

Exemples de stratégies de sensibilisation, d'éducation et de prévention (personnel enseignant d'éducation physique/personnel responsable de la supervision des activités intra-muros)

Avant le début de l'année scolaire, du semestre ou des activités intra-muros

Se renseigner sur les éléments suivants :

- La politique et les procédures du conseil scolaire concernant la prévention et l'identification des commotions cérébrales, ainsi que le plan de retour à l'école (retour aux études et retour à l'activité physique).
- Les pratiques sécuritaires pour l'activité ou le sport (par exemple, les règles et les pages consacrées à l'activité ou au sport dans les [Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation](#)).
- Les risques de commotion cérébrale ou d'autres blessures associées à l'activité ou au sport et les moyens de minimiser ces risques.
- Les exigences relatives au port du casque par les élèves pendant certaines activités. Les casques ne préviennent pas les commotions cérébrales. Ils sont conçus pour protéger contre les fractures du crâne, les lésions cérébrales graves (y compris les hémorragies cérébrales ou péricérébrales) et les contusions et lacérations cérébrales. Pour plus d'informations sur les casques, voir la section « [Renseignements sur les casques](#) ».

S'assurer que :

- L'équipement de protection utilisé est approuvé par une association de normalisation reconnue (par exemple, Canadian Safety Standards, National Operating Committee on Standards for Athletic Equipment), et qu'il est bien entretenu et inspecté visuellement avant l'activité.

Au début de l'année scolaire, du semestre ou de l'activité intra-muros ☒:☒☒

Communiquer aux élèves les points suivants :

- Informations générales sur les commotions cérébrales :
 - la définition
 - leur gravité
 - les causes
 - les signes et symptômes
 - les procédures d'identification
 - le plan de retour à l'école
- Informations sur l'activité :
 - Les risques généraux d'une commotion cérébrale associés à l'activité ou au sport.
 - Les stratégies visant à minimiser les risques associés à l'activité ou au sport.
 - Les dangers liés à la pratique d'une activité ou d'un sport lorsque l'on présente des signes et symptômes d'une commotion cérébrale et les conséquences potentielles à long terme.
- L'importance des éléments suivants :
 - Respecter les règles du jeu ou de l'activité, l'éthique du jeu; faire preuve d'esprit sportif en tout temps; et respecter ses pairs, le personnel enseignant, le personnel responsable de la supervision et les personnes qui assument le rôle de moniteur.
 - Démontrer du respect pour la sécurité mutuelle de l'ensemble des participants (par exemple, respecter les règles de l'activité ou du sport).

- Signaler immédiatement tout indice visible (signe) ou symptôme d'une commotion cérébrale au personnel enseignant ou au personnel responsable de la supervision et se retirer de l'activité ou du sport après un coup, une chute ou une collision.
 - Encourager un pair présentant des indices visibles (signes) ou des symptômes à se retirer de l'activité ou du sport et informer le personnel enseignant ou le personnel responsable de la supervision.
 - Signaler qu'un pair présente des indices visibles (signes) ou des symptômes d'une commotion cérébrale et s'abstenir de faire pression sur les élèves qui ont subi une blessure de faire un retour au jeu.
 - Utiliser de l'équipement protecteur bien ajusté (conformément aux instructions du fabricant) et le porter correctement.
- S'assurer que :
 - lorsque les élèves ont l'autorisation d'apporter leur propre équipement de protection, celui-ci est bien ajusté (conformément aux directives du fabricant), correctement porté, en bon état et adapté à leur usage personnel.
 - lorsque les élèves doivent porter un casque, celui-ci est bien ajusté (conformément aux directives du fabricant) et correctement porté.

Communiquer aux parents et personnes tutrices les points suivants :

- Informations générales sur les commotions cérébrales :
 - la définition
 - leur gravité
 - les causes
 - les signes et symptômes
 - les procédures d'identification
 - le plan de retour à l'école
- Informations concernant l'activité :

- Les risques associés à l'activité.
- Les stratégies de prévention et d'atténuation des commotions cérébrales spécifiques à l'activité ou au sport.
- L'importance de s'assurer que, lorsque les élèves ont l'autorisation d'apporter leur propre équipement de protection, celui-ci est bien ajusté (conformément aux directives du fabricant), correctement porté, en bon état et adapté à leur usage personnel.
- L'importance de reconnaître et de signaler les signes et symptômes d'une commotion cérébrale.
- Les dangers liés à la participation à une activité physique en cas de commotion cérébrale.

Pendant une séance d'activité physique ou une activité intra-muros

- Répéter et revoir avec les élèves les informations relatives à la prévention des commotions cérébrales et à la sécurité qui ont été communiquées au début de l'année scolaire ou du semestre ou pendant les activités intra-muros (selon le cas). (Voir à la section: [**Communiquer aux élèves**](#))
- Présenter des instructions et informations sur :
 - Les principes de prévention des blessures à la tête (par exemple, garder la tête haute, éviter les collisions).
 - Les règles de l'activité ou du sport pendant les activités physiques (en particulier celles qui limitent ou éliminent les contacts physiques potentiels ou les contacts entre l'équipement et le corps)