

## PROTOCOLE DE SECURITE POUR LA PRATIQUE DES ACTIVITES PHYSIQUES DE PLEINE NATURE

# Randonnée

« L'enseignement et la pratique volontaire des APPN s'inscrivent pleinement dans le parcours de formation d'un élève. Au-delà de leurs apports spécifiques sur le plan moteur, ces activités trouvent leur intérêt dans l'éducation à la sécurité par l'apprentissage de la maîtrise des risques lors de la confrontation avec des milieux incertains et changeants, avec des contraintes liées à la variabilité de l'environnement. »

(Exigence de la sécurité dans les activités physiques de pleine nature dans le second degré, circulaire n° 2017-075 du 19-4-2017).

Afin d'**accompagner les enseignants d'EPS** de l'académie en les sensibilisant à la dimension sécuritaire de leur exercice, des protocoles de sécurité sont proposées dans les APPN les plus programmées.

Les productions académiques viennent s'adosser aux circulaires nationales (mars 1994, juillet 2004 et avril 2017) relatives à la sécurité en EPS.

Ces premières sont amenées à évoluer en fonction des retours d'expérience.

Des **éléments communs** à toutes les pratiques support de l'enseignement en EPS sont essentiels pour garantir une formation sécurité :

L'enseignant d'EPS responsable du groupe :

- **Réalise des choix** relatifs à l'organisation pédagogique, aux situations d'apprentissage et aux contenus d'enseignement proposés sont adaptés aux caractéristiques de tous les élèves.
- **Contrôle systématiquement** l'état des équipements matériels utilisés.
- Fait preuve d'une **vigilance effective** durant tout le déroulement de la leçon.
- **Pilote toujours la chaîne de contrôle.**
- **Organise la chaîne de sécurité** sous forme de « check List ».
- **Sait que la conception même des APPN repose sur deux idées centrales : partir – revenir en sécurité et garder la possibilité de renoncer.** Anticiper une éventuelle activité de repli.
- **Prévoit une large plage horaire** en fonction de la spécificité de l'APPN
- En cas d'urgence, hiérarchise les priorités
- Prévoit une **trousse de secours** adaptée à l'activité.

Chaque élève et tous les élèves :

- Bénéficie d'informations et de **consignes d'ordre sécuritaire.**
- **Vivent une formation** à la mise en place d'une sécurité maximale en lien avec les informations reçues.
- **Apprennent à renoncer** à s'engager.
- S'éprouvent à travers une **autonomie encadrée.**

Les recommandations spécifiques à une APPN sont organisées chronologiquement ; avant, pendant et après la leçon.

Les conditions maximales de sécurité active et passive sont édictées.

# Recommandations spécifiques à la RANDONNEE PEDESTRE

## (petite et grande)

- Site Internet de la FFRP : Fédération Française de Randonnée Pédestre.
- Site Internet Géoportail : consultation des cartes IGN.
- Sites Internet météo : météoblue, météociel,

### Avant l'activité :

- Avoir une bonne connaissance du milieu dans lequel le groupe va évoluer : campagne, moyenne montagne, ...
- Connaître le niveau physique des élèves. Pour les randonnées plus engagées (distance importante, dénivelés importants, plusieurs jours, sacs lourds, ...), bien connaître les élèves : sur les plans du physique, du mental, de la personnalité, ...
- Choisir si possible une course déjà connue de l'enseignant. Si le secteur est méconnu, étudier les cartes et les topos de façon approfondie. Prendre connaissance des caractéristiques de la course.
- Prendre en compte tous les paramètres pour choisir la course : nombre d'élèves, leur niveau physique, dimension de la course, sa longueur, son engagement, son altitude, son niveau de difficulté technique, ...
- S'informer sur la réglementation en vigueur (parcelles privées, zones protégées, bivouacs interdits, ...). Si nécessaire, demander les autorisations.
- Dans le cas d'une intervention d'un professionnel, s'assurer que tout est en règle : carte professionnelle, agrément EN, ...
- S'assurer qu'aucun élève du groupe ne présente de contre-indication.
- En cas de passage(s) exposé(s) nécessitant l'utilisation d'un matériel montagne de protection contre les chutes, se référer aux protocoles adéquats : protocole alpinisme, protocole escalade, ...
- Adapter le nombre de participants et d'encadrants aux caractéristiques du projet.
- Suivre l'évolution de la météo sur le secteur choisi durant les derniers jours précédents la sortie.
- Envisager un parcours bis ou prévoir une activité en remplacement, au cas où.
- Avoir déclaré le projet à la direction de l'établissement.
- Prévoir une marge horaire de sécurité.
- Adapter le matériel à prendre en fonction des caractéristiques de la course et adapter l'équipement vestimentaire des élèves aux conditions climatiques prévues.
- Au départ de l'établissement, vérifier l'équipement de chacun des participants.
- En cas de doute sur l'un des critères décisionnels, renoncer au projet initial.

### Pendant l'activité :

#### AU DÉPART DE LA COURSE

- Constater les conditions environnementales (vent, T°, ...) et les mettre en lien avec l'ensemble des paramètres existants. Choisir de s'engager ou de renoncer.
- Informer le groupe de la conduite à tenir en cas d'accident.
- Convenir avec l'ensemble du groupe d'une démarche à suivre générale.

#### TOUT AU LONG DE LA COURSE

- Progresser autant que possible à vue les uns des autres.
- Adapter la vitesse de progression au terrain et à l'élève le plus lent.
- S'enquérir régulièrement de l'état de fatigue des élèves.
- Faire des pauses régulières pour se ravitailler. Encourager les élèves à boire régulièrement.
- Sécuriser tout passage délicat ou exposé ; donner des consignes spécifiques.
- Rester vigilant sur l'ensemble des variables : humaines, météo, environnementales, ...
- Réaliser un point topo de façon régulière.

#### EN CAS DE RANDO ITINERANTE AVEC NUIT EN EXTERIEUR

- Choisir une zone de bivouac sécurisée. Bien considérer tous les risques : chutes de pierres, chute de branches (vent), montée des eaux (en bord de rivière), ...
- Se renseigner sur les modalités d'accès aux refuges.
- Si possible, déterminer à l'avance l'endroit approximatif où le groupe passera la nuit.
- En cas d'allumage d'un feu de camp, dégager l'espace autour, Pas de feu de camp si l'environnement est hautement inflammable.

### **Après l'activité :**

- Nettoyer le matériel en respectant les recommandations du fabricant
- Noter les problèmes éventuels survenu
- **Bilan de la sortie** : Ressenti des uns et des autres : fatigue, plaisir éprouvé, envie de recommencer... En vue de la préparation d'une éventuelle autre sortie ou projet de stage....

# Annexe I : MATERIEL

## Le matériel individuel petite randonnée :

- Une paire de chaussures fermées (baskets ou chaussures de montagne).
- Vêtements adaptés + de quoi faire face à une dégradation des conditions météo.
- Petit sac à dos.
- De quoi boire et manger.

## Le matériel individuel grande randonnée/itinérance (en supplément du reste) :

- Sac à dos volume moyen à grand (en général, au dessus de 30L).
- Pour la nuit : duvet, tapis de sol
- Vêtements adaptés pour le soir et la nuit.
- Lampe frontale
- Nécessaire pour le repas : quart/popote, couvert(s), ...

## Le matériel collectif petite randonnée :

- Téléphone portable chargé.
- De quoi s'orienter : topo et/ou carte du secteur et/ou GPS, boussole, ...
- De quoi se protéger du soleil.
- De quoi se réchauffer.

## Le matériel collectif grande randonnée/itinérance (en supplément du reste) :

- Pour la nuit : bâche, tente(s) de camping, ...
- De quoi allumer un feu.

## La trousse de secours :

- Fiches secours dans une pochette plastifiée.
- De quoi se protéger du froid : couverture de survie, briquet, réchaud, bougies, ...
- De quoi stopper une hémorragie : garrot industriel, coussin hémostatique ...
- De quoi immobiliser : écharpes triangulaires, attelles, ...
- De quoi découper les vêtements : paire de ciseaux, ...
- Nécessaire de protection du risque infectieux : gants usage unique ou stériles, de quoi désinfecter une plaie, ...
- Nécessaire de bobologie : pince à échardes, pansements divers, ...