

Aviron

9-12 : INTERSCOLAIRE

High Risk

Introduction

- Suivez tous les normes du [**programme SwimSafe: Guide de référence pour les écoles**](#) du Manitoba School Boards Association (MSBA).
- Consultez [**Gestion de risques**](#).
- Cette fiche d'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 cette fiche. Pour en savoir plus sur la planification de sorties avec des fournisseurs externes, consultez [**Fournisseurs d'activités externes**](#).
- Consulter les normes de sécurité des [**Activités d'entraînement physique**](#) et de [**Musculation**](#) du module programme-cadre avant d'impliquer les participants dans des activités de musculation ou de développement de la condition physique.

[**Équipement**](#)

[**Vêtements / Chaussure / Bijoux**](#)

[**Installations**](#)

[**Météo**](#)

[**Règles et consignes particulières**](#)

[**Surveillance**](#)

[**Qualifications**](#)

[**Premiers secours**](#)

[**Swim Test**](#)

[**Informations Pour Les Parents/Tuteurs**](#)

[**Définitions**](#)

Équipement

- Assurez-vous que tout l'équipement peut être utilisé de façon sécuritaire (par exemple, pas de coin pointu, ni fissure, ou éclat de bois). Il faut demander aux élèves d'informer l'entraîneur de l'entraînement ou de la supervision de tout problème concernant l'équipement.

- L'équipement protecteur ne doit pas être modifié (par exemple, couper une partie du protecteur buccal).
- Inspectez la coque avant chaque utilisation (par exemple, vérifiez la présence de trous, de fissures, de quincaillerie mal serrée).
- La coque doit être munie d'une boule de protection en bon état.
- Les chambres de flottaison doivent être bien fermées par des clapets étanches.
- Durant les pratiques, chaque coque doit être munie d'un appareil de signalisation et d'une lampe de poche étanche.
- Lorsque les cale-pieds, les chaussures ou autres dispositifs tenant les pieds resteront dans les coques, chaque cale-pied ou dispositif tenant les pieds monté sur la coque sera retenu indépendamment pour limiter la levée du talon à un maximum de 7 cm. De plus, lorsque les lacets, le Velcro ou des matériaux similaires doivent être ouverts avant que le rameur puisse retirer ses pieds des cale-pieds ou d'un autre dispositif, le rameur doit pouvoir s'en libérer immédiatement en tirant d'une seule main sur une sangle facilement accessible. Lorsque les cale-pieds ou autres dispositifs tenant les pieds ne restent pas dans la coque, chaque cale-pied ou dispositif doit pouvoir être libéré par le rameur sans utiliser ses mains ou par une simple action rapide de la main en tirant sur une sangle ou un dispositif de dégagement facilement accessible.
- Après le coucher ou avant le lever du soleil et lorsque la visibilité est mauvaise, il faut utiliser des feux de navigation fixés à l'embarcation, comme le précise le Guide de sécurité nautique de Transports Canada.
- Les rames doivent être vérifiées afin de repérer les fissures ou les éclats de bois.
- Les portants et les dames de nage doivent être bien fixés et opérer librement.
- Les câbles de gouvernail doivent être bien fixés et opérer correctement.
- Les régates doivent être sanctionnées par Rowing Canada Aviron et satisfaire à toutes les exigences en matière de sanctions, comme le prévoit l'agent des sanctions provinciales.
- Le bateau de l'entraîneur doit être motorisé et muni de l'équipement requis par les règles à suivre du **Guide de sécurité nautique** de **Transports Canada**. Par exemple:
 - Un vêtement de flottaison individuel (V.F.I.)/gilet de sauvetage homologué CSA de taille appropriée pour chacun des passagers
 - des pagaies
 - une écope

- une lampe de poche étanche
 - un appareil de signalisation
 - un moteur en bon état, avec suffisamment d'essence pour toute la durée de la pratique
 - une corde flottante de 23 m (69 pi)
- Le moteur du bateau de l'entraîneur doit être en marche avant que les élèves quittent le quai.
 - Un dispositif de remontée à bord est nécessaire lorsque la hauteur verticale pour remonter à bord du bateau depuis l'eau (franc-bord) est supérieure à 0,5 m (1'8").

Consultez la section [**Secoursime**](#) pour connaitre les exigences concernant l'équipement de secourisme.

Vêtements / Chaussure / Bijoux

- Des vêtements et des chaussures appropriés doivent être portés.
- Il doit y avoir des vêtements secs de recharge sur la rive.
- Tous les passagers du bateau de l'entraîneur doivent porter un vêtement de flottaison individuel (V.F.I.) en tout temps sur l'eau.
- Le port de bijoux durant les pratiques et les compétitions doit respecter les règles de l'organisme de réglementation du sport ou de l'activité, de la [**MHSAA**](#) et de l'association sportive locale. Si l'organisme de réglementation du sport ou de l'activité, la MHSAA ou l'association sportive locale n'a pas de règles concernant les bijoux, consultez [**Vêtements, chaussures, et bijoux**](#).
- Les cheveux longs doivent être attachés. Les accessoires (par exemple, épingles à cheveux, élastiques et barrettes) servant à attacher les cheveux longs ne doivent pas poser un risque pour la sécurité.

Installations

- Assurez-vous que toutes les installations peuvent être utilisées de façon sécuritaire. Il faut demander aux élèves d'informer l'entraîneur de tout problème concernant les installations.
- Si vous utilisez des installations d'aviron intérieures ou d'un club d'aviron, vous devez respecter les règlements et le code de conduite du site.

Quai/Hangar à bateaux

- Des affiches doivent indiquer les dangers et comment circuler à pied (par exemple, restez à droite, le quai est glissant lorsqu'il est mouillé).
- Les entraîneurs doivent connaître le plan de mesures d'urgence (PMU) du site, y compris le plan de sauvetage spécifique au site, et le partager avec tous les superviseurs et élèves.

Sur l'eau

- Évaluer en permanence la zone d'entraînement ou de compétition en réglant les problèmes dès qu'ils se présentent (par exemple, retirer la végétation morte ou alerter les équipes pour qu'elles évitent les zones où se trouvent des débris).
- L'entraîneur doit informer les élèves de la présence de débris.
- Remarquez les courants, particulièrement ceux créés par les rapides et les chutes.
- Tous les lieux de pratique et de compétition doivent être exempts de rapides et de chutes.

Météo

- Lorsque les conditions environnementales peuvent poser un risque pour la sécurité des élèves (par exemple, orages [foudre] ou élèves ayant l'asthme dont le déclencheur est la qualité de l'air), les entraîneurs doivent tenir compte des protocoles et des procédures de leur conseil scolaire ou de leur école concernant :
 - Les conditions environnementales (consultez [Météo](#))
 - Les insectes (par exemple, moustiques [virus du Nil occidental], tiques [maladie de Lyme] [consultez les protocoles de votre école ou conseil scolaire et le site Web du service régional de santé publique])
- Les élèves doivent recevoir des instructions sur les procédures de sécurité liées aux conditions environnementales et être sensibilisés aux moyens de se protéger (par exemple, coups de soleil, coups de chaleur).
- En tout temps, les procédures du conseil en matière de météo et d'insectes constituent les normes minimales. Lorsque des normes plus strictes sont imposées (par exemple, fournisseurs externes, coordonnateurs des programmes/installations), les normes plus strictes doivent être respectées.
- Avant de proposer une activité de plein air aux élèves, l'enseignant doit tenir compte des points suivants :

- les conditions nautiques (par exemple, température, courants, marées, vagues).
- une visibilité d'au moins 500 m (1640 pi) est requise
- Suivez les consignes concernant la température de l'eau spécifiques à chacune des installations d'aviron.
- Les entraîneurs/superviseurs doivent connaître les prévisions météorologiques, en particulier celles affectant les vents et la visibilité, la température ambiante et les risques d'orage/d'éclairs et la brume.
- L'activité d'aviron doit être annulée lors de mauvais temps (par exemple, dès l'apparition de vague violente).
- Si une tempête s'approche soudainement, trouvez immédiatement un refuge approprié.
- L'activité doit avoir lieu uniquement durant le jour.

Règles et consignes particulières

- Tous les élèves doivent compléter le test de natation de la norme canadienne **Nager pour survivre** pour participer. Consultez **Test de natation** pour l'infomation supplémentaire.
- Il faut tenir compte de l'entraînement préalable et de la condition physique des participants, ainsi que de la durée et de l'intensité de l'activité physique.
- Toutes les habiletés doivent être enseignées en suivant un ordre approprié et les activités doivent se dérouler selon les habiletés enseignées.
- Les activités doivent comporter des périodes d'échauffement et de récupération adéquates.
- Surveiller les élèves dont les troubles médicaux (par exemple, anaphylaxie, asthme, plâtres, commotion cérébrale antérieure, orthèses) pourraient affecter la participation. Consultez **Troubles médicaux**.
- Avant de participer, les élèves doivent être renseignés sur les commotions cérébrales à l'aide des ressources de sensibilisation aux commotions cérébrales du ministère de l'Éducation ou des ressources sur les commotions cérébrales approuvées par le conseil scolaire. Les élèves doivent également être renseignés sur :
 - le Code de conduite en matière de commotions cérébrales;
 - les stratégies de prévention des commotions cérébrales durant l'activité en question et les risques inhérents à l'activité (c'est-à-dire, communiquer les risques possibles et les façons

de les réduire);

- les procédures et les règles de sécurité à respecter; et
 - l'importance d'informer le personnel de tout symptôme relié à une commotion cérébrale présumée.
- Les élèves doivent confirmer avoir pris connaissance de la ressource de sensibilisation aux commotions cérébrales et du Code de conduite en matière de commotions cérébrales avant de participer.
 - Quand l'activité se déroule à l'extérieur du terrain de l'école, il faut consulter les procédures du conseil scolaire concernant la communication aux parents et tuteurs de l'endroit où l'activité a lieu, les moyens de transport utilisés et la nécessité d'obtenir l'autorisation des parents et des tuteurs.
 - Le franc-jeu et les règlements du sport pratiqué doivent être enseignés et respectés à la lettre.
 - Les élèves doivent avoir accès à une boisson empêchant la déshydratation (bouteilles d'eau personnelles, fontaines) avant, pendant et après toute activité physique.
 - Il faut rappeler aux élèves que les bouteilles d'eau ne doivent pas être partagées.
 - Les parents/tuteurs doivent être avisés de la politique du conseil scolaire concernant les activités d'initiation.
 - La présence de spectateurs ne doit pas poser un risque pour la sécurité. L'école est responsable de la surveillance de ses spectateurs. Le ratio surveillants/spectateurs doit être sécuritaire.

Procédures d'urgence

- Un plan de sauvetage pour le site utilisé doit être établi et partagé avec tous les entraîneurs/superviseurs et les élèves.
- Tous les entraîneurs doivent connaître les mesures de sécurité et les procédures d'urgence établies en cas de chavirage. Les entraîneurs doivent indiquer ces procédures aux rameurs et aux barreurs.
- Les élèves doivent connaître les procédures de sécurité, l'utilisation de l'équipement et les techniques d'aviron avant de débuter la première pratique.
- En cas d'accident, il faut demander aux élèves de se tenir à la coque et aux rames pour flotter et demeurer visibles.
- Si une coque est inondée (prend l'eau), les rameurs ne doivent pas tenter de nager vers la rive, mais ils doivent demeurer avec la coque et l'utiliser comme flotteur, puis suivre ces étapes :

- Chaque membre de l'équipage se dénombre et retire ses pieds des chaussures. Tous doivent rester à leur place si possible.
 - Effectuer un signal de détresse.
 - Si nécessaire, l'équipage forme des paires pour entrer dans l'eau à partir du milieu de la coque.
 - Placer les rames pour qu'elles soient parallèles à la coque afin d'augmenter sa flottabilité.
 - À moins que le sauvetage soit imminent, déplacer l'équipage vers la proue et la poupe et faire chavirer la coque (quille vers le haut) avec le vent. L'équipage doit se coucher sur la coque, en sortant leur corps de l'eau le plus possible, par paire, en s'accrochant à l'autre personne.
 - À son arrivée, le bateau de l'entraîneur distribue des vêtements de flottaison individuel (V.F.I) et compte les membres de l'équipage.
 - Le bateau de l'entraîneur fait la navette et dépose les rameurs sur la rive la plus proche. NE PAS surcharger le bateau de l'entraîneur.
 - Compter les membres de l'équipage au retour.
 - Ramener la coque.
- En cas d'urgence, un trajet de retour doit être prévu à l'avance.
 - Des procédures doivent être mises en place pour assurer le dénombrement des coques, entraîneurs/superviseurs et élèves sur l'eau à tout moment, en cas d'urgence.

Surveillance

- Toutes les activités doivent être surveillées.
- Surveillance sur place est requise.
- L'entraîneur dans son bateau motorisé doit demeurer à moins de 500 m des élèves durant toutes les activités sur l'eau.
- ?Le niveau de surveillance doit tenir compte des risques inhérents à l'activité en question. Le niveau de risque augmente selon le nombre de participants et leurs habiletés, ainsi que le type d'équipement utilisé, et les conditions environnementales.
- Au minimum, le coordonnateur de l'entraînement doit effectuer la surveillance générale de toutes les séances d'entraînement, les joutes et les compétitions.

- Lorsque l'équipe voyage en dehors du district du conseil, un coordonnateur de l'entraînement de la même école ou du même conseil scolaire doit accompagner l'équipe. Cette personne doit être disponible et remplir au moins l'une des conditions suivantes :
 - Le coordonnateur de l'entraînement est visible
 - Le coordonnateur de l'entraînement circule sur le site de l'activité
 - Le coordonnateur de l'entraînement est sur les lieux, à un endroit connu
 - Si l'entraîneur est un élève du secondaire de moins de 18 ans, le coordonnateur de l'entraînement doit être visible en tout temps
- Consulter les règles et règlements du conseil scolaire et de l'association sportive locale en ce qui a trait aux fonctions de l'entraîneur et du coordonnateur de l'entraînement et adhérer à la norme de diligence plus élevée.

Ratios de surveillance pour la période d'enseignement

- 1 entraîneur pour 9 rameurs débutants
- 1 entraîneur pour 18 rameurs expérimentés

Qualifications

Compétences de l'entraîneur

- Au moins l'un des entraîneurs doit posséder l'une des compétences suivantes :
 - Entraîneur de compétition du PNCE - Entraîneur de RCA
 - Certification de personne-ressource en aviron du PNCE
 - Ancienne certification de niveau 1 ou 2 en aviron du PNCE
 - Avoir participé, au cours des trois dernières années, à un cours pratique ou à un atelier offert par un instructeur compétent en la matière (par exemple, enseignement progressif des habiletés appropriées), durant lequel le thème de la sécurité a été abordé, tel qu'indiqué dans Manitoba Physical Activity Safety in Schools.
 - Avoir été entraîneur d'aviron au cours des 3 dernières années avec les connaissances appropriées du sport en question (par exemple, enseignement progressif des habiletés) et des pratiques sécuritaires actuelles décrites dans Manitoba Physical Activity Safety in Schools.

- Tous les entraîneurs doivent rencontrer l'entraîneur en chef du club d'aviron (s'il y a lieu) avant le début de la saison et rester en contact durant la saison.
- Il est possible d'obtenir des renseignements concernant la formation du PNCE en sélectionnant l'activité voulue à partir du site Web www.coach.ca.
- Tous les entraîneurs doivent connaître et respecter, s'il y a lieu, les critères indiqués dans **Fonctions de l'entraîneur**.
- Les arbitres doivent être agréés ou posséder l'expérience requise pour arbitrer le sport en question.?
- L'entraîneur en chef doit démontrer à la direction de l'école une connaissance du jeu, des habiletés et des stratégies.

Consultez la section **Exercice de nage** pour connaître les exigences de compétences des moniteurs aquatiques pour l'exercice de nage.

- Le conducteur du bateau de l'entraîneur doit détenir une Carte de conducteur d'embarcation de plaisance.

Compétences du sauveteur

(Le sauveteur est applicable pour le test de nage seulement.)

- Une personne âgée de 18 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). Certifications minimales requises:
 - Certificat du Sauveteur national (adapté au lieu visité, par exemple piscine, plan d'eau, parc aquatique).
 - Certificat de secourisme général
 - Certificat de réanimation cardiorespiratoire (RCR) C (peut être inclus dans la formation de secourisme général)
- Un élève qui participe à l'activité ne doit pas être le sauveteur.
- Une copie du certificat vérifié doit être disponible à l'aire de l'activité.

Premiers secours

- Une trousse de premiers soins complète doit être facilement accessible (consultez [**Contenu des trousse de premiers soins**](#)).
- Un dispositif de communication activé (par exemple, un téléphone cellulaire) doit être accessible.
- Une personne doit prendre la responsabilité de fournir les premiers soins aux élèves blessés pendant toute la durée d'un entraînement ou d'une compétition et doit suivre le protocole de commotion cérébrale du conseil scolaire et l'intervention de secourisme de l'école (consultez [**Intervention de secourisme et premiers soins**](#)).
- Un individu responsable de prodiguer les premiers soins aux élèves blessés et qui :
 - au minimum, posséder un certificat de secourisme valide, décerné par un fournisseur reconnu (par exemple, Ambulance Saint-Jean, Croix-Rouge) qui comprend la RCR niveau B ou C et une formation sur la gestion des lésions cervicales, cérébrales et spinales ;
 - se trouve sur place et est disponible pour toute la durée de l'entraînement ou de la compétition ;
 - doit suivre le plan d'intervention de secourisme de l'école (consultez [**Plan de premiers soins et intervention de secourisme**](#)) ;
 - doit suivre le protocole en cas de commotion cérébrale soupçonnée du conseil scolaire ; et
 - ne participe pas à l'activité.

Embarcation de sécurité

- Une embarcation de sécurité est une embarcation désignée, capable d'effectuer un sauvetage, en tenant compte des facteurs nécessaires (par exemple, distance du rivage, météo, conditions nautiques et vent). À son bord se trouve au moins un instructeur, un guide d'excursion ou une personne détenant la certification de secourisme décrite.
- Un bateau de secours doit être sur l'eau et accessible lorsque les élèves font de l'aviron.
- Le conducteur de l'embarcation de sécurité motorisée doit détenir une Carte de conducteur d'embarcation de plaisance et avoir de l'expérience de navigation avec ce type d'embarcation
- Si l'activité se déroule dans une piscine, une embarcation de sécurité n'est pas requise.

Test de natation

Exercice de nage pour embarcation

- Tous les élèves doivent compléter le test de natation de la norme canadienne Nager pour survivre pour participer. Le test de natation Nager pour survivre est un test continu qui comprend:
 - Entrer dans l'eau profonde (profondeur minimale de 2,75m ou 9 pi) par roulade arrière ou avant.
 - Nager sur-place pendant une (1) minute
 - Nager une distance de cinquante (50) mètres sans s'arrêter en utilisant n'importe quelle technique ou combinaison de techniques de nage.
 - Démontrer les habiletés requises pour enfiler un vêtement de flottaison individuel (V.F.I.) dans l'eau.
- Les élèves qui ne réussissent pas le niveau de compétence minimal du test de natation ne doivent pas participer.
- Ce test doit être supervisé par un sauveteur certifié (ce test est conforme à la norme Nager pour survivreMD de la Société de sauvetage).
- L'exercice de nage doit être complété durant l'année scolaire au cours de laquelle l'activité a lieu.
- Au lieu de réussir l'exercice de nage, les élèves peuvent fournir une preuve de certification Étoile de bronze ou d'un niveau supérieur.
- Les résultats de l'exercice de nage doivent être documentés et communiqués conformément à la politique du conseil scolaire (par exemple, à l'élève, au personnel enseignant, à la direction, aux parents et tuteurs, aux guides d'excursion, aux sauveteurs, aux moniteurs aquatiques et au fournisseur externe).

Informations pour les parents/tuteurs

- Une lettre aux parents qui explique la nature de l'activité aquatique et les risques inhérents est requis. Les parents doivent reconnaître les risques et pouvoir la permission pour leur enfant de participer.
- Une modèle de la lettre aux parents est disponible aux [programme SwimSafe: Guide de référence pour les écoles](#) du Manitoba School Boards Association (MSBA).

Définitions

- **Vêtement de flottaison individuel (VFI) :**

- Selon la [**Croix-Rouge canadienne**](#), « Un VFI homologué au Canada est conçu pour permettre de garder la tête hors de l'eau. Le VFI 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'auto-redressement est limitée, mais il est disponible dans une variété de styles et de couleurs. »

- **Entraîneur :**

- Une personne approuvée par la direction (consultez [**Fonctions de l'entraîneur**](#)). Tous les nouveaux entraîneurs doivent réussir le processus d'approbation de l'administration de l'école qui devra déterminer les connaissances, l'expérience et, le cas échéant, les qualifications requises (par exemple, sports à risque plus élevé) pour entraîner les participants en toute sécurité.

- **Coordonnateur de l'entraînement :**

- Une personne qui fait partie du personnel enseignant ou de la direction, qui détient un certificat valide de l'Ordre des enseignantes et des enseignants du Manitoba, et qui est employée par l'école ou le conseil scolaire. Consultez [**Fonctions de l'entraîneur**](#) pour de plus amples renseignements.

- **Période d'enseignement :**

- La période d'enseignement est définie comme le temps pendant lequel des activités ou des instructions sont organisées. Des exemples de temps d'instruction sont les leçons, les épreuves, les exercices et les jeux.

- **Surveillance/supervision :**

- La surveillance vigilante d'un sport pour le réglementer ou le diriger. Les installations, l'équipement et les sports comportent tous des risques inhérents. Cependant, plus la surveillance est efficace, plus ils deviennent sécuritaires.
- Manitoba Physical Activity Safety in Schools indiquent trois types de surveillance, visuelle constante, sur place, et générale. Les catégories dépendent du niveau de risque du sport, ainsi que des habiletés et de la maturité des participants. Les trois niveaux de surveillance décrits ne sont pas hiérarchisés, mais ils représentent les types de supervision qu'un sport peut nécessiter et le type de surveillance qui est fondamentalement possible.

- **Types de Surveillance**

○ **Surveillance générale :**

- L'entraîneur peut être dans le gymnase, alors qu'une autre activité a lieu près du gymnase. La surveillance générale exige que l'entraîneur soit facilement accessible.
- Exemple :
 - durant les sports qui demandent aux élèves d'être souvent hors de vue et pour lesquels l'entraîneur ou le surveillant n'est pas à proximité (par exemple, ski alpin, course de fond). Au moins l'une des conditions suivantes doit être remplie :
 - L'entraîneur ou le surveillant circule.
 - L'emplacement de l'entraîneur ou du surveillant/superviseur a été communiqué aux élèves et aux autres surveillants/superviseurs.
 - pour les sports simples et ceux pouvant être combinés (par exemple, d'autres sports nécessitant une surveillance générale comme le badminton, le tennis de table, le handball - balle au mur), les conditions suivantes doivent être remplies :
 - L'entraîneur ou le surveillant/superviseur informe les élèves de l'emplacement des sports.
 - L'entraîneur ou le surveillant/superviseur doit circuler entre les sports et être facile à trouver.

○ **Surveillance sur place :**

- Exige la présence de l'entraîneur, mais pas nécessairement l'observation constante d'une activité particulière. La surveillance sur place permet la présence momentanée du responsable dans des pièces adjacentes au gymnase (par exemple, salle d'équipement).
- Exemple : Pendant un entraînement d'athlétisme, certains élèves pratiquent le saut en hauteur, alors que d'autres pratiquent le passage du témoin. Un troisième groupe fait de la course de fond. Pour le relais, les élèves participent sur la piste ou pelouse et peuvent être vus par l'entraîneur.

○ **Surveillance visuelle constante :**

- Nécessite la présence physique de l'entraîneur qui observe l'activité en question.
Une seule activité nécessitant une surveillance visuelle constante peut avoir lieu en même temps que d'autres activités.
- Exemple : Pendant un entraînement d'athlétisme, certains élèves pratiquent le saut en hauteur, alors que d'autres pratiquent le passage du témoin. Un troisième groupe fait de la course de distance. Pour le saut en hauteur, l'entraîneur est près de l'aire de saut et surveille l'activité.

Dernière publication

Mon 13/09/2021 - 12:35