



Les activités physiques de pleine nature (APPN) permettent de vivre des expériences individuelles et collectives porteuses de nombreux apprentissages. Qu'il s'agisse d'EPS ou de sport scolaire, la possibilité de pratiquer une activité sportive en pleine nature est une liberté que l'École doit encourager dès le plus jeune âge.

Notre académie offre une diversité d'environnements qui sont de merveilleux terrains d'apprentissage de la maîtrise des risques et de l'autonomie, mais aussi d'épanouissement, d'entraide et d'émotions partagées, à condition que les expériences qu'offrent les APPN soient osées avec le minimum de risques objectifs et réalisées avec le maximum de sécurité.

Dans ce cadre, la circulaire n° 2017075 du 19/04/2017 reprecise les exigences de sécurité attendues dans l'enseignement des activités de pleine nature. Elle invite également chaque académie à établir des protocoles de sécurité adaptés aux caractéristiques qui sont les siennes tant d'un point de vue environnemental qu'en termes de public scolaire accueilli. Ces **protocoles académiques ont pour but de synthétiser les opérations incontournables à vérifier et à effectuer avant, pendant et après la leçon d'EPS. Ils s'appliquent également à l'association sportive, aux sections sportives scolaires et à tout autre dispositif d'enseignement.** Ils feront l'objet d'une actualisation récurrente au regard des évolutions réglementaires, techniques, pédagogiques ou didactiques observées.

Quelle que soit l'activité support nous souhaitons rappeler à tous les professeurs qui s'engagent sur l'enseignement des APPN les recommandations incontournables suivantes :

-la conception même des APPN repose sur deux idées centrales : **partir - revenir en sécurité et garder la possibilité de renoncer.**

Pour l'enseignant, il peut s'agir par exemple de renoncer à la sortie en raison d'une météo défavorable et, pour l'élève, de renoncer dans l'instant à un itinéraire envisagé, s'il est jugé trop risqué ou dangereux.

-il apparaît indispensable de **distinguer des niveaux d'engagement différents**, au regard de la charge émotionnelle et sécuritaire qui pèse sur le pratiquant.

-l'enseignant doit s'organiser pour **garantir de façon pleine et entière une chaîne de sécurité et une chaîne de contrôle fiables.** Elles ne peuvent être déléguées, et ainsi de façon constante, l'élève ne peut se substituer à l'enseignant dans un contrôle final nécessaire à la pratique en sécurité.

## Le VTT :

C'est une activité où les chutes sont courantes et peuvent amener des conséquences graves. D'autres facteurs comme la fatigue, le stress, les conditions météorologiques peuvent augmenter cette prise de risque et rendre cette activité dangereuse si l'on ne prend pas en compte la combinaison de ces éléments.

Toutes ces données doivent amener l'enseignant à une adaptation constante, réfléchie où la vigilance reste omniprésente. C'est à ce niveau de compétences que l'enseignant se doit d'être pour maîtrise au mieux tous les impondérables de cette pratique.

D'autre part il est bon de savoir que :

- La pratique du VTT suppose une prise en compte particulière de la sécurité impliquant la responsabilité des encadrants (enseignants et non enseignants).
- Des facteurs comme le matériel, le nombre d'élèves et d'encadrants, les conditions météorologiques, la connaissance des itinéraires et les capacités des élèves doivent requérir toute l'attention du responsable de l'activité.
- Pour emprunter des itinéraires routiers, il est indispensable de prendre connaissance du code de la route ainsi que des règles de la sécurité routière concernant la pratique du vélo. Il est vivement conseillé d'établir un protocole de déplacement

## AVANT LA SEANCE

**Taux d'encadrement conseillé de 1 encadrant pour 12 élèves (2 encadrants recommandés) ou 1 encadrant pour groupe classe dans un espace délimité (type : parc, stade...).**

ACTIONS INCONTOURNABLES	PRECONISATIONS
<p><b>Administratif :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informer l'établissement du lieu, du tracé où va se dérouler la séance</li> <li>• Communiquer la liste des élèves et l'encadrement.</li> </ul>	
<p><b>Le pilote :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier les différents niveaux de pratique des élèves et s'assurer des prérequis pour sortir</li> <li>• Sensibilisation au code de la route</li> </ul>	<p><b>Différencier les niveaux pour protéger certains élèves pas encore capables de s'affranchir de toutes les situations.</b></p> <p><u>Les prérequis pour partir :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Freinage : dissocier les 2 freins, doser le freinage et réaliser un freinage d'urgence.</li> <li>• Il est conseillé d'être capable de se mettre en position de base (debout sur le vélo « position jockey », tenir les 2 freins et positionner les 2 pédales à l'horizontale) afin de maîtriser son équilibre.</li> <li>• Capacité à prendre des informations visuelles (placement plus lointain du regard)</li> </ul>
<p><b>La tenue du pilote :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disposer de casques et de gilets jaunes de sécurité (conseillés) en nombre suffisant.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contrôle visuel du casque (fissure éventuelle)</li> </ul>
<p><b>Le VTT :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• S'assurer du parfait état de fonctionnement des vtt.</li> </ul>	<p><u>Vérifier :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fonctionnement du système de freinage (câbles, patins ou plaquettes)</li> <li>• Etat d'usure des pneus</li> <li>• Etat du cadre – soudures</li> <li>• Serrages jeu de direction, cintre, potence, roues, pédales</li> <li>• Fonctionnement du système de transmission</li> </ul>
<p><b>Les parcours :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaissance et reconnaissance des parcours choisis</li> <li>• Adaptation au niveau des élèves</li> <li>• Adaptation aux modifications du terrain liées conditions météo</li> </ul>	<p><u>Choisir :</u> Distance, dénivelé, type de terrain, largeur...</p> <p><u>Connaître :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les passages et traversées de route.</li> <li>• Les passages dangereux, prévoir des réchappes possibles (à pied ou pas) et parade éventuelle.</li> <li>• Les points d'accès pour secours</li> </ul> <p><u>Proposer :</u> des raccourcis et rester accessible pour les secours</p>
<p><b>Organisation, l'enseignant doit :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se renseigner sur les conditions météorologiques du jour.</li> <li>• Prévoir le matériel de sécurité</li> <li>• Prévoir le matériel de réparation</li> </ul>	<p><u>Matériel de sécurité à prévoir :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Téléphone portable, Talkie-walkie</li> <li>• Gilet jaune de sécurité pour l'encadrement</li> <li>• Trousse de secours et couverture de survie</li> <li>• Eau – ravitaillement</li> </ul> <p><u>Matériel de réparation à prévoir à minima :</u></p> <p>Chambres à air, démonte pneus, pompes, dérive chaîne, maillon rapide, multi-outils</p>

## PENDANT LA SEANCE

ACTIONS INCONTOURNABLES	PRECONISATIONS
<p><b>Tenue du pilote, l'élève doit :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posséder l'équipement minimum : Casque, Gants, lunettes de protection (conseillées).</li> <li>• Adapter sa tenue aux conditions climatiques.</li> <li>• Prévoir sa boisson et son ravitaillement.</li> </ul>	<p>Vérifier l'ajustement du casque : serrage adapté de la jugulaire et du tour de tête</p>
<p><b>Le VTT, l'élève doit :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• S'assurer du bon état de fonctionnement de son VTT.</li> <li>• Adapter son matériel aux conditions de terrain.</li> </ul>	<p><u>Vérifier :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pression des pneus et serrages des roues.</li> <li>• Vérifier en condition de déplacement freinage et transmission.</li> <li>• Choisir un VTT adapté à sa taille.</li> <li>• Régler la hauteur de selle.</li> </ul>
<p><b>Enseignant doit :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Doit s'assurer des vérifications faites par l'élève</li> <li>• Observer rapidement les attitudes de crainte, de refus ou au contraire d'excès d'enthousiasme (regard, verrouillage ou gainage de crispation)</li> <li>• Imposer d'avoir un doigt sur chaque frein en permanence et un verrouillage total de la poignée (pouce en bas)</li> <li>• Sensibiliser au risque : expliquer les situations dangereuses (propres au pilotage et propres au terrain)</li> <li>• Ajuster en temps réel la sortie et les objectifs – savoir renoncer.</li> <li>• Adapter sa position en fonction du niveau des élèves et du terrain</li> </ul>	<p><u>Observer :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Montrer une vigilance totale et une observation constante des élèves dans l'action.</li> <li>• Prévoir des zones d'arrêt pour donner les consignes que l'on considère majeures</li> </ul> <p><u>Communiquer :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le contenu de la séance doit être adapté.</li> <li>• Elles doivent avoir été comprises des élèves.</li> <li>• Il s'assure de la maîtrise des pré-requis avant la mise en activité concernant l'équilibration, la propulsion et le pilotage</li> </ul> <p><u>Exemples de conduite de groupe :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enseignant à l'avant pour réguler la vitesse du groupe,</li> <li>• Enseignant à l'arrière pour avoir un visuel sur le groupe pour pouvoir intervenir si besoin.</li> <li>• Parer dans les passages techniques</li> </ul>
<p><b>Gestion du Parcours sur route :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respect du Code de la route (nécessite un apprentissage minimum) et du protocole mis en place au sein du groupe.</li> <li>• Respect des règles de circulation dans chacun des contextes, et dans le groupe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deux de front maximum.</li> <li>• Distance de sécurité entre les vélos.</li> <li>• Garder le groupe compact pour permettre aux véhicules motorisés de doubler et de se rabattre</li> <li>• Mise en place d'un serre-file ou leader selon la position de l'enseignant.</li> <li>• Rouler toujours bien sur la droite.</li> <li>• Interdiction de rouler sur les trottoirs et rester sur ses 2 roues</li> </ul>

## APRES LA SEANCE

**Faire un bilan élève et encadrants : niveau, homogénéité du groupe, zone d'évolution, respect des consignes, difficultés rencontrées, besoin de formation complémentaire.**

# PASS VTT

Check-List	OUI	NON
Itinéraire et liste des élèves donnés à l'établissement.		<b>S A V O I R - R E M E M O R I Z E R ! !</b>
Liste précise des élèves avec (élèves particuliers : PAI, comportement)		
Portable chargé avec numéros d'urgence		
Matériel de réparation.		
Trousse de secours.		
VTT vérifiés (serrage des roues, freins, vitesses, pédalier)		
Casques ajustés		
Gilets de sécurité		
Tenue adéquate		
Point météorologique		