

## Protocoles de sécurité dans les activités physiques de pleine nature

# Randonnée

## Contexte scolaire

**Randonnée alpine** : activité d'EPS. Elle exclut un niveau de difficulté qui nécessiterait l'utilisation de matériels techniques pour assurer la sécurité des caravanes (terrain moyennement accidenté et escarpé, hors des chemins forestiers).

**Promenade en milieu de moyenne montagne, rural, ou forestier** : elle se déroule sur des chemins larges, faciles et balisés, des secteurs de proximité ou des espaces sécurisés du type domaine de ski de fond ou alpin excluant tout accident de terrain important, sans dangers objectifs et permettant un accès facile à un point de secours et d'alerte. La promenade est considérée alors comme une sortie scolaire occasionnelle, et non comme une activité d'EPS, ne nécessitant pas l'intervention de cadres qualifiés ou bénévoles agréés.

## Avant - Recommandations

### Autorisations/Déclarations

Validation de l'espace de pratique par le chef d'établissement.

Signalement aux autorités en gestion des espaces exploités.

Topo et itinéraire avec profil de course (distance, dénivelé positif et négatif, itinéraires bis, et réchappes) transmis à l'établissement et aux services de gendarmerie.

## Matériel, environnement, adaptation

- Demander aux élèves de prévoir :
  - des chaussures montantes de préférence pour un meilleur maintien du pied et de la cheville ;
  - un sac à dos (un sac par randonneur) contenant une petite collation, une couverture de survie, de l'eau, un vêtement chaud et un vêtement imperméable, qui servira aussi de coupe-vent (pour pouvoir faire face à des changements de temps : froid, grande chaleur, pluie).
- Pour l'enseignant : une trousse de secours, un moyen de communication, une boussole, une carte IGN (top25) du site et deux couvertures de survie au fond du sac.

### Principes utiles :

- adapter la randonnée au potentiel physique et technique des élèves : durée, technicité et dénivelé ;
- anticiper les aléas climatiques et les difficultés potentielles sur le parcours ;
- prendre connaissance des bulletins météorologiques (Météo France) : consulter la veille et le matin même (indice de confiance élevé) pour éviter de se faire surprendre par de mauvaises conditions (NB : la météo change rapidement en montagne) ;
- Avoir des connaissances sur les paramètres essentiels de la météo :
  - l'orage : démarche à suivre si on se fait surprendre (éviter les effets de pointe, s'isoler sous abri...) ;
  - maîtriser les évolutions de la température : elle varie selon l'heure de la journée, la saison et l'altitude (diminue de 0,65 °C tous les 100 mètres à partir d'une température de 15 °C au niveau de la mer) - Faire attention à l'association vent-température = température ressentie.
- Connaître parfaitement le parcours :
  - reconnaître le parcours à une date proche du départ : lister les lieux nécessitant une attention de sécurité (névé, pente herbeuse sèche ou mouillée, rétrécissement, zone rocheuse, vide...);
  - anticiper une situation problème pour prévoir des itinéraires bis et des lieux de repli (refuge, abri);
  - vérifier les zones blanches (sans couverture réseau). Utiliser un téléphone cellulaire en cas de non-réseau. Savoir comment prévenir les secours (numéro et géolocalisation en coordonnées GPS UTM) ;
  - repérer des lieux d'extraction.
- Définir au sein de l'EPLÉ, un protocole de communication en cas de blessure d'un élève en sortie APPN avec la famille.

## Élève marcheur

- Chaussures adaptées
- Protection solaire (œil et peau)
- Vêtement thermique adapté
- Vêtement de pluie
- Sifflet d'alerte préconisé si la randonnée occasionne une perte de vue des élèves

## Pendant - Recommandations pour l'intervenant en lien avec l'espace de pratique

- Le professeur reste tout au long de la séance au sommet de la chaîne de contrôle.
- Il cale la vitesse de progression sur l'élève qui a l'allure la plus faible.
- Il fait des regroupements fréquents et des arrêts réguliers (45 minutes).
- Il organise le serre-file (aucun élève n'est derrière lui).

Dans les passages délicats : toujours envisager le pire et faire passer les élèves un par un.

- Le professeur est en parade pour être capable de stopper immédiatement une chute éventuelle.
- Il fait demi-tour ou exploite les itinéraires de repli prévus si un problème survient.

## Après - Recommandations pour tous les espaces utilisés

- Le professeur identifie les progrès et les points de vigilance.
- Il signale tout nouvel obstacle ou danger potentiel sur les sites fréquentés.
- Il vérifie l'état et l'entretien du matériel utilisé.
- Il réajuste le matériel selon les ressources des élèves (motrices et affectives).