Plongeon

Tremplin Ou Plateforme

SECONDAIRE - PROGRAMME-CADRE 2025

- Consultez **La sécurité pour les élèves en situation de handicap** si vos groupes comprennent des élèves en situation de handicap.
- 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**.
- Toutes les piscines sont régies par le **Règlement 565 des piscines publiques de l'Ontario**. Certaines sections de ce règlement sont soulignées, à cause de leur grande importance en matière de sécurité des élèves qui participent à des activités de natation.
- Consultez **Natation (enseignement)** pour une définition de « période d'enseignement » et les normes de sécurité pour l'enseignement de la natation si, lors d'une séance de plongeon, l'accent passe à l'enseignement de la natation.
- Consultez **Natation (loisirs)** pour une définition de « période récréative » et les normes de sécurité pour la baignade récréative si, lors d'une séance de plongeon, l'accent passe à la baignade récréative.

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.
- L’équipement de sécurité standard doit être accessible comme l’indique le **Règlement 565 des piscines publiques de l’Ontario**.

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

Vêtements / Chaussure / Bijoux

- Le port d'un maillot de bain approprié est obligatoire.
- Aucun bijou.
- Lorsque les cheveux longs posent un risque pour la sécurité, il faut les attacher. Les accessoires servant à attacher les cheveux longs (par exemple, épingles à cheveux, élastiques et barrettes) ne doivent pas poser un risque pour la sécurité.
- Les élèves ne doivent pas participer lorsque la longueur de leurs ongles leur pose un risque ou pose un risque aux autres.

Installations

- Il est interdit d'utiliser des piscines de l'arrière-cour.
- 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.
- Assurez-vous que le tremplin (planche) et le pivot réglable sont en bon état.
- Les tremplins doivent être propres et antidérapants.

- Il faut vérifier les charnières et remplacer les bagues au besoin.
- Le pivot doit être réglable et lubrifié. Il doit se déplacer sur toute la longueur prévue pour limiter la portée.
- La planche doit être de niveau.
- La profondeur de l'eau doit respecter les règles établies par **Plongeon Canada** et les normes de **FINA**.
- La hauteur doit être de 1 m (3 pi 4 po) ou 3 m (10 pi) au-dessus du plan d'eau (+/– 2 cm ou 0,75 po).
- Les supports des tremplins doivent être bien boulonnés et exempts de vibrations.
- Il faut utiliser des piscines de catégorie A ou des piscines privées appartenant à un établissement d'enseignement et exploitées par celui-ci.
- Les piscines d'appartements, d'arrière-cours, de clubs, de copropriétés, de terrains de camping ou d'hôtels ne doivent pas être utilisées.

Règles et consignes particulières

Informations médicales concernant les élèves

- Surveiller les élèves dont les affections médicales (par exemple, anaphylaxie, asthme, plâtres, commotion cérébrale antérieure, orthèses) pourraient affecter la participation. Consultez **Affections médicales**.
- Le personnel enseignant doit savoir qui sont les élèves qui participent avec des appareils orthopédiques ou des appareils fonctionnels et établir des règles et des procédures de sécurité afin de s'assurer que les élèves peuvent participer aux activités en toute sécurité.
- Le personnel enseignant doit informer toutes les personnes qui aident au déroulement de l'activité (par exemple, instructeurs qualifiés, moniteurs aquatiques, sauveteurs, bénévoles) des élèves qui ont des

besoins particuliers, qui portent des appareils orthopédiques ou des appareils fonctionnels ou qui ont des affections médicales pouvant influer sur leur participation.

Politiques et procédures du conseil scolaire

- 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**.
- 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.
- Il faut consulter les politiques et procédures du conseil scolaire relativement au transport et aux excursions scolaires pour connaître la façon de communiquer avec les parents et personnes tutrices et d'obtenir leur autorisation (par exemple, lieu d'une activité hors site, description de l'activité et de l'environnement physique, moyens de transport, risques inhérents à l'activité, supervision).

Préparation et conscientisation du personnel enseignant

- 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 membres du personnel enseignant et toutes les personnes qui assistent le membre du personnel enseignant dans le cadre de l'activité doivent avoir conscience de la possibilité que de la pression puisse être exercée sur les élèves. Il faut informer les élèves qu'il ne faut pas contraindre un élève qui

manifeste ou exprime sa réticence à participer à un élément de l'activité.

- L'élève qui manifeste ou exprime sa réticence à participer, à tout moment, avant ou pendant toute composante de l'activité, doit se voir proposer d'autres moyens de participer à l'activité (par exemple, permettre à l'élève de choisir un rôle dans l'activité, de rester ou de revenir pour une autre composante de l'activité, de diviser les nouvelles expériences/composantes en étapes plus petites, de se faire initier à une nouvelle composante qui lui permet de se sentir plus à l'aise).
- Il faut mettre en place des stratégies pour améliorer la confiance et la sécurité (par exemple, porter un t-shirt pendant l'apprentissage de nouveaux plongeons, faire fonctionner les jets d'eau).
- Les élèves doivent avoir accès à une boisson empêchant la déshydratation (bouteilles d'eau personnelles, fontaines) avant, pendant et après toute activité physique.
- L'activité peut inclure des jeux organisés (par exemple, activités de relais, jeux de poursuite qui font appel à des habiletés), mais ne peut pas inclure de baignade récréative/libre.
- Avant de participer à l'activité, les élèves doivent passer une évaluation de la natation dans l'eau (consultez **le modèle de questionnaire d'évaluation des habiletés et du degré d'aise en natation**).

Évaluation de la natation dans l'eau

- Les élèves doivent réussir les épreuves suivantes de l'évaluation dans leur intégralité, dans l'ordre, sans aide et sans arrêt pour pouvoir participer à l'activité :
    - Entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75 m ou 9 pi) par roulade arrière ou avant.
    - Nager 50 m (164 pi) de façon continue, peu importe le style de nage.
    - Nager sur place pendant 1 minute.
- Au lieu de réussir l'évaluation de la natation dans l'eau, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Étoile de bronze ou d'un niveau supérieur.
- Si l'établissement aquatique public exige un test de natation (c'est-à-dire une alternative à l'évaluation de la natation dans l'eau), les écoles doivent se conformer aux composantes de l'évaluation de la présente section ainsi qu'aux exigences de l'établissement.

- L’évaluation de la natation dans l’eau doit être effectuée par un moniteur aquatique certifié ou un sauveteur certifié. Lorsque le moniteur aquatique ne détient pas de certificat de sauveteur ou de sauveteur adjoint, un sauveteur certifié doit également être présent sur la terrasse pendant l’évaluation.
- L’évaluation de la natation dans l’eau doit être réalisée durant l’année scolaire au cours de laquelle l’activité a lieu.
- Les résultats de l’évaluation doivent être documentés et communiqués conformément à la politique du conseil scolaire (par exemple, à l’élève, au membre du personnel enseignant, à la direction d’école ou à la personne désignée, aux parents/personnes tutrices, aux guides d’excursion, aux sauveteurs, aux moniteurs aquatiques et au fournisseur externe [s’il y a lieu]).
- Les élèves qui ne réussissent pas l’évaluation de la natation dans l’eau ou qui n’ont pas de certification Étoile de bronze (ou d’un niveau supérieur) ne peuvent participer à l’activité.

Mesures de sécurité et procédures d’urgence

- Les élèves doivent connaître les mesures de sécurité et les procédures d’urgence avant de participer à l’activité.
- Les élèves doivent respecter les règlements suivants :
    - Une seule personne sur le tremplin à la fois.
    - Nager vers le bord de la piscine après un plongeon, comme demandé par l’instructeur.
    - S’assurer que la zone de plongeon est dégagée avant d’effectuer un plongeon.
    - Pas lunettes de natation.
    - Pas de bouchons d’oreille.
    - Pas de course ou de bousculade autour de la piscine.
    - Pas de gomme à mâcher.
    - Pas de nourriture sur les lieux de la piscine.
    - Pas de plongeon du rebord de la terrasse si la profondeur de l’eau est inférieure à 2,8 m (9 pi).
    - Pas de souliers sur la terrasse.

    - Demander l’autorisation pour quitter les lieux de la piscine ou de baignade.

- Il faut prendre une douche avant d’entrer dans la piscine.
- Les membres du personnel enseignant doivent connaître les procédures du conseil scolaire en cas d’urgence, d’accident ou de blessure à la piscine.

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 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)
- 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 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.

Ratios de supervision pour la période d'enseignement

- Un maximum de 12 élèves par instructeur de plongée qualifié, plus 1 sauveteur ou sauveteur adjoint par tranche de 30 élèves.

*Consultez la définition de **Période d'enseignement**.*

Qualifications

Compétences de l'instructeur de plongeon

- Les instructeurs doivent détenir le certificat de niveau 1 du PNCE émis par C.A.D.A. (Plongeon Canada) ou Instruction – Débutant(e)s ou Compétition – Introduction pour enseigner toutes les habiletés de plongeon autres que celles du plongeon avant.

Compétences du sauveteur

- Une personne âgée de 16 ans ou plus doit détenir un certificat de sauveteur valide (la date figurant sur le certificat ne doit pas remonter à plus de deux ans) émis par l'un des organismes suivants :
    - Société de sauvetage — Sauveteur national – Piscine
    - Un certificat équivalent approuvé par le ministère de la Santé et des Soins de longue durée
- Un élève qui participe à l'activité ne doit pas être le sauveteur.
- Une copie du certificat vérifié doit être disponible à la piscine.

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.

- Au moins un moniteur aquatique, un sauveteur ou un sauveteur adjoint doit posséder un minimum d'un cours de premiers soins standard valide (la date figurant sur le certificat ne doit pas remonter à plus de trois ans) d'un fournisseur réputé de l'un des organismes suivants : Ambulance Saint-Jean, Croix-Rouge canadienne, Société de sauvetage, Patrouille canadienne de ski, ou un certificat équivalent approuvé par le ministère de la Santé et des Soins de longue durée.

- 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.

- **Gilet de sauvetage**:

- Un gilet de sauvetage homologué au Canada est conçu pour tourner une personne inconsciente ou souffrant d'une incapacité dans l'eau en position ventrale à une position dorsale. Les gilets de sauvetage ont divers niveaux de capacité de flottaison et d'autoredressement. Les gilets de sauvetage homologués au Canada sont estampillés ou portent une inscription/étiquette indiquant qu'ils sont approuvés par Transport Canada, la Garde côtière canadienne ou le ministère des Pêches et des Océans.

- **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.

- **Période d'enseignement :**
  - Temps pendant lequel il y a un enseignement formel ou des activités dirigées par un instructeur. Les leçons, les événements, les entraînements et les jeux sont des exemples de temps d'enseignement.

- **Période récréative :**
  - Temps pendant lequel il n'y a pas d'enseignement formel ni d'activités dirigées par un instructeur.

- **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.

- **Vêtement de flottaison individuel (V.F.I.) :**
    - Un V.F.I. homologué au Canada est conçu pour la navigation de plaisance. Il est généralement plus petit, moins encombrant et plus confortable que le gilet de sauvetage. Il procure une flottabilité moins grande que les gilets de sauvetage et sa capacité d'autoredressement (la capacité de tourner une personne inconsciente ou rendue inapte dans l'eau en position ventrale à une position dorsale) est limitée. Les V.F.I. homologués au Canada sont estampillés ou portent une inscription/étiquette indiquant qu'ils sont approuvés par Transport Canada, la Garde côtière canadienne ou le ministère des Pêches et des Océans.

Dernière publication
ven, 26/09/25 14:16