

Connaître le code de conduite pour agir en toute sécurité sur les pentes!

Survol de la leçon

Au cours de cette leçon, les élèves examineront les principales normes de sécurité pour le ski alpin et la planche à neige, et appliqueront le Code de conduite à des situations simples auxquelles les adeptes de ski et de planche à neige pourraient être confrontés.

Attentes et contenus d'apprentissage

- PPL 10 : 1, 1.5; A3, A3.1
- PPL 20 : 1, 1.5; A3, A3.1
- PPL 30 : 1, 1.5; A3, A3.1
- PPL 40 : 1, 1.5; A3, A3.1

Résultats d'apprentissage

- J'adopte un comportement responsable pour assurer ma sécurité et celle des autres lors de sorties en plein air.
- J'analyse une situation pour en évaluer la sécurité.

Matériel

- Code de conduite en montagne de la Patrouille canadienne de ski

- Questionnaire et fiche de réponses
- [Ressource pour les élèves : billet de sortie - Connaître le code de conduite pour agir en toute sécurité sur les pentes!](#)

Normes de sécurité de l'Ontario pour l'activité physique en éducation

Activités

- [Miniski](#)
- [Planche à neige](#)
- [Ski alpin](#)

Outils et Ressources

- [Commotions cérébrales](#)
- [Fournisseurs d'activités externes](#)
- [La sécurité pour les élèves en situation de handicap](#)
- [Plan de premiers soins et intervention de secourisme](#)

Autres

- [Gestion de risques](#)

Évaluation au service de l'apprentissage

Les critères pour évaluer les connaissances et les habiletés au sujet des mesures de sécurité lors des activités de plein air sont établis en collaboration avec les élèves au début de la leçon.

Questions à choix multiples : Invitez les élèves à répondre aux Questions à choix multiple de la section « Action » afin de vérifier leurs connaissances du code de conduite pour agir en toute sécurité sur les pentes.

Billet de sortie : Veuillez revoir les critères avec les élèves. Invitez les élèves à réfléchir à leurs résultats du questionnaire et à remplir la *Ressource pour les élèves : billet de sortie - Connaître le code de conduite pour agir en toute sécurité sur les pentes!* dans la section « Consolidation ».

Vous pouvez utiliser l'exemple de critère suivant pour évaluer l'apprentissage des élèves et pour leur offrir une rétroaction : Je sais ce que je peux faire pour atténuer les risques de sécurité sur les pentes de ski.

Recueillez et passez en revue les réponses des élèves aux questions à choix multiples et à celles de la *Ressource pour les élèves : billet de sortie - Connaître le code de conduite pour agir en toute sécurité sur les pentes!*. Utilisez les critères établis avec les élèves et la liste des réponses pour évaluer leur apprentissage et offrir votre rétroaction. Selon le cas, offrez votre rétroaction à des élèves de manière individuelle ou à l'ensemble du groupe afin de clarifier ou de renforcer leur compréhension de la sécurité en ski alpin et répondez à toute autre question.

Mise en situation

Le ski alpin et la planche à neige sont des activités plaisantes auxquelles peuvent s'adonner les élèves et le grand public sur les pentes de ski et dans les stations de ski en Ontario et ailleurs. Expliquez aux élèves que la plupart des blessures qui surviennent lors de la pratique de sports alpins sont causées par des collisions sur les pentes ou par des vitesses excessives dans les zones à vitesse réduite. De plus, plusieurs des blessures les plus fréquentes (par exemple, entorses au genou, os fracturés, luxations) peuvent être prévenues en respectant une série de principes et de règles de participation (le Code de conduite en montagne) que les adeptes de sports alpins devraient bien connaître avant de participer.

Action

Expliquez aux élèves que le Code de conduite en montagne fut créé pour aider à gérer l'expérience des visiteurs et les risques en avant-pays et en arrière-pays afin que toutes les personnes puissent faire du ski et de la planche à neige tout en prévenant les blessures et les accidents. Il s'agit du « Code de la route » pour le ski alpin et la planche à neige.

Passez en revue le Code de conduite en montagne avec les élèves et demandez-leur de passer en revue le Code de conduite de temps à autre avant d'aller faire du ski alpin ou de la planche à neige.

Après en avoir passé en revue les principaux éléments, invitez les élèves à répondre aux questions à choix multiples pour les aider à mettre en pratique le code dans des situations concrètes.

Questions à choix multiples

Choisissez la bonne réponse pour chacune des questions suivantes :

- Sur les pentes... (*la bonne réponse est B*)
 - a) c'est chacun pour soi.
 - b) il est important d'être conscient des personnes autour de soi et de faire preuve de courtoisie.
 - c) il faut toujours craindre de se faire frapper.
- Savoir comment s'arrêter... (*la bonne réponse est B*)
 - a) c'est difficile. Je n'ai jamais appris et je n'ai pas besoin de le faire.
 - b) c'est nécessaire pour garder le contrôle et pour éviter les personnes et les objets.
 - c) ce n'est pas aussi amusant que de réussir des sauts « malades ».
- Les personnes devant vous... (*la bonne réponse est B*)
 - a) sont là pour que vous puissiez les éclabousser avec de la neige.
 - b) devraient toujours avoir priorité sur la piste.
 - c) n'ont jamais priorité sur la piste.
- Si vous devez vous arrêter et attendre votre ami(e), vous devriez... (*la bonne réponse est C*)
 - a) demeurer au milieu de la piste pour qu'elle/il puisse vous voir.
 - b) vous cacher derrière des arbres pour bondir et lui faire peur.
 - c) vous arrêter sur le côté de la piste ou du sentier pour ne pas obstruer la voie aux autres personnes.

- Lorsque vous vous engagez sur une piste ou que vous arrivez à une intersection, vous devriez... (*la bonne réponse est A*)
 - a) regarder de chaque côté, regarder devant vous, et céder le passage aux autres.
 - b) crier « Regardez-moi faire ».
 - c) ralentir le plus possible. En fait, vous devriez retourner à la maison.

- Si vous êtes témoin d'une collision ou d'un accident, vous devriez... (*la bonne réponse est B*)
 - a) aviser la victime que vous avez appelé la patrouille de ski, puis vous en aller.
 - b) demeurer avec la victime jusqu'à l'arrivée de la patrouille de ski, vous identifier et aviser les patrouilleurs que vous avez été témoin de l'incident.
 - c) attendre que la patrouille de ski passe et constate l'accident.

- Afin de prévenir que des pièces d'équipement partent à la dérive, vous devriez... (*la bonne réponse est A*)
 - a) utiliser un système approprié de rétention d'équipement comme des freins et des lanières de ski.
 - b) porter votre équipement en tout temps.
 - c) C'est une question idiote. L'équipement ne peut pas partir de lui-même.

- La signalisation et les avertissements sont là pour que... (*la bonne réponse est B*)
 - a) vous les frappiez avec vos pôles et pour que vous passiez en dessous.
 - b) vous les observiez et que vous y obéissiez
 - c) vous vous preniez en « selfie » avec eux.

- Les pistes et les zones fermées sont... (*la bonne réponse est A*)
 - a) fermées pour une raison. Il est important de ne pas s'aventurer dans les endroits fermés.
 - b) les endroits où la neige est la plus belle (ce n'est pas grave s'il y a des falaises).
 - c) les endroits dans lesquels les ours sont en hibernation.

- N'utilisez pas les pistes ou les remontées mécaniques si vous... (*la bonne réponse est C*)
 - a) portez un casque.
 - b) mâchez de la gomme.
 - c) êtes sous l'influence de drogues ou d'alcool.

- Si vous ne savez pas comment embarquer et débarquer des remontées mécaniques, vous devriez... (*la bonne réponse est A*)
 - a) demander à une des personnes responsables des remontées, car elles sont là pour vous aider.
 - b) faire comme bon vous semble.
 - c) remonter la pente à pied.

- Les pentes vertes sont... (*la bonne réponse est B*)
 - a) mieux entretenues; elles sont donc meilleures pour les courses.
 - b) sont de zones à basse vitesse.
 - c) sont les endroits pour manger des frites et de la pizza.

- Le rôle de la patrouille de ski est... (*la bonne réponse est B*)
 - a) de faire respecter les règles.
 - b) d'éduquer et de sensibiliser.
 - c) de trianguler.

- Comme lorsque vous conduisez un véhicule, vous devriez... (*la bonne réponse est A*)
 - a) regarder des deux côtés.
 - b) faire jouer vos chansons le plus fort possible.
 - c) laisser réchauffer vos skis ou votre planche à neige avant de les utiliser.

(Questions : Big White Ski Resort, 2017)

Calcul du pointage :

- 1 à 5 bonnes réponses : Étudiez le code de conduite avant de vous aventurer sur les pistes.
- 6 à 10 bonnes réponses : Vous avez certaines connaissances, mais il faut revoir le code de conduite afin d'être en sécurité sur les pistes.
- 11 à 14 bonnes réponses : Allez appliquer vos connaissances sur les pistes. Revoyez régulièrement le code de conduite.

Consolidation

Demandez aux élèves qui sont des adeptes de ski de donner des exemples concrets de situations où elles et ils ont observé des personnes qui ne respectaient pas le Code de conduite en montagne ou des situations auxquelles les élèves novices devraient porter une attention particulière. Une discussion de groupe sera utile pour faire passer le Code de conduite en montagne de la théorie à une série de principes à appliquer à toutes les situations de ski alpin et de planche à neige.

Invitez les élèves à remplir la *Ressource pour les élèves : billet de sortie - Connaître le code de conduite pour agir en toute sécurité sur les pentes!*.

Notes au personnel enseignant

Consultez le conseil scolaire afin d'assurer le respect de ses politiques et procédures lors des activités éducatives en plein air.

Ressources additionnelles :

- [SportMedBC: Best People. Best Practice. Best Programs.](#) (en anglais)
- [Research Gate - Sports Medicine: Alpine Ski Injuries and Their Prevention.](#) (en anglais)

Référence

Big White Ski Resort. (2017). [Alpine Responsibility Code Quiz.](#) [traduction libre]