d'informer le membre du personnel enseignant de tout symptôme relié à une commotion cérébrale présumée.
- Quand l'activité se déroule hors du terrain de l'école, il faut consulter les politiques et procédures du conseil scolaire relativement au transport et aux excursions scolaires pour connaître la façon de communiquer aux parents/tuteurs/gardiens de l'enfant l'endroit où l'activité aura lieu, les moyens de transport qui seront utilisés, et les exigences de supervision, et pour savoir s'il est nécessaire d'obtenir l'autorisation des parents/tuteurs/gardiens de l'enfant.
- Les activités doivent être modifiées selon l'âge, les capacités, le vocabulaire et l'expérience des élèves, le nombre d'élèves, ainsi que les installations disponibles.

- Il faut tenir compte de l’entraînement préalable et de la condition physique des élèves, ainsi que de la durée et de l’intensité de l’activité physique.
- Les activités doivent se dérouler selon les habiletés enseignées.
- Toutes les habiletés doivent être enseignées en suivant un ordre approprié.
- Les activités doivent comporter des périodes d’échauffement et de récupération.
- Les élèves en mouvement ne doivent pas avoir les yeux fermés ou bandés.
- Si les élèves doivent marcher ou courir à reculons, il faut insister sur le contrôle des mouvements. Les courses à reculons sont interdites.
- Le programme doit inclure un cours d'initiation pour tous les élèves.
- Les élèves doivent connaître les mesures de sécurité concernant l'usage du trampoline.
- Un seul élève à la fois peut se trouver sur le trampoline.
- Si l'élève atterrit à l'extérieur du périmètre de sécurité indiqué sur le trampoline, il doit cesser de sauter pour retourner au centre du trampoline.
- Les élèves peuvent sauter d'un trampoline à l'autre si les trampolines sont côte-à-côte, et si personne ne se trouve sur le trampoline adjacent. Ils doivent s'assurer d'atterrir au centre de la surface adjacente.
- Les élèves doivent maîtriser l'« arrêt de saut » avant de participer à d'autres activités de trampoline.
- Mettez l'accent sur le contrôle plutôt que sur la hauteur.
- Les règlements suivants doivent être suivis:
    - se déplacer toujours en marchant
    - sauter au centre de l'espace rectangulaire
    - sauter toujours sur deux pieds; jamais sur un seul pied
    - ne pas atterrir sur les genoux
    - aucune inversion n'est permise (par exemple, les hanches doivent demeurer sous la tête en tout temps)

- Les élèves doivent seulement tenter les mouvements permis par le membre du personnel enseignant/instructeur.
- Voir à ce que l'élève démontre la maîtrise des mouvements de base avant de passer à des habiletés de niveau supérieur (par exemple, les sauts droits avant d'introduire les sauts genoux pliés, avec des formes aériennes et des rotations verticales).
- Ne demandez pas à un élève d'effectuer une tâche pour laquelle il ne se sent pas capable ou préparé.
- Si l'élève exprime une hésitation (verbale ou non verbale) à participer, le membre du personnel enseignant doit déterminer les causes de cette réticence. S'il est estimé qu'une hésitation pendant l'exercice pourrait présenter un risque pour l'élève, on doit lui demander de faire un exercice plus simple, ou lui donner le choix d'un rôle dans l'activité qui lui permet d'être à l'aise, y compris le choix de ne pas participer.
- Avant l'activité, le membre du personnel enseignant doit consulter la politique de son conseil scolaire sur l'équité et l'inclusion et apporter les accommodements et les modifications nécessaires pour établir un environnement d'apprentissage sécuritaire et favoriser la participation des élèves. Consultez la sous-section Intention dans la **section À propos**.
- Les élèves doivent avoir accès à une boisson empêchant la déshydratation (bouteilles d'eau personnelles, fontaines) avant, pendant et après toute activité physique.
- Les élèves doivent être informés qu'il est interdit d'utiliser l'équipement et le gymnase sans supervision. En plus de la communication verbale, les portes doivent être verrouillées ou des écriteaux indiquant que les élèves n'ont pas le droit d'utiliser le gymnase à moins d'être supervisés de façon appropriée doivent être installés.

Entraînement physique/aérobie

- Les habiletés doivent être enseignées en suivant un ordre approprié.

Habiletés de trampoline

- Si les programmes offerts par les installations de trampoline enseignent d'autres habiletés en plus du saut de base debout et de l'« arrêt de saut:

- Les élèves doivent être capables d'effectuer un « arrêt de saut » avant de pratiquer d'autres habiletés.
- Les habiletés doivent être enseignées en suivant un ordre approprié.
- Les activités/routines doivent se dérouler selon les habiletés enseignées.

Supervision

- Toutes les activités doivent être supervisées.
- Le type de supervision doit tenir compte des risques inhérents à l'activité en question. Le niveau de risque varie selon le nombre d'élèves, leurs habiletés, le type d'équipement utilisé et les conditions environnementales.
- Une supervision directe est requise lors de l'enseignement initial des consignes de sécurité et des habiletés.
- Une supervision sur place doit être assurée par le membre du personnel enseignant lorsqu'un ou des instructeurs font l'enseignement initial des consignes de sécurité et des habiletés et assurent la surveillance.
- Une supervision directe est requise lorsque les élèves font des sauts de base debout et des « sauts d'arrêt ».
- Une supervision sur place est requise pour la durée de tous les autres aspects de l'activité (p. ex., installation ou démantèlement de l'équipement, exercices d'échauffement et de récupération, mise en pratique des habiletés et des jeux)
- Un bénévole, sous la direction d'un membre du personnel enseignant, peut surveiller les activités d'éducation physique. Consultez la politique de votre conseil scolaire concernant les bénévoles qui donnent un coup de main lors des activités physiques des élèves
- Les responsabilités des bénévoles et des membres du personnel enseignant additionnels qui surveillent l'activité doivent être clairement établies.

- Lorsqu’on fait appel à un instructeur et que le membre du personnel enseignant n’est pas directement avec l’instructeur, ce dernier doit faire l’enseignement initial des consignes de sécurité et des habiletés, et surveiller que les élèves se comportent et mettent en pratique leurs habiletés de manière sécuritaire pour la durée de l’activité.
- Un membre du personnel enseignant qui n'est pas familier avec les techniques de l'activité (par exemple, aucune expérience récente) doit renoncer à enseigner l'activité jusqu'à ce que de l'aide soit obtenue auprès du personnel suffisamment formé ou la formation soit reçue.

Ratios de supervision/surveillance

- Première leçon (a lieu lorsque l'élève tente d'utiliser l'équipement pour la première fois): 1 instructeur pour 1 élève
- Après la première leçon (élèves sur le trampoline ou près du trampoline):
    - 1re à 3e année: 1 instructeur pour 6 élèves
    - 4e à 6e année: 1 instructeur pour 12 élèves
    - 7e et 8e année: 1 instructeur pour 15 élèves

Qualifications

Entraînement physique/aérobie

- Les instructeurs sur place doivent connaître les habiletés d’entraînement sur le trampoline, la progression des habiletés et la sécurité.

Habiletés de trampoline

- Les habiletés sans inversions peuvent être enseignées par une personne possédant l’une des certifications suivantes:
    - Entraîneur de sport communautaire du PNCE - Fondements gymniques.
    - Certification de personne-ressource en gymnastique du PNCE.

- Pour enseigner les inversions, la personne doit posséder une certification du PNCE niveau 2 technique en trampoline ou un niveau supérieur.

First Aid

- Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible (consultez **Contenu des trousses de premiers soins**).
- Un dispositif de communication activé (par exemple, un téléphone cellulaire) doit être accessible.
- Suivre le plan d'intervention de secourisme de l'école (consultez **Plan de premiers soins et intervention de secourisme**) et le protocole en cas de commotion cérébrale du conseil scolaire (consultez **Commotions cérébrales**).
- Un plan d'action d'urgence et des mesures d'intervention en cas d'évacuation ou de confinement, y compris des directives précises pour les participants ayant des besoins particuliers en matière d'accessibilité, doivent être suivis et communiqués à l'ensemble des élèves.

Définitions

- **Bénévole** :
    - Un adulte responsable (p. ex., aide-enseignant, membre du personnel enseignant à la retraite, élève stagiaire, parent/tuteur/gardien de l'enfant, stagiaire) approuvé par la direction d'école, qui est sous la direction d'un membre du personnel enseignant, et dont les responsabilités de surveillance ont été définies. Consultez la politique de votre conseil scolaire concernant les bénévoles qui donnent un coup de main lors des activités physiques des élèves.
- **Fournisseur d'activité externe** :
    - Une entreprise privée, une organisation bénévole, ou une personne, qui n'est pas associée au conseil scolaire et qui possède les compétences requises pour l'enseignement initial des

consignes de sécurité et des habiletés et pour assurer la surveillance au cours de l'activité.

- **Instructeur :**
    - Une personne qui enseigne les consignes de sécurité et, les habiletés, assure la surveillance d'une activité et détient les compétences requises (p. ex., expérience, certifications). Ce rôle peut être rempli par un membre du personnel enseignant, un bénévole ou un employé d'un fournisseur externe. Un instructeur n'a pas l'autorité d'assurer la supervision.
- **Membre du personnel enseignant** :
    - Une personne qui détient un certificat valide de l'Ordre des enseignantes et des enseignants de l'Ontario et qui est sous contrat pour le compte de l'école ou du conseil scolaire (p. ex., membre du personnel enseignant ou direction d'école). Elle est légalement responsable des élèves et elle a l'autorité et la responsabilité d'assurer la supervision.
- **Personne responsable :**
    - Certaines activités mentionnent une personne « responsable ». Le membre du personnel enseignant est responsable de la sécurité et du bien-être des élèves à sa charge. Parfois, une autre personne peut être identifiée comme « personne responsable » dans des situations précises (par exemple, le sauveteur). La personne identifiée « responsable » de l'activité en cours doit, en consultant le membre du personnel enseignant, prendre les décisions finales concernant la sécurité des élèves.
- **Supervision :**
    - La supervision vigilante d'une activité pour la réglementer ou la diriger. Les activités, les installations et l'équipement comportent des risques inhérents. Cependant, plus la supervision est efficace, plus la sécurité s'en trouve accrue.
    - Les Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation désignent trois catégories de supervision : supervision directe, supervision sur place et supervision générale. Les catégories dépendent du niveau de risque de l'activité qui est lié au nombre d'élèves, au type d'équipement utilisé, aux conditions environnementales, ainsi qu'à l'âge et au stade de

développement des élèves.

- Les trois types de supervision qui sont décrits ne sont pas hiérarchisés, mais ils représentent les types de supervision qu'une activité peut nécessiter et le type de supervision qu'il est possible d'assurer selon l'activité.
- La nature de certaines activités incluses dans les Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation (NSOAPE) fait en sorte qu'elles peuvent passer d'un type de supervision à un autre lors d'une activité (par exemple, de « supervision directe » à « supervision sur place » ou de « supervision sur place » à « supervision générale »).

- **Surveillance :**
  - Par la surveillance, on entend l'observation, l'identification, l'action et le rapport.
    - Observation : Observer attentivement les actions des élèves.
    - Identification : Identifier l'élève et le comportement non sécuritaire.
    - Action : Prendre les mesures appropriées pour protéger les élèves et les autres (p. ex., arrêter l'activité).
    - Rapport : Aviser le membre du personnel enseignant du nom de l'élève et de son comportement non sécuritaire pour que cette personne gère la situation et donne des directives.
- **Surveillant :**
  - Une personne qui aide un membre du personnel enseignant avec un groupe d'élèves (p. ex., bénévole, instructeur) et qui surveille les comportements des élèves pour la durée de l'activité.
- **Types de supervision** :
  - **Supervision directe** :
    - La supervision directe nécessite la présence physique du membre du personnel enseignant lors de l'activité; ce membre du personnel enseignant doit assurer la supervision visuelle et donner les consignes verbales pour diriger l'activité et veiller à la sécurité des élèves.

        - Conditions :
            - Aucune autre activité ne peut se dérouler lorsqu'une partie ou l'intégralité de l'activité nécessite une supervision directe et qu'un seul membre du personnel enseignant assure la supervision.
            - La section « Supervision » de la fiche pour l'activité en question dans les Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation décrit les parties d'une activité requérant une supervision directe.
            - Lorsqu'un ou des instructeurs enseignent les consignes de sécurité et les habiletés au début de l'activité et veillent à la surveillance pour une activité, un membre du personnel enseignant doit être présent à l'activité pour en assurer la gestion et donner des consignes.
        - Une activité peut nécessiter une supervision directe :
            - pour la durée de l'activité;
            - lors de la mise en place et du démantèlement du matériel;
            - lors de l'enseignement initial des consignes de sécurité et des habiletés;
            - lors de la mise en pratique de l'habileté;
            - lorsqu'une activité passe d'une supervision directe à une supervision sur place.
    - **Supervision générale** :
        - Le membre du personnel enseignant est à proximité de divers emplacements où se déroulent les activités des élèves, circule d'une activité à l'autre, et est accessible pour en assurer la gestion et donner les consignes de sécurité.
            - Conditions :
                - Le membre du personnel enseignant circule d'une activité à l'autre à des emplacements différents et est facilement accessible; sinon les élèves ont été avisés de l'endroit où il se trouve.

            - Lorsqu'un ou des instructeurs enseignent les consignes de sécurité et les habiletés au début de l'activité et veillent à la surveillance à divers emplacements, un membre du personnel enseignant doit être présent à proximité des endroits où se déroulent les activités, circuler d'une activité à l'autre, et être accessible pour en assurer la gestion et donner des consignes.
            - Les élèves peuvent être hors de vue pendant certaines périodes.
        - Une activité ou une partie de l'activité nécessite une supervision générale :
            - Lorsqu'une même activité se déroule à plus d'un emplacement (p. ex., activités de conditionnement physique);
            - Lorsque deux activités ou plus nécessitant une supervision générale se déroulent à des emplacements différents (p. ex., badminton, tennis de table, handball [mur]);
            - Lorsque la mise en pratique de l'habileté se déroule à un autre endroit que celui où est présent le membre du personnel enseignant (p. ex., course de fond, ski [alpin], cyclisme, excursion pédestre);
            - Lorsque les activités se déroulent dans des gymnases doubles ou triples;
            - Lorsque plus d'un instructeur fourni des activités à divers emplacements.
    - **Supervision sur place** :
        - Le membre du personnel enseignant est présent à un endroit où a lieu l'activité des élèves (p. ex., gymnase, terrains de sports, mur d'escalade à une installation d'un fournisseur d'activités externe, campement) pour assurer la gestion de l'activité et donner des consignes.
            - Conditions :
                - Lorsque plus d'une activité se déroule au même endroit, le membre du personnel enseignant circule d'une activité à l'autre et est accessible pour

assurer la gestion de l’activité et donner des consignes.

- La présence momentanée dans des salles adjacentes (p. ex., salle d’équipement, remise extérieure, hangar à bateaux, tente du personnel) est considérée comme étant une supervision sur place.
- Lorsqu’un ou des instructeurs enseignent les consignes de sécurité et les habiletés au début de l’activité et veillent à la surveillance pour une ou plusieurs activités, un membre du personnel enseignant doit être présent, circuler d’une activité à l’autre, et être accessible pour assurer la gestion et donner des consignes.

- Une activité peut nécessiter une supervision sur place :
  - pour la durée de l’activité;
  - lors de l’enseignement initial des consignes de sécurité et des habiletés;
  - lors des activités qui se déroulent à divers postes alors que le membre du personnel enseignant se déplace d’une activité à l’autre;
  - lors du déroulement de deux activités ou plus à un endroit alors que le membre du personnel enseignant se déplace d’une activité à l’autre;
  - lorsqu’une activité passe d’une supervision sur place à une supervision générale.

Dernière publication
mer, 16/10/24 11:48