

INITIATIVES & APPRENTISSAGE INTÉGRÉ

- [Éducation environnementale](#)
- [Fondations pour une école saine](#)
- [Apprentissage socioémotionnel](#)

MATÉRIEL

- Ordinateur
- Accès Internet
- Projecteur et écran

NOM DE L'ACTIVITÉ :

La sécurité avant tout !

PRÉPARATION AU :

Ski alpin
Planche à neige

CONVIENT AU :

PPL, PAF, PAI, PAD

DIVISION :

Secondaire

LIENS AU CURRICULUM



Curriculum
de l'Ontario



SANTÉ & ED. PHYS

Santé & éducation physique

A1. appliquer, au mieux de leurs capacités, une gamme de compétences d'apprentissage socioémotionnelles à mesure qu'ils acquièrent des connaissances et des compétences en rapport avec les attentes en matière des domaines d'étude pour ce niveau scolaire (vie active, compétence motrice, vie active).

AVANT DE PARTIR

Objectif d'apprentissage

→ Les élèves seront sensibilisés aux commotions cérébrales et à leur prévention, et démontreront leurs connaissances et leur compréhension aux autres.

Activité de mise en situation :

→ En vertu de l'autorité que lui confère la *Loi sur l'éducation*, le ministre exige que tous les conseils scolaires de l'Ontario aient une politique sur la sécurité des élèves en matière de commotions cérébrales, qui répond à certaines exigences minimales, comme l'indique la présente note. Vous pouvez en savoir plus en consultant [Politique/Programmes Note 158](#).

→ Consultez la [Trousse de sensibilisation pour la Journée de la Loi Rowan](#) pour les écoles, pour en savoir plus et partager les informations suivantes avec la classe :

- *En mars 2018, le gouvernement ontarien a adopté la [loi Rowan](#). Cette loi a été conçue pour éduquer les parents/tuteurs/soignants, entraîneurs, enseignants et fonctionnaires sur les dangers des commotions cérébrales, ainsi que pour protéger les athlètes amateurs et les étudiants. Il s'agit de la première loi de ce type au Canada et elle bénéficie à la fois les athlètes et non-athlètes.*
- *En augmentant la sensibilisation et les connaissances sur les commotions cérébrales, nous pouvons changer la culture de l'Ontario en ce qui concerne les sports, l'activité physique et les blessures. La loi Rowan permet aux victimes de commotions cérébrales de se défendre plus facilement pour obtenir de l'aide et le temps nécessaire à leur rétablissement.*

→ Montrez la vidéo suivante aux étudiants : [Dr Mike Evans: Concussion 101](#)

Activité de déroulement

→ Révisez les informations abordées dans la vidéo pour vous assurer que tous les élèves ont bien compris le contenu présenté.

→ Partagez avec les élèves les informations relatives à la politique de votre école et de votre conseil scolaire en matière de commotions cérébrales.

→ Organisez la classe en petits groupes de 2 à 4 élèves.

→ Demandez à chaque groupe de créer un message d'intérêt public qui peut être utilisé pour accroître l'éducation et la sensibilisation aux commotions cérébrales pour l'un des publics cibles suivants :

- *Parents/tuteurs/soignants*
- *Enseignants*
- *Entraîneurs*
- *Officiels*
- *Étudiants.*

→ Envisagez d'utiliser les messages d'intérêt public dans divers environnements :

- *Annonces du matin*
- *Bulletin électronique de l'école*
- *Bulletin électronique des professeurs*

SUR PLACE

Activité Écoles sur neige

- Avant de participer à l'activité de ski ou de planche à neige, assurez-vous que les installations d'Écoles sur neige, le personnel de l'école et les élèves sont au courant des points suivants :
 - [Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation, Commotions cérébrales](#)
 - [Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation](#) :
 - *Ski alpin ou planche à neige; élémentaire ; programme-cadre*
 - *Ski alpin ou planche à neige; élémentaire ; intramuros*
 - *Ski alpin ou planche à neige; élémentaire ; interscolaire*
- Les enseignants qui organisent l'activité de ski ou de planche à neige d'Écoles sur neige doivent connaître les normes et protocoles de sécurité de la commission scolaire.

AU RETOUR

Activité de consolidation

- Dirigez la classe dans une discussion de groupe sur la sensibilisation aux commotions cérébrales. Exemples de questions :
 - *Partagez certaines normes de sécurité que vous avez respectées pendant votre activité de ski et/ou de planche à neige.*
 - *Compte tenu de ce que nous avons appris sur les traumatismes liés aux commotions cérébrales, quelles sont les raisons pour lesquelles les élèves peuvent ne pas toujours divulguer des informations sur une blessure soupçonnée à un adulte de confiance (par exemple, un enseignant, un entraîneur, un officiel, un parent, un tuteur ou un soignant) ?*
 - *Si vous soupçonnez une commotion cérébrale, décrivez pourquoi il est important de demander de l'aide.*
 - *Décrivez ce dont vous avez besoin pour créer un environnement physiquement et émotionnellement sécuritaire qui vous permettrait d'être à l'aise de partager des informations concernant une commotion cérébrale soupçonnée.*

CODE DE RESPONSABILITÉ EN MONTAGNE



LA PRATIQUE D'UN SPORT DE GLISSE COMPORTE DES RISQUES INHÉRENTS QUE L'USAGE DE BON SENS ET DE PRUDENCE PEUVENT AIDER À DIMINUER. SOYEZ COURTOIS ENVERS LES AUTRES. ADHÉREZ AU CODE MENTIONNÉ CI-DESSOUS ET PARTAGEZ AVEC LES AUTRES LA RESPONSABILITÉ D'UNE EXPÉRIENCE DE PLEIN AIR SÉCURITAIRE.

- 1** Restez toujours en contrôle. Assurez-vous de pouvoir arrêter et éviter toute personne ou tout obstacle, au besoin.
- 2** Les personnes devant vous ou en aval (plus bas) ont priorité. C'est à vous de les éviter.
- 3** Arrêtez-vous uniquement là où les personnes en amont peuvent vous voir et si vous n'obstruez pas le passage.
- 4** Avant de vous engager dans une piste ou aux intersections, regardez vers le haut de la montagne afin de prévenir toute collision.
- 5** Évitez que votre équipement se détache et glisse de façon incontrôlée sur la pente.
- 6** Lisez et observez la signalisation, les avertissements et toute marque indiquant un danger.
- 7** N'accédez pas aux pentes fermées ou aux zones fermées.
- 8** Si vous ne savez pas comment utiliser les remontées mécaniques en toute sécurité, notamment comment y embarquer et en descendre, faites appel au personnel responsable.
- 9** N'utilisez pas les remontées mécaniques et n'empruntez pas les pistes si vous êtes sous l'influence de drogues ou d'alcool.
- 10** En cas de collision ou d'incident, donnez vos coordonnées aux autres personnes impliquées ainsi qu'à une ou un membre du personnel de la station.

Connaître le code, c'est votre responsabilité.

CODE DE CONDUITE DU SKIEUR DE FOND



LE SENS COMMUN ET LA CONSCIENCE PERSONNELLE PEUVENT RÉDUIRE LES RISQUES. QUELLE QUE SOIT LA NATURE DE VOTRE DÉMARCHE DANS UN SENTIER, SOYEZ TOUJOURS COURTOIS. VEUILLEZ RESPECTER LES RÈGLES CI-DESSOUS ET ASSUMER AVEC LES AUTRES LA RESPONSABILITÉ D'UNE EXPÉRIENCE DE PLEIN AIR OU RÈGNE LA SÉCURITÉ.

- 1** Vérifiez toujours les messages sur l'état des sentiers.
- 2** Skiez dans le sens indiqué et conformez-vous aux indications et aux avertissements sur les affiches. Ne vous s'aventurez pas sur les sentiers fermés.
- 3** Skiez toujours à droite si un skieur vient en sens inverse ou dans un sentier à double piste.
- 4** Cédez le passage aux skieurs plus rapides et à ceux qui demandent le passage.
- 5** Skiez tout en maîtrisant vos mouvements. Dans les sentiers à deux sens, les skieurs en descente ont la priorité.
- 6** Ne vous arrêtez pas là où vous bloquez le passage ou là où l'on ne peut vous voir. Si vous faites une chute ou une pause, placez-vous aussitôt en retrait du sentier.
- 7** Ne laissez pas de débris. Rapportez ce que vous apportez. Respectez tout bien privé.
- 8** Signalez tout accident.

**Soyez vigilants et respectez le code.
C'est votre responsabilité!**