STAGE Course Orientation
Enseigner en sécurité la CO
Avallon novembre 2018

MINOT Virginie – Professeur EPS – Moniteur fédéral – Traceur régional – Arbitre national – Membre de la CMN

et

MORVAND Adeline – Professeur EPS – Directrice adjointe régionale UNSS – Animatrice CO – Traceur régional VTT et pédestre – Contrôleur régional VTT

Programme

MATIN 1: 9h30 à 12h30

Présentation de la formation

Appropriation du protocole académique

Echanges questions - réponses

MATIN 2: 9h30 à 12h30

Pratique échange d'exercice.

Observation – discussion

constitution de 6 groupes alternance

REPAS 12h45 – Reprise 13h45

- Quels exercices pour quels apprentissages ?
- Quels indicateurs sécuritaires : variables didactiques.
- Quelle organisation pour transmettre les contenus et favoriser les apprentissages ?

En salle

- Quelles situations pour quel objectif.
- Exercice de traçage par 3.

REPAS 12h45 – Reprise 13h45

- Evaluation
- Bilan stagiaires : evasel
- Début de rédaction du protocole interne

OBJECTIFS DE LA FORMATION

→ Identifier les conditions optimales de sécurité sur différents types de terrain pour favoriser les apprentissages des élèves en CO.

→ Expérimenter des SA (par la pratique, le traçage, la pose, la mise en œuvre) pour concevoir et mettre en œuvre dans son établissement 1 ou 2 cycles de CO.

→ Faire le point sur les conditions d'enseignement de la CO dans son établissement. Envisager des perspectives d'amélioration.

LA SECURITE

Anticiper
Intervenir
Evaluer
Réagir

ANTICIPER
Que disent les textes?
Que dit le protocole ?

Les textes

Note de service n° 94-116 du 9 mars 1994 parue au BO n° 11 du 09 mars 1994

I. RAPPEL DES RÈGLES DU DROIT APPLICABLE

1) Responsabilité pénale

Comme tout un chacun dans l'ensemble de ses activités d'ordre privé ou professionnel, l'enseignant peut être amené à comparaître personnellement devant une juridiction répressive. Les accidents survenus au cours de la pratique des activités physiques et sportives pouvant revêtir un caractère grave, parfois lourd de conséquences, l'introduction d'une action pénale est, en principe, toujours possible à l'encontre d'un enseignant, à l'initiative du procureur de la République ou à la suite d'une plainte avec constitution de partie civile déposée par la victime.

2) Responsabilité civile

Il résulte de ce dispositif spécifique que les victimes ou leurs représentants ne peuvent mettre directement en jeu la responsabilité civile personnelle des enseignants devant les tribunaux civils. La responsabilité de l'Etat se substitue à celle de l'enseignant civilement responsable d'un accident causé ou subi par un élève. Par conséquent, la réparation du préjudice subi par la victime est assumée par l'Etat. Toutefois, le fait que la responsabilité de l'Etat soit substituée à celle de l'enseignant ne signifie nullement que l'Etat est responsable dès qu'il y a accident. L'Etat n'est responsable qu'autant que la responsabilité de l'enseignant est elle-même engagée suite à une faute dont la preuve incombe à la victime. La substitution de l'Etat n'a donc pas de caractère d'automaticité.

II. RECOMMANDATIONS DE SÉCURITÉ

L'analyse du contentieux suscité par les accidents survenus pendant le cours d'éducation physique et sportive permet d'attirer l'attention des enseignants de la discipline sur des éléments retenus dans les jugements pour l'engagement de leur responsabilité en raison de leurs fonctions. Ces éléments portent notamment sur les points suivants :

1. Les conditions matérielles : état des équipements et organisation des lieux
2. Les consignes données aux élèves
3. La maîtrise du déroulement du cours
4. Le caractère dangereux ou non des activités enseignées.

Justesse de la carte, identification des zones à risques.
Délimitation du périmètre de sécurité
Balises visibles et non cachées
Balise de départ
Circuit croisé, très courts, plusieurs élèves sur un circuit…
Trousse de 1er secours

Tableau de départ
Temps max par circuits
Chrono – montre
Si je suis perdu ….
Boussole en forêt
Consignes de la situation d'apprentissage

Où sont mes élèves…
Les voir régulièrement
Connaître leur progrès
leurs connaissances
leurs compétences

Risques en CO (Etude FFCO)
Tiques
Entorse
Atteintes aux yeux
Fracture
Arrêt cardiaque

Evidemment toute activité est à risque et en CO, le fait de laisser l'élève partir hors du champ de vision de l'enseignant ne répond pas aux critères évoqués dans cette note de service. Il en va de l'ambiguïté entre l'ambition des attendus de cycles, des compétences à faire acquérir (en terme de sécurité et de savoir être et faire) et la pratique de l'APSA elle-même.

Les textes

BO 16 du 20 avril 2017

… l'enseignement et la pratique volontaire des APPN s'inscrivent pleinement dans le parcours de formation d'un élève. Au-delà de leurs apports spécifiques sur le plan moteur, ces activités trouvent leur intérêt dans l'éducation à la sécurité par l'apprentissage de la maîtrise des risques lors de la confrontation avec des milieux incertains et changeants, avec des contraintes liées à la variabilité de l'environnement. De plus, elles renforcent la solidarité et la coopération… En fonction de l'APPN pratiquée, chaque projet EPS doit permettre aux élèves de développer des compétences pour « se déplacer en sécurité en s'adaptant à des environnements variés naturels ou artificiels »… la présente circulaire s'applique aux enseignements du second degré et, dans le cadre de la mise en œuvre du cycle 3, aux enseignements auxquels participent à la fois des élèves de primaire et des élèves de 6e (Programmes EPS cycle 3).

… La sécurité se définit comme ***l'absence de risque inacceptable pouvant objectivement mettre en cause l'intégrité physique des élèves****. Dès lors, l'attachement à cette dernière est une préoccupation centrale de tous les acteurs, surtout dans l'enseignement des APPN où la dimension sécuritaire est prononcée.*

Responsabilité des acteurs locaux
L'enseignant définit les contenus pédagogiques, le chef d'établissement autorise ou non le projet.

Élaborer, actualiser et mettre en œuvre des protocoles de sécurité dans chaque activité
… Sur le modèle des « check-lists » – ou listes des contrôles de sécurité –, telles qu'en connaissent les professions à risque, l'élaboration, l'actualisation et la mise en place de protocoles de sécurité pour chacune des APPN pratiquées dans l'académie sont désormais nécessaires. Ces protocoles 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.

Identifier les pratiques à haut niveau d'exigence ayant comme support des APPN à environnement spécifique
… Les corps d'inspection valideront les projets des établissements proposant une ou plusieurs de ces activités dans le cadre de l'association sportive, d'une section sportive scolaire, d'un enseignement facultatif ou de tout projet spécifique et autres formations qualifiantes et pré-qualifiantes.

Conclusion du BO
Les activités physiques de pleine nature permettent de vivre pleinement des expériences individuelles et collectives. Qu'il s'agisse d'EPS ou de sport scolaire, la possibilité de pratiquer en pleine nature est une liberté que l'École doit encourager dès le plus jeune âge. La montagne, la mer, les forêts, les cours d'eau, les grands espaces 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.

Protocole CO paru pour l'académie de Dijon à la rentrée 2018

ANTICIPER

Choisir et connaître le site de pratique :

- zones réduites
- lignes d'arrêts nettes et évidentes ou installation d'un balisage
- reconnaissance récente : justesse de la carte
- Connaître et tenir compte des contraintes et dangers du site (falaises, étangs, routes…)
- s'assurer de la couverture téléphonique

Autorisations

- Mairie + propriétaire(s) des terrains concernés (période, zone élagage)
- ONF (Natura 2000...)
- réserves naturelles, parc régionaux
- aux chasseurs: zones et jours de chasse (ONCSF)

ATTENTION : La possession de la carte n'autorise pas l'accès au terrain de pratique

Les lieux de pratique et les déplacements doivent être connus du chef d'établissement.
Ils doivent figurer dans le projet pédagogique présenté au C.A de l'établissement.

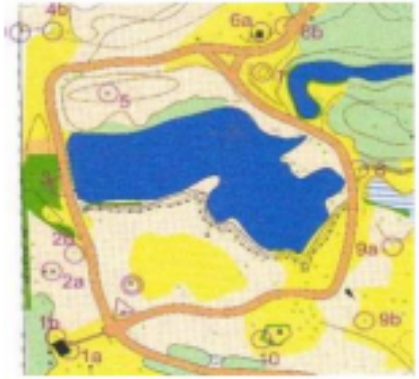
A vous de jouer …

Lister vos obligations check liste

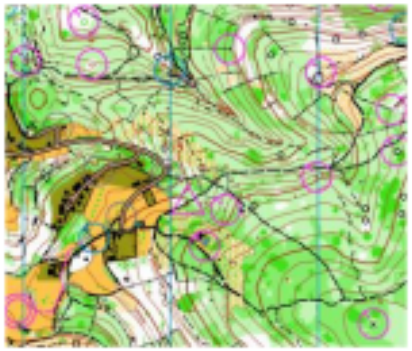
Choix de la carte

Les cartes d'orientation peuvent être de plusieurs formes :

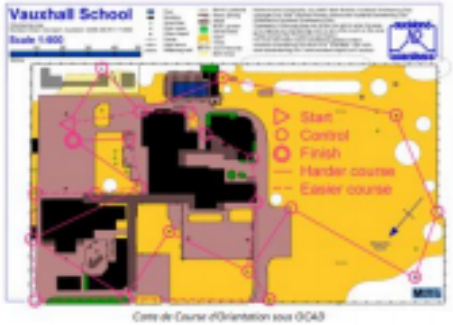
Carte réalisée à la main (établissement, terrain de sport…)



Forêt : norme ISOM
Echelle 1/7500ᵉ max



Parc ou établissement : normes ISSOM
Echelle 1/5000ᵉ max

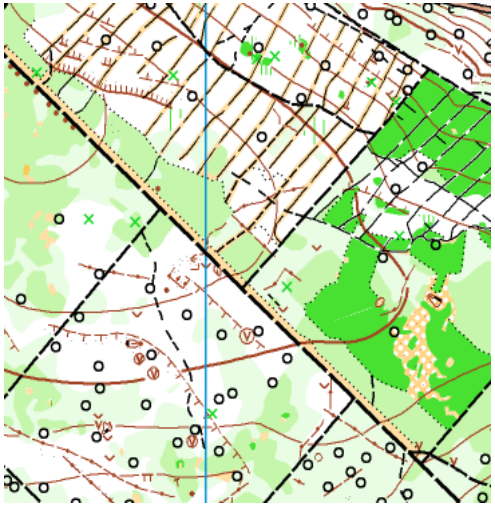


Les cartes IGN sont peu adaptées : échelle trop grande (1/25000ᵉ)

Une carte d'orientation sécuritaire doit :

- avoir une échelle réduite <7500ᵉ
- être lisible et nette à l'impression
- être conforme, fidèle aux éléments présents sur le terrain
- indiquer le Nord

Carte et norme

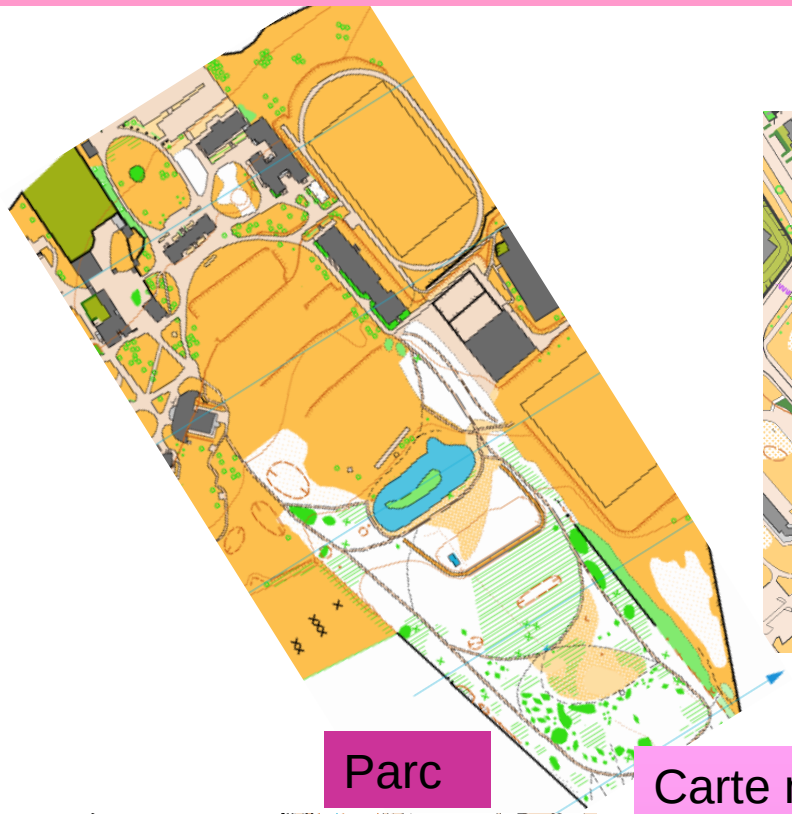


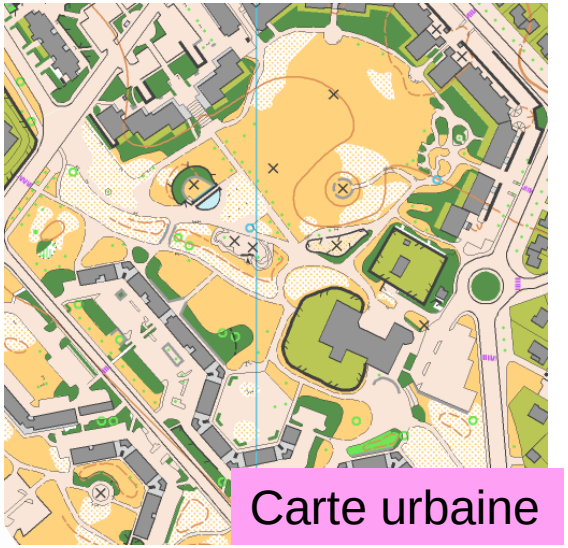
Carte en forêt

Norme ISOM

Chemin en pointillé, échelle plus grande du 7500e au 15000e usuellement du 10000e

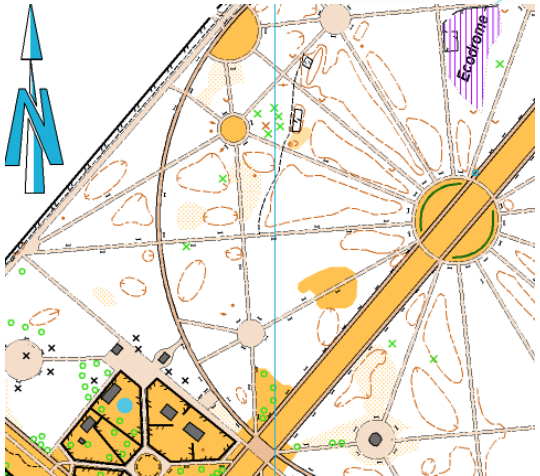
En scolaire du 2000 à 7500e





Carte urbaine

Parc

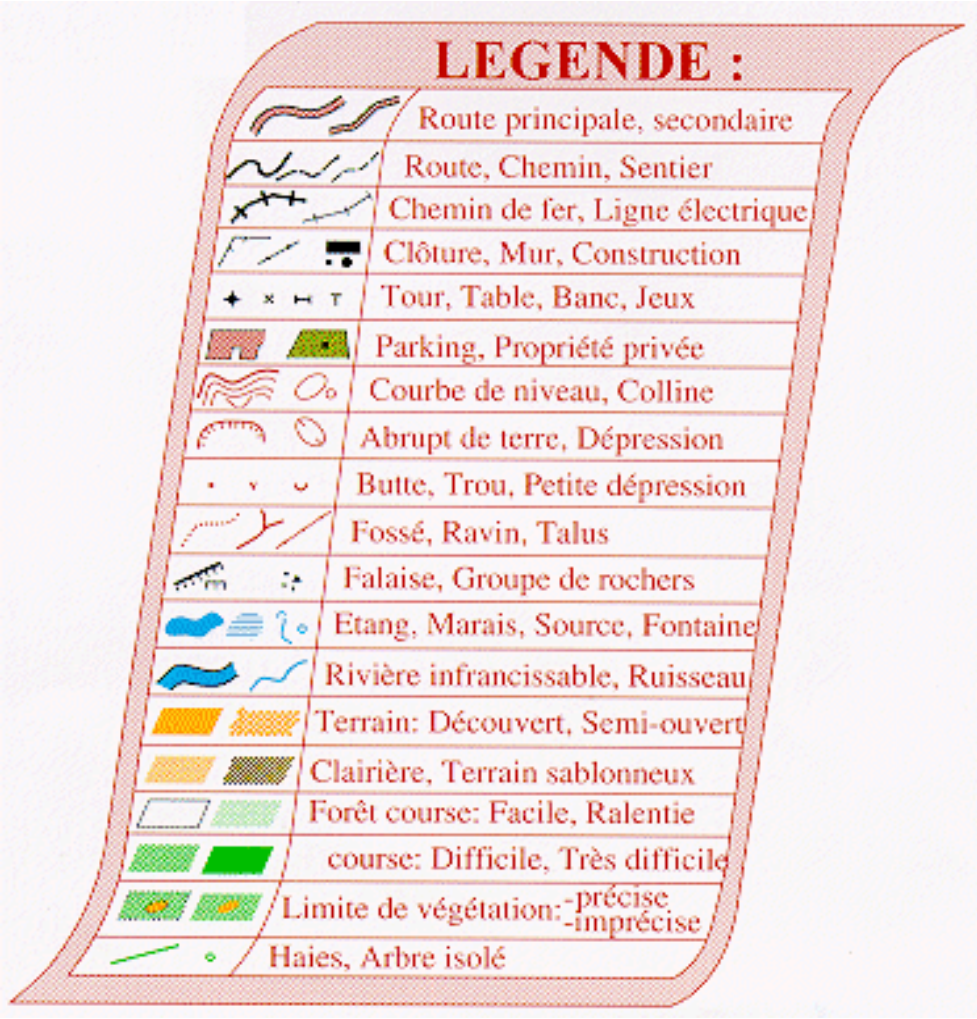


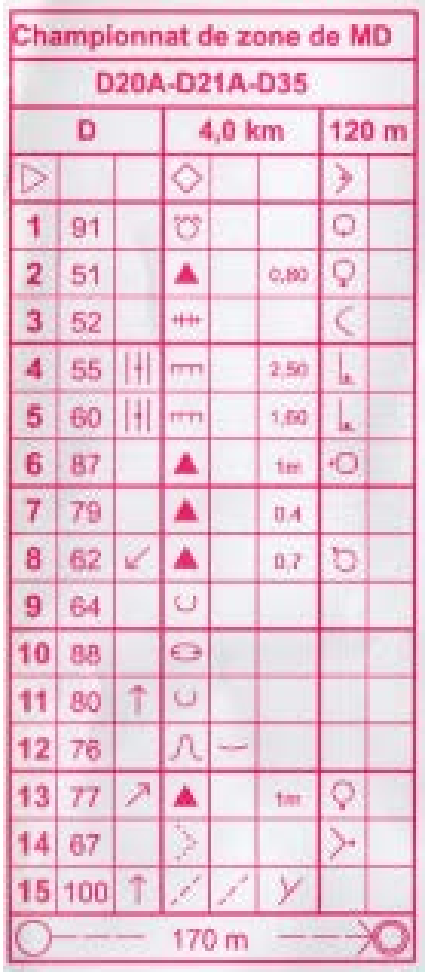
Carte norme ISSOM

Les chemins sont plus épais et pas de la même couleur, pour les parcs les 2 types de légende se mélangent en fonction de l'épaisseur et la carrossabilité du chemin.

Les échelles sont plus petites

Légende / Définitions





Espace

La connaissance de l'activité et des contraintes liées à elle, connaissance de la légende, connaissance du terrain.

Mettre des balises voyantes (couleur, hauteur) placée précisément sur le lieu indiqué sur la carte : l'indice cartographique doit être le même repéré dans la nature, donc il faut s'assurer de son existence réelle sur le terrain (sinon il faut changer de poste).

Exemples de balises :

Réaliser des circuits de petites distances : de 200 à 500 m c'est déjà suffisant au début.
Ne pas dépasser 800 à 1000m : il faut que l'élève revienne.

Travailler sur des zones réduites (1/2 km²)

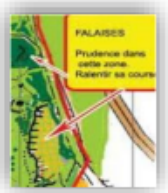
L'échelle de la carte utilisée doit être suffisamment précise pour placer l'élève dans une situation réelle d'orientation.

Sécurité pour les élèves

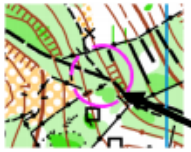
Lors de la 1ère sortie en terrain inconnu, avoir délimité la zone de pratique avec les élèves : repérage sur le terrain avec les élèves.

Donner des cartes claires, non gribouillées.
Vérifier et compléter la carte de CO

Un **seul exercice par carte**, les exercices précédents auront été effacés
Les ronds sur la carte (et non des croix) seront de même taille, suffisamment grand (0.8 cm de diamètre) et feront de l'élément cartographique le point central. Si on fait recopier les circuits par les élèves, s'assurer du centrage de cercles



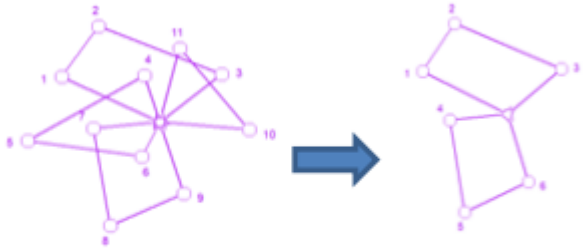
Le trait rouge de limite de périmètre cache la clôture infranchissable



Dans ce cas, le rond a été découpé pour que l'élève puisse lire le croisement du mur avec le chemin avant la balise (point d'appui)

Choix du point de rassemblement

Choisir un point de **rassemblement facilement identifiable** par les élèves



L'enseignant trace croisé

L'élève a une carte avec des parcours distincts.

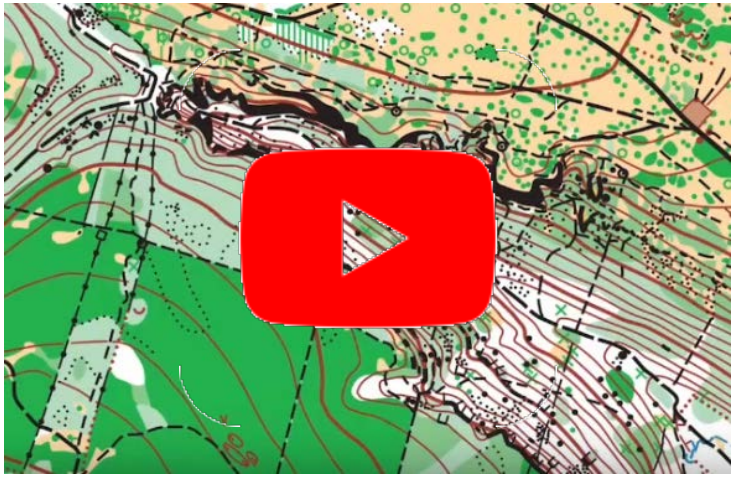
A partir de votre carte, où sont les zones accidentogènes ou zone à risques ?

La préparation de la séance

Connaissance du terrain

Le traçage ne doit pas inciter l'élève à franchir une zone accidentogène: falaise, rivière, zone en travaux dans la cour, route ….

Exemple de traçage avec une falaise



- **Matériel de l'élève :**

Montre ou chronomètre (en mode heure) **obligatoire**

Heure de retour **obligatoire**

Une carte par élève plastifiée ou sous plastique si possible en couleur

Boussole **(obligatoire en forêt)**

Suivre une direction pour revenir au point de rassemblement

Equipement adapté aux conditions de pratique : privilégier les habits longs pour protéger des blessures en cas de chute ou griffures et tiques.

- **Préparation du matériel pour l'enseignant :**

Chronomètre ou tablette

Trousse de secours

Téléphone

Contacts établissement

PAI, Protocoles d'urgence

Balises

Cartes mères

Rubalise

Tableau des départs

Cartons de contrôle

Crayons

Temps

Gestion du temps de la séance :

- Attention à ne pas tracer trop long pour voir ses élèves souvent (10 min sont déjà assez longues pour envisager des exercices)

- Avoir une montre et surveiller l'heure de départ des derniers élèves à partir (ne pas faire partir les élèves en difficulté trop tard).

- Imposer un temps limite de parcours.

Anticiper une grille de départ

Utiliser les dispensés dans sa gestion

Noms	Parcours 1			Parcours 2			Parcours 3		
	◎	Δ	total temps	◎	Δ	total temps	◎	Δ	total temps
Jean									
Pierre									
Marie									

Exemples de tableaux de départ

Prénoms	Défi 1-2		Défi 3-4		Défi 5-6		Défi 7-8		Défi 9-10	
	HD	HA	HD	HA	HD	HA	HD	HA	HD	HA

Prénoms des Binômes	Pose de la balise n°	Exercices	Thèmes	Retour de la balise n°
Arthur / Simon	1			10
Elsa / Léa	2			9

Prénoms	Balises paires		Balises impaires		Tous postes	
	HD	HA	HD	HA	HD	HA

Exemples de cartons de contrôle

Prénom : _____

Heure de départ : _____ Score : ___ / 10

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10

Heure d'arrivée : _____ Temps total : _____

Défis	Prénom de l'adversaire	Sur les balises n°…				Poinçons de contrôle				Place
N°1 2 balises										1er 2ème
N°2 3 balises										1er 2ème
N°3 3 balises Mémo										1er 2ème
N°4 4 balises										1er 2ème

Utilisation du logiciel OCAD Purple pen

Bien connaître le milieu (dangers), les changements de cartographie pour éviter les zones modifiées de la carte !

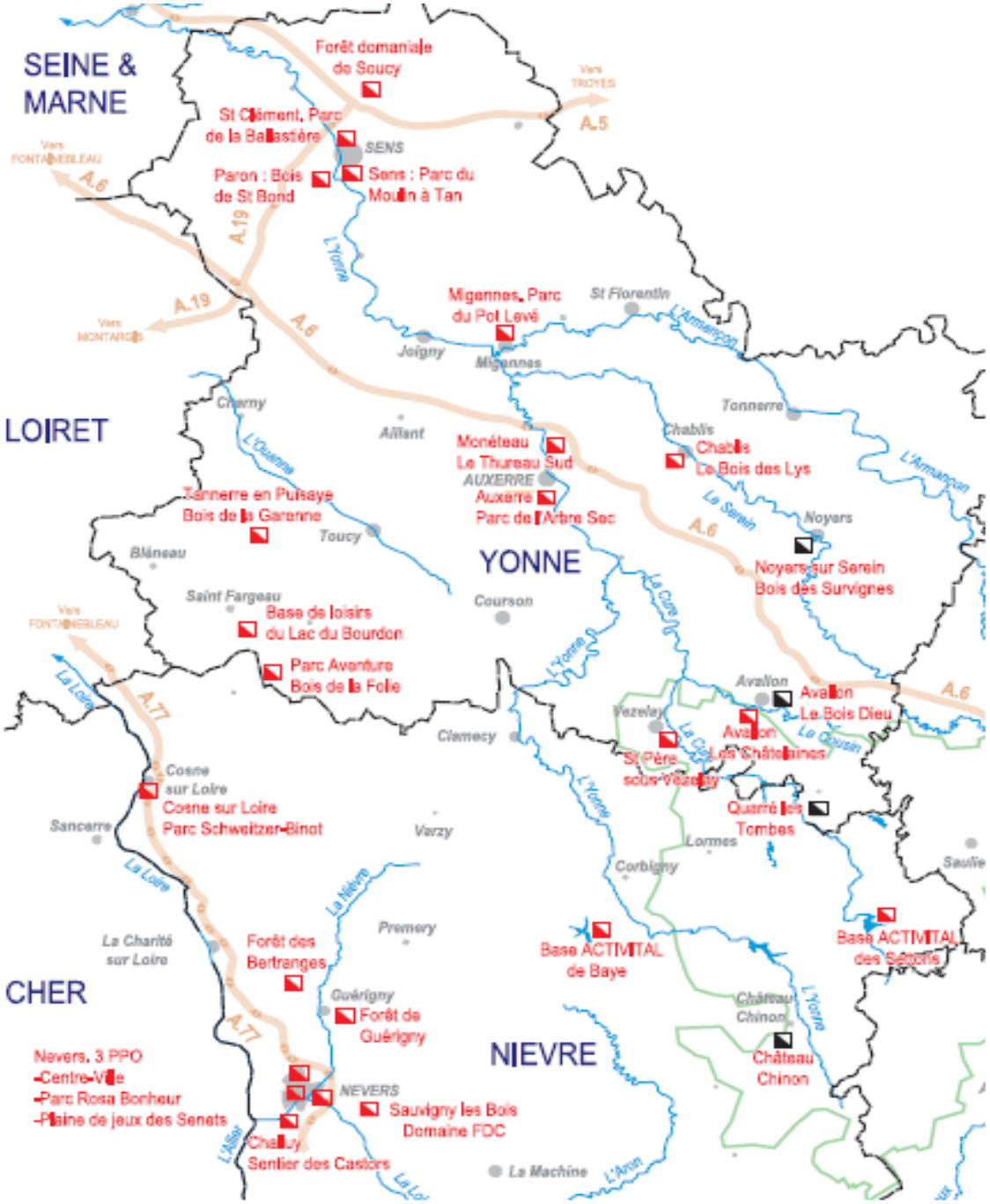
Préparer des séances pour les archiver

Gagner du temps: comment?

Pouvoir disposer d'un parcours permanent, créer ses postes permanents (pose en accord avec les communes qui ont la responsabilité du terrain).

Gérer ses cycles avec plusieurs classes sur des créneaux rapprochés : jours consécutifs, séances consécutives…

Les PPO dans l'Yonne et la Nièvre



Traçage

Collège	Lycée
Le parcours doit être tracé sur un terrain comportant des éléments de planimétrie évidents et reliés entre eux. ***Niv 1:*** *Les postes sont aux changements de direction. Un seul itinéraire possible. Le point d'attaque est confondu avec le poste. Choisir des postes faciles : bâtiment, jonction ou croisement de chemins. Ne pas proposer plus de deux changements de mains courantes durant le circuit.* ***Niv 2:*** *Proposer des changements de mains courantes durant l'itinéraire. Utiliser diverses mains courantes de nature et de difficultés différentes.* *Les postes sont à proximité des mains courantes et du point d'attaque mais parfaitement visibles de celui ci et facile à identifier* *Orientation sommaire facile, en terrain ouvert ou avec une très grande visibilité vers des lignes d'arrêt sûres* Offrir des choix d'itinéraire. 	*Le parcours est tracé sur un terrain plus difficile mais la pénétrabilité doit rester bonne. Le terrain doit être constitué d'un réseau de mains courantes de nature différentes (sentiers, fossés, limite de végétation) et de zones découvertes.* *Les postes deviennent plus difficiles (sommet de colline, entre les collines, rocher évident) mais toujours précédés d'un point d'attaque net.* ***Niv 3****: Les postes sont à proximité des mains courantes différentes de la planimétrie et du point d'attaque mais parfaitement joignable à partir de de celui-ci.* *Orientation sommaire facile, en terrain avec une plus ou moins bonne visibilité vers des lignes d'arrêt sûres* Offrir des choix d'itinéraire. ***Niv 4-5:*** *orientation à partir de la lecture de relief facile. Poste au sommet des collines. Possibilité d'utiliser des lignes de crêtes comme main courante sur très courte distance* Proposer de l'orientation de précision dans l'approche du poste à partir de lignes évidentes, poste encadré de lignes d'arrêt évidentes

Utilisation de la boussole

Doit-on ou pas commencer un cycle avec la boussole ?

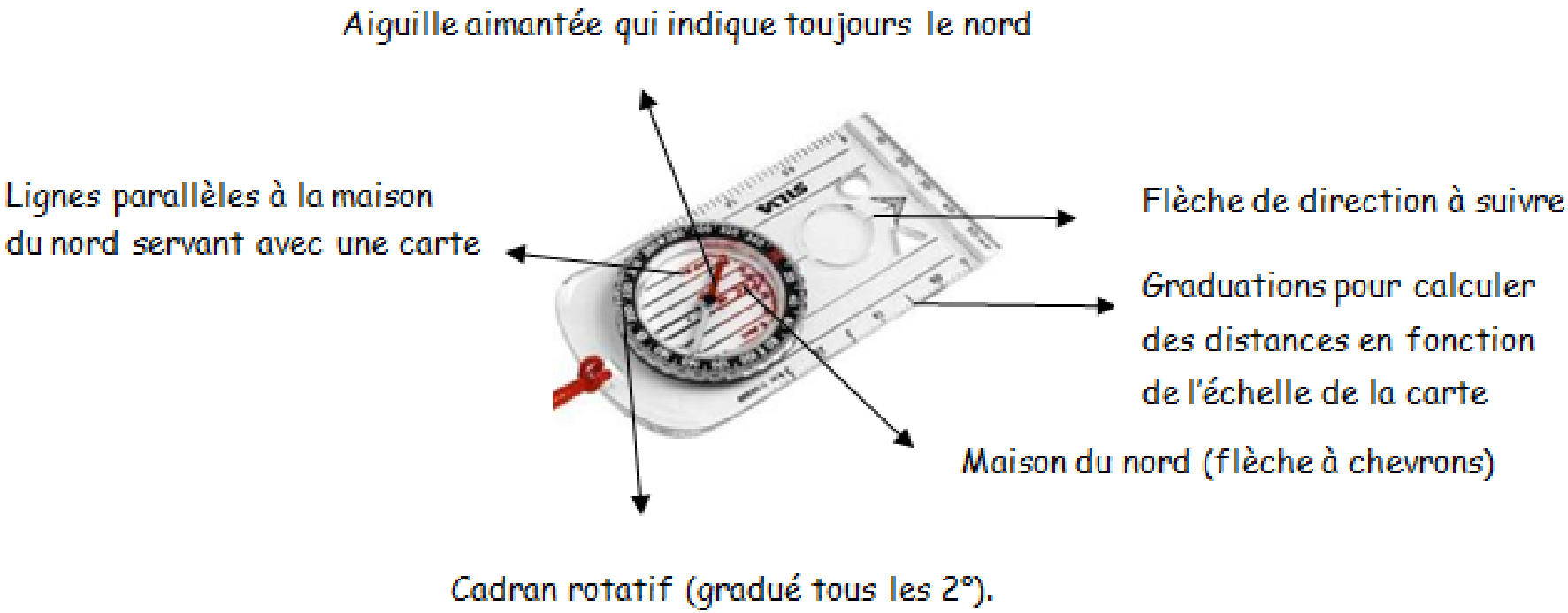
Ebauche de réponse :

La boussole doit avoir fait l'objet d'un travail préliminaire et spécifique facile sur les points cardinaux à situer, sur l'orientation d'un plan simple pour situer où trouver des balises.

La complexité du milieu incite l'utilisation de la boussole par l'élève : forte densité de chemin, apprentissage des sauts, évolution dans un espace essentiellement forestier… de manière à pouvoir en plus des éléments du terrain orienter sa carte et se resituer rapidement.

L'éloignement des lignes d'arrêts claires délimitant la zone de sécurité, **le milieu forestier** imposent la boussole pour que l'élève puisse, sur les consignes de l'enseignant, suivre une direction donnée pour trouver une ligne d'arrêt connue de lui, lui permettant de retrouver le site de départ.

Descriptif d'une boussole



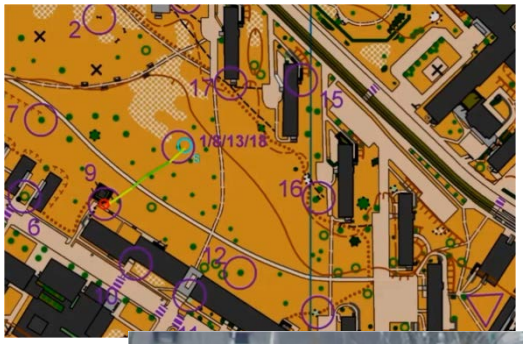
INTERVENIR
Que dit le protocole ?

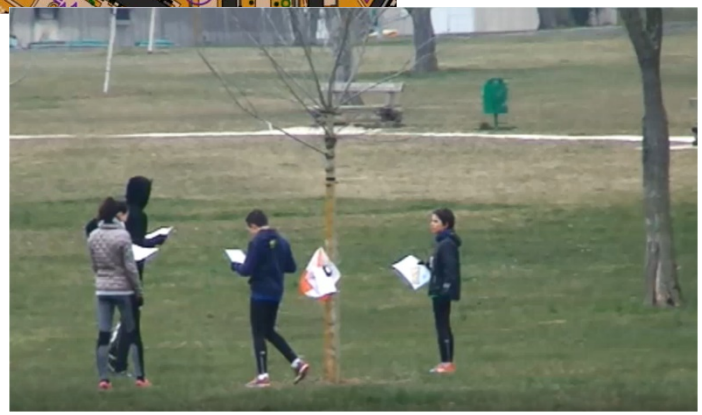
Dix règles pour une leçon de C.O réussie

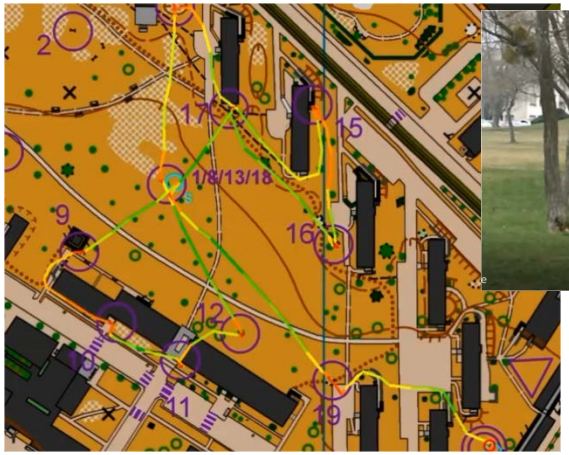
1-Adapter ou renoncer selon la météo

Météo : connaître les prévisions en cas de gros orages, la pluie n'est pas un facteur limitant de l'activité, c'est un facteur limitant de la motivation de l'élève

2- Point de rassemblement connu des élèves = triangle de départ, identifié sur la carte et sur le terrain







3- S’assurer que l’élève a son chronomètre ou sa montre et qu’il sait s’en servir

4-Imposer un temps maximal/circuit

5- S’assurer de la bonne connaissance ou l’accès aux consignes de sécurité (consignes répétées, rappel au dos de la carte, à reporter sur l’espace numérique de travail)

• si je suis perdu : je reviens au dernier point sûr, ou je reste à une balise en attendant qu’un autre élève ou l’enseignant arrive, ou je ne bouge pas, je reste sur un chemin, ou je solliciter l’aide d’un autre élève, ou je me sers de ma boussole pour retrouver la ligne directrice qui ramène au départ…

• si je suis blessé, j’appelle pour faire prévenir l’adulte, je ne bouge pas...

• rappeler tout ce qui concerne la spécificité de votre environnement: je ne traverse pas de route, je ne grimpe pas sur les piles de bois, je ne traverse pas les bâtiments ….

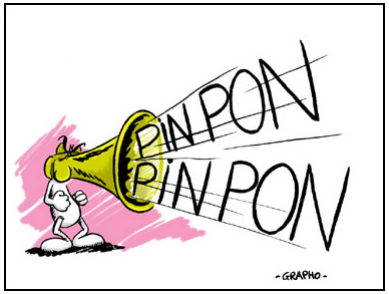
6- S’assurer que l’élève a compris

7- Insister sur la nécessité de ne pas déplacer les balises

8-Tenir ou faire tenir un tableau de départs/arrivées des circuits pour savoir en permanence où sont mes élèves

9-Surveiller le temps

10-Prévoir l’heure de retour du dernier circuit : se donner une marge temporelle en fin de séance



EVALUER
Que dit le protocole ?

Evaluer l'élève

- **Apporter son matériel** (chronomètre, tenue) à chaque séance.
- **Respecter les temps de parcours** imposés et rentrer à l'heure.
- Savoir **remplir correctement** le tableau des départs/arrivées
- Savoir **porter secours** : faire prévenir l'adulte par un autre élève après avoir localiser précisément le lieu du blessé ; rester avec le blessé (éventuellement intervenir PSC1 ou GQS).
- Accepter **d'aider un camarade en difficulté**
- Respecter les consignes liées à l'activité et à l'environnement (domaines 1 et 3) : <u>ne pas déplacer les postes</u>, ne pas sortir des limites.
- Connaitre et appliquer les <u>consignes de réchappe</u> s'il est perdu.
- **Savoir se situer précisément sur une carte**. Cette compétence particulière peut être validée lors d'un exercice de type « vrai-faux manquant » ou « suivi d'itinéraire ».

Lors de l'évaluation en contrainte de temps, les élèves ayant montré leur compétences sécuritaires et spécifiques à l'activité partent en dernier parce que :
- Cela me permet de gagner du temps
- Ils pourront aider si un élève est isolé ou perdu
- Ils pourront rapporter des informations sur la localisation des élèves non revenus.

Evaluer les risques

La sécurité se définit comme ***l'absence de risque inacceptable pouvant objectivement mettre en cause l'intégrité physique des élèves (BO avril 2017)***

AVANT

PENDANT

APRES

METEO

ENVIRONNEMENT

Justesse de la carte

TIQUES

…

Comment évaluez-vous vos élèves ?

EVALUATION COURSE ORIENTATION CYCLE 4

L'évaluation est valable au stade de Saint Apollinaire
Balises avec poinçon
9 balises à 2 points (balises rouges) et 8 à 1 point (balises violettes)

SITUATION DE REFERENCE

- Course au score à réaliser seul dans un milieu partiellement connu ou inconnu
- Temps d'analyse et de projet avant la course : 5'
- Construire un projet de 7 balises minimum
- Les balises de niveau 1 = 1 point et de niveau 2 = 2 points sont de couleur différente sur la carte et rapporte double de points si elles sont prises dans le projet.

Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu

Projet	Points
nb de balises justes	
7 rouges	40
6 rouges 1 violette	35
5 rouges et 2 violettes	34
	30
4 rouges et 3 violettes	28
	26
3 rouges et 4 violettes	23
2 rouges et 5 violettes	20
1 rouge et 6 violettes	18
7 violettes	16
6 balises /7	14
5 balises /7	12
4 balises /7	10
3 balises /7	8
2 balises /7	
1 balises /7	<5
0 balises /7	

Si temps supérieur à 40 min alors compétence non acquise

Concevoir et produire un déplacement dans un milieu inhabituel (D1)

Point	Temps
40	18 min
35	20 min
34	22 min
30	25 min
28	28 min
26	30 min
23	31 min
20	32 min
18	34 min
16	36 min
<14	38 min
	40 min
<10	
	>40min

Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé

Réussir	Temps
	< 25min
	< 30 min
	< 35min
	< 40 min

Exemple d'évaluation par compétences (cycle 4)

Compétences motrices
1) échauffement : je suis capable de réaliser un échauffement complet seul ou en petit groupe
2) Reconnaître et progresser dans l'espace délimité par les « lignes d'arrêt » prédéfinies.
3) Courir sur les lignes directrices simples
4) Mémoriser les éléments marquants (points d'appui) entre deux points de décision, les repérer pendant la course
5) Identifier et associer les éléments simples du terrain avec leur représentation graphique sur la carte, (relation terrain-carte)
6) Orienter la carte à l'aide des éléments situés sur le terrain, la réorienter à chaque changement de direction, se situer sur la carte à chaque
7) Adapter son allure au cours de l'itinéraire
8) Adapter son allure en fonction de son partenaire.

Compétences méthodologiques
1) je connais les 3 temps de l'échauffement (mise en route générale ; partie préparatoire avec étirements et éducatifs ; partie spécifique)
2) Je connais Le vocabulaire spécifique (ligne, point d'appui, point de décision, postes, pince).
3) Je connais La légende simplifiée, les couleurs de cartographie.
4) Je connais les consignes de sécurité, limites d'espace (zone d'évolution, lignes d'arrêt), limites de temps (heure de retour), …
5) Je connais La conduite à tenir en cas d'accident.
6) Renseigner et corriger les cartons de contrôle.
7) Poser et contrôler un poste simple.

Compétences sociales
1) Respecter l'environnement.
2) Respecter son partenaire, être solidaire, prendre des décisions communes
3) Respecter le matériel.
4) Se montrer responsable des tâches simples confiées.
5) Connaître L'Esprit de la CO (respect environnement, pose des postes, …)

Fiche ressources Lycées 2011

CP 2 COURSE D'ORIENTATION		
COMPETENCE ATTENDUE DE NIVEAU 4 :		
Connaissances	**Capacités**	**Attitudes**
Sur l'APSA : • Affinement du vocabulaire relatif : - aux connaissances liées aux outils d'orientation (boussole, légende de la carte, lignes de niveau différentes, courbe de niveau, …). - aux légendes et symboles. • Les principes d'efficacité dans le milieu considéré: - Construction systématique d'un itinéraire (distance à parcourir, lignes directrices et points d'appui, ligne d'arrêt, point d'attaque, définition du poste). - Estimation du temps pour un parcours donné (connaissance de son allure en fonction de la nature du terrain). - Vitesse permettant une conduite lucide de son parcours (vers connaissance de sa propre activité car il n'existe une vitesse universelle mais une vitesse personnelle). - Différentes formes de courses. **Sur sa propre activité :** • Quelques indices pour se situer dans sa pratique - ses points forts et points faibles pour mieux choisir les postes. - Vitesse moyenne sur différents types de relief (notion de réduction kilométrique). - Estimation du temps de course en fonction de la distance à parcourir. **Sur les autres** : - Conditions d'une pratique collective en sécurité - Tactiques différenciées en fonction des ressources des membres de l'équipe (dans la situation d'un travail collectif).	**Savoir faire en action** • Avant le déplacement : concevoir, prévoir, anticiper son itinéraire. - Optimiser le choix des postes en fonction de ses ressources (pour les formes de courses qui le permettent). - Concevoir rapidement son itinéraire à partir des éléments connus. - Construire son itinéraire en alternant des lignes de niveau 1 et 2 pour diminuer la distance de course (saut de lignes). - Se fixer des lignes d'arrêt simples. - Etalonner sa course. • Pendant l'action : conduire, réguler, adapter son déplacement - Soutenir son effort pour mener à terme son projet d'itinéraire en un minimum de temps. - Utiliser la boussole pour définir un azimut, une visée. - Varier ses allures en fonction des prises de décision à effectuer au cours de l'itinéraire (course rapide sur chemin loin du poste, ralentie à l'approche de point de décision, lente à partir du point d'attaque). - Profiter des temps de récupération pour se repérer dans son projet de déplacement. - Affiner sa motricité spécifique - Adopter une attitude de course efficience. • Agir en sécurité - Reconstruire son itinéraire en cas de perte momentanée ou de difficultés à découvrir le poste. **Savoir-faire pour aider aux apprentissages** • En coopération - Argumenter ses choix d'itinéraires avec les autres. • Pour un progrès personnel - Emettre différentes hypothèses relatives à l'échec ou à la réussite. - Optimiser le choix des postes en nombre et en qualité en fonction de ses ressources (et celles de ses partenaires). - Mémoriser une suite simple de points d'appui sur un parcours court.	**En direction de soi (d'ordre émotionnel, moteur, matériel, organisationnel):** • S'investir de façon soutenue. • Accepter l'intermittence des efforts. • Chercher à garder une allure optimale même après une erreur d'itinéraire. • Etre à l'écoute des repères construits pour réguler son allure. • Savoir renoncer à la recherche d'un poste pour optimiser le retour dans le temps prévu. **En direction d'autrui (communication, sécurité):** • Accepter de recevoir les conseils d'un camarade. • Assurer le rôle de guide ou tuteur pour aider à l'apprentissage de ses camarades. **En direction du milieu** • Adopter et encourager à faire respecter une attitude de respect et de bienveillance face à l'environnement d'évolution.

BO n°25 du 21 juin 2018 (G & T, épreuves en CCF)

Compétence attendue	Principes d'élaboration de l'épreuve
Niveau 4 : Prévoir son itinéraire, conduire et adapter son déplacement en milieu boisé et partiellement connu, en utilisant des lignes de niveau 1 et 2 (sentier, fossé, etc.) en gérant ses ressources pour réaliser la meilleure performance, dans le respect des règles de sécurité.	Le candidat doit réaliser un parcours de son choix, composé de 8 postes minimum pour les garçons et 7 pour les filles, dans un temps limité de 30 ou 35 minutes, selon la difficulté du terrain : prévoir une superficie du réseau d'environ 1 km², pour un circuit d'environ 2,5 km. 16 à 24 postes (balises ou piquets permanents avec pinces) sont placés sur des éléments caractéristiques et dans un milieu boisé ou semi boisé partiellement connu. De 10 à 14 balises sont de niveau 2 et de 6 à 10 balises de niveau 3. La validation d'un poste de niveau 2 rapporte 2 points, celle de niveau 3 rapporte 3 points dans le barème ci-dessous. Le jour de l'épreuve, l'emplacement des postes et, si possible, la zone d'évolution sont différents de ceux utilisés pendant la période de formation. Le code d'identification de la balise ou du piquet est identique à celui du poste précisé sur la carte mère. Pendant 5 minutes le candidat devra choisir son contrat de 7 ou 8 postes en fonction du niveau qu'il veut atteindre. À l'issue de ces 5 minutes, l'enseignant valide le choix du coureur. Lors de sa course, le candidat pourra poinçonner des postes supplémentaires en dehors de ceux choisis au départ. Au retour, toutes les données sont vérifiées à l'aide d'un carton de contrôle comportant les numéros de tous les postes poinçonnés. Le candidat peut contrôler la durée de son déplacement à l'aide d'un chronomètre ou d'une montre. Pour un dépassement de temps au-delà de 10 minutes, la note d'efficacité du déplacement sera obligatoirement inférieure à la moitié des points correspondant au nombre de balises trouvées.

Points à affecter	Éléments à évaluer		Niveau 4 non acquis				Degrés d'acquisition du niveau 4									
10/20	**Efficacité du déplace-ment** (nombre de balises de niv. 2 à 2pts) + (nombre de balise de niv.3 à 3 points)	**Garçons**	**0**	**2 à 4**	**5 à 7**	**8 à 11**	**12 à 15**	**16, 17**	**18, 19**	**20, 21**	**22, 23**	**24, 25**	**26,27 28**	**29,30 31**	**32,33 34**	**35 ou +**
		Filles	**0**	**2**	**3 à 5**	**6 à 8**	**9 à 13**	**14**	**15, 16**	**17, 18**	**19, 20**	**21, 22**	**23, 24**	**25, 26**	**27, 28**	**29 ou +**
		Points	0 pt	1 pt	2 pts	3 pts	4 pts	5 pts	5,5 pts	6 pts	6,5 pts	7 pts	7,5 pts	8 pts	9 pts	10 pts

04/20	Gestion du temps	Retard de 4 à 10'	Retard de 3' à 3'59''	Retard de 2' à 2'59''	Retard de 0 à 1'59''	Retour dans le temps imparti (avec au moins une balise trouvée)									
		0 pts	1 pts	1,5 pts	2 pts	4 pts									
06/20	Antici-pation du parcours et prise de risque	Nombre de postes validés sur les 8 prévus (contrat)						Le contrat est validé. Nombre de postes de niv.3 dans le contrat							
		1	2	3	4	5	6	7	0	1	2	3	4	5	6 et plus
		0 pt	0 pt	0,5 pt	1 pt	1,5 pts	2 pts	2,5 pts	3 pts	3,5 pts	4 pts	4,5 pts	5 pts	5,5 pts	6 pts

Exemples de calcul :

L'élève A (garçon) rentre à l'heure et valide 2 balises de niv 3 et 4 balises de niveau 2. Ces balises font partie de son contrat. Il obtient : 4 points + 4 points + 2 points = 10/20

L'élève B (garçon) rentre 2' en retard et poinçonne les 8 balises prévues dont 3 de niveau 3, plus 2 supplémentaires. Au total, il valide 6 balises de niveau 2 et 4 balises de niveau 3. Il obtient : 7 points + 2 points + 4,5 points =13,5/20

Commentaires :

Des adaptations de temps de course à hauteur de 10 % peuvent s'appliquer lors de mauvaises conditions météo (terrain gras, pluie, froid, vent fort, etc.)

Les balises de niveau 1 se situent sur des éléments caractéristiques le long de lignes directrices (chemin, sentier, clôture, limite de végétation précise).

Les balises de niveau 2 nécessitent d'identifier un point d'attaque sur des lignes directrices de niveau 1 (route, chemin, sentier, grillage, etc.) pour leur recherche mais restent proches de ces lignes .

Les balises de niveau 3 sont éloignées des lignes directrices ou de lignes d'arrêt possibles et nécessitent une lecture fine de la carte.

Les contraintes de sécurité nécessitent de choisir des dispositifs particuliers notamment dans les domaines suivants : conception du dispositif (départ et arrivée le plus au centre, favoriser les passages proches de la zone centrale, limiter l'espace d'évolution, avoir des lignes d'arrêt visibles par les élèves, etc.).

BO n°9 du 1er mars 2018 (CAP-BEP)

Course d'orientation CAP BEP

Compétences attendues	Principes d'élaboration de l'épreuve.
Niveau 3 : Prévoir et conduire son déplacement en utilisant principalement des lignes de niveau 1 (chemin, route ...) pour s'engager dans une épreuve de course d'orientation en milieu connu dans le respect des règles de sécurité.	Le coureur doit réaliser, seul ou en binôme, un parcours de son choix, composé de 8 postes, dans un temps limité de 30 ou 35 minutes, selon la difficulté du terrain : prévoir une superficie du réseau d'environ 1 km², pour un circuit d'environ 2,5 km. 24 postes (balises ou piquets permanents avec pinces) sont placés sur des éléments caractéristiques et dans un milieu boisé ou semi boisé connu. 14 balises sont de niveau 1 et 10 balises de niveau 2. Le code d'identification, de la balise ou du piquet, est identique à celui du poste précisé sur la carte mère. Pendant 5 minutes le candidat devra choisir 8 postes en fonction du niveau qu'il veut atteindre. Toutes les données sont vérifiées à l'aide d'un carton de contrôle comportant les numéros de tous les postes à poinçonner. Le candidat peut contrôler la durée de son déplacement à l'aide d'un chronomètre ou d'une montre.

Points à affecter	Éléments à évaluer	Compétence de niveau 3 en cours d'acquisition de 0 à 9 pts		Compétence de niveau 3 acquise de 10 à 20 pts.			
10 points	Conduite d'un itinéraire et de la lecture de la carte	**0 poste trouvé.**	**1 à 2 postes trouvés**	**3 à 4 postes trouvés**	**5 à 6 postes trouvés**	**7 postes trouvés**	**8 postes trouvés**
		0 point	1 point	2 points	3 points	5 points	6 points
		+ 0,5 pt par poste de niveau 2 trouvé.					
6 points	Évaluation de la vitesse de course	**Temps + 6 min**	**Temps + 3 min**	**Respect du temps T**	**Temps -3 min et 8 postes trouvés**	**Temps -6 min et 8 postes trouvés**	**Temps -8 min et 8 postes trouvés**
		0 point	1 point	2 points	3 points	5 points	6 points
		Temps + 10 minutes = l'élève est disqualifié.					
2 points	Renseignement du carton de contrôle	Le candidat a noté l'heure de départ et l'heure d'arrivée et a poinçonné les postes trouvés.		Le candidat a noté l'heure de départ et l'heure d'arrivée, a poinçonné les postes trouvés, et les a définis par écrit.		Le candidat a noté l'heure de départ et l'heure d'arrivée, a poinçonné les postes trouvés, et les a définis par symboles IOF.	
		1 point		**1,5 point**		**2 points**	
2 points	Analyse de son parcours	Le candidat retrace son parcours avec hésitation et une description très approximative.		Le candidat retrace son parcours avec méthode.		Le candidat retrace son parcours avec précision et indique sur au moins 2 choix d'itinéraire, ses points d'attaque, point (s) de passage et ses lignes d'arrêt.	
		1 point		**1,5 point**		**2 points**	

Commentaires : Dans le cadre du contrôle en cours de formation, la course est individuelle ou en binôme.
Les contraintes de sécurité nécessitent de choisir des dispositifs particuliers notamment dans les domaines suivants :
- conception du dispositif (départ et arrivée le plus au centre, favoriser les passages proches de la zone centrale, limiter l'espace d'évolution, avoir des lignes d'arrêt visibles par les élèves, etc.)
- mise en place de commissaires adultes ou élèves (organisation éventuelle de l'épreuve en 2 séquences ou 2 séances successives, etc.)
- il est possible d'introduire d'autres postes sans valeur, donc non pris en compte, pour augmenter l'incertitude, l'activité de recherche personnelle et la présence d'un plus grand nombre d'élèves sur le parcours.
- des adaptations des temps de course à hauteur de 10 % peuvent s'appliquer lors de mauvaises conditions météo (terrain gras, pluie, froid, vent fort, etc.)
- les balises de niveau 1 se situent sur des éléments caractéristiques le long de lignes directrices (chemin, sentier, clôture, limite de végétation précise).
- les balises de niveau 2 nécessitent d'identifier un point d'attaque sur des lignes directrices de niveau 1 (route, chemin, sentier, grillage, etc.) pour leur recherche.

Les symboles IOF (international orientering fédération) caractérisent l'élément caractéristique du poste et sa position par rapport à celui-ci.

BO n°9 du 1er mars 2018 (BAC pro)

Course d'orientation Bac pro

Compétences attendues	Principes d'élaboration de l'épreuve.
Niveau 4 : Construire son itinéraire, adapter son déplacement en utilisant des lignes de niveau 1 et 2 (sentier, fossé ...) et gérer ses ressources pour réaliser la meilleure performance en milieu boisé et partiellement connu, dans le respect des règles de sécurité.	Le coureur doit réaliser, seul ou en binôme, un parcours de son choix, composé de 8 postes, dans un temps limité de 30 ou 35 minutes, selon la difficulté du terrain : prévoir une superficie du réseau d'environ 1 km², pour un circuit d'environ 2,5 km. 24 postes (balises ou piquets permanents avec pinces) sont placés sur des éléments caractéristiques et dans un milieu boisé ou semi boisé partiellement connu. 14 balises sont de niveau 2 et 10 balises de niveau 3. Le code d'identification, de la balise ou du piquet, est identique à celui du poste précisé sur la carte mère. Pendant 5 minutes le candidat devra choisir 8 postes en fonction du niveau qu'il veut atteindre. Toutes les données sont vérifiées à l'aide d'un carton de contrôle comportant les numéros de tous les postes à poinçonner. Le candidat peut contrôler la durée de son déplacement à l'aide d'un chronomètre ou d'une montre.

Points à affecter	Éléments à évaluer	Compétence de niveau 4 en cours d'acquisition de 0 à 9pts		Compétence de niveau 4 acquise de 10 à 20 pts			
10 Points	Conduite d'un itinéraire et de la lecture de la carte	**0 poste trouvé.**	**1 à 2 postes trouvés**	**3 à 4 postes trouvés**	**5 à 6 postes trouvés**	**7 postes trouvés**	**8 postes trouvés**
		0 point	1 point	2 points	3 points	5 points	6 points
		+ 0,5 pt par poste de niveau 3 trouvé.					
6 Points	Évaluation de la vitesse de course	**Temps + 6 min**	**Temps + 3 min**	**Respect du temps T**	**Temps -3 min et 8 postes trouvés**	**Temps -6 min et 8 postes trouvés**	**Temps -8 min et 8 postes trouvés**
		0 point	1 point	2 points	3 points	5 points	6 points
		Temps + 10 minutes = l'élève est disqualifié.					
2 Points	Renseignement du carton de contrôle	Le candidat a noté l'heure de départ et l'heure d'arrivée et a poinçonné les postes trouvés.		Le candidat a noté l'heure de départ et l'heure d'arrivée, a poinçonné les postes trouvés, et les a définis par écrit.		Le candidat a noté l'heure de départ et l'heure d'arrivée, a poinçonné les postes trouvés, et les a définis par symboles IOF.	
		1 point		**1,5 point**		**2 points**	
2 Points	Analyse de son parcours	Le candidat retrace son parcours avec hésitation et une description très approximative.		Le candidat retrace son parcours avec méthode.		Le candidat retrace son parcours avec précision et indique sur au moins 2 choix d'itinéraire, ses points d'attaque, point (s) de passage et ses lignes d'arrêt.	
		1 point		**1,5 point**		**2 points**	

Commentaires : Dans le cadre du contrôle en cours de formation, la course est individuelle ou en binôme.
Les contraintes de sécurité nécessitent de choisir des dispositifs particuliers notamment dans les domaines suivants :
- conception du dispositif (départ et arrivée le plus au centre, favoriser les passages proches de la zone centrale, limiter l'espace d'évolution, avoir des lignes d'arrêt visibles par les élèves,...etc.)
- Mise en place de commissaires adultes ou élèves (organisation éventuelle de l'épreuve en 2 séquences ou 2 séances successives,...etc.)
- Il est possible d'introduire d'autres postes sans valeur, donc non pris en compte, pour augmenter l'incertitude, l'activité de recherche personnelle et la présence d'un plus grand nombre d'élèves sur le parcours.
- Des adaptations des temps de course à hauteur de 10 % peuvent s'appliquer lors de mauvaises conditions météo (terrain gras, pluie, froid, vent fort, etc.)
- Les balises de niveau 1 se situent sur des éléments caractéristiques le long de lignes directrices (chemin, sentier, clôture, limite de végétation précise).
- Les balises de niveau 2 nécessitent d'identifier un point d'attaque sur des lignes directrices de niveau 1 (route, chemin, sentier, grillage, etc.) pour leur recherche.

Les symboles IOF (international orientering fédération) caractérisent l'élément caractéristique du poste et sa position par rapport à celui-ci.

REAGIR

Une organisation propre à chaque cadre de pratique

On conseille aux équipes EPS **d'envisager leur propre organisation interne** selon :
- le milieu de pratique (forêt ou parc ou stade…)
- la distance et les contraintes pour se rendre au lieu de pratique (déplacement à pied ou en bus)

pour **pouvoir rentrer avec sa classe complète quelle que soit l'heure si l'enseignant** a à faire face à un « imprévu anticipé » :

1. **un élève qui ne revient pas à l'heure en fin de cours :**

- Toujours laisser quelqu'un au point de rassemblement (élève ou enseignant)
- Organiser les recherches : par petits groupes avec une heure limite de retour
- Prévenir l'établissement de l'imprévu et du retard pour agir selon l'organisation interne
- Demander à ce qu'une personne vienne chercher la classe
- Alerter la gendarmerie le cas échéant.

2. **un élève blessé :**

- Protéger, alerter, secourir (cf ressources : ***Maif- formation PSC1***)
- Prévenir ou faire prévenir l'enseignant
- Aller auprès de l'élève à condition de laisser un élève au point de rassemblement.
- Selon la blessure ramener ou appeler les secours (protocole d'urgence de l'établissement)
- Connaissance des PAI et protocoles d'urgence de la classe

3. **pas de couverture téléphonique dans le secteur ou irrégulière :**

- Envisager l'encadrement avec un 2e adulte
- S'équiper de talkie-walkie
- Avertir le chef d'établissement et la vie scolaire avant de partir de l'heure et du lieu de pratique dans le cas où la classe ne rentrerait pas à l'heure, pour que la mise en place du protocole interne s'opère.

BILAN

Que dit le protocole?

1. Connaissance et reconnaissance du lieu de pratique
2. Préparation et vérification minutieuse du matériel (élève et enseignant)
3. Des situations pensées et organisées rigoureusement
4. Communication claire des consignes de sécurité à chaque séance
5. Faire en sorte de voir ses élèves le plus souvent possible
6. Anticiper les imprévus (retours en retard, blessures…)
7. Adapter ou renoncer selon la météo
8. Zone d'évolution clairement identifiée
9. Contrôler son effectif, faire l'appel, au cours et à la fin de la séance
10. Gestion, anticipation, adaptation des temps de travail de l'élève

Se créer son propre protocole interne

Anticiper

autorisations, déplacements, connaissances lieu de pratique, carte.

Intervenir

Matériel …

Evaluer

Projet EPS

Réagir

Lister les impératifs…

« Tracer un parcours, c'est penser un itinéraire ».
Le traçage est donc, en partie, une mise en situation d'apprentissage indissociable, nécessaire aux acquisitions techniques et savoir faire de l'orienteur.

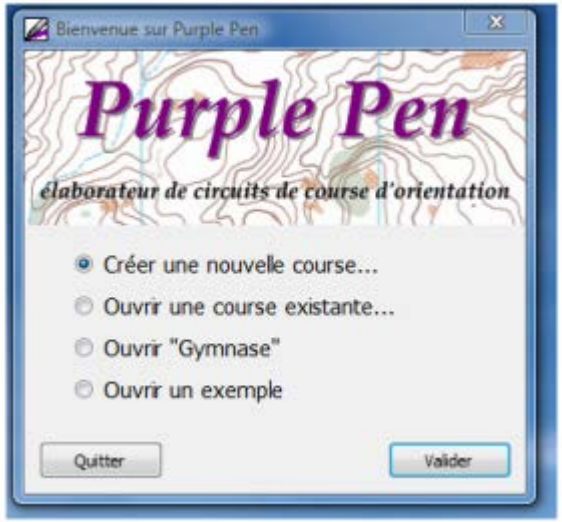
Fin de collège:
Poste proche de lignes de nature différente, conduite d'itinéraire sur des lignes directrices avec changement de lignes ou saut de lignes possibles sur de très courte distance (max 200m)

Fin de lycée:
Itinéraire conduit autour de lignes de nature différentes dont les lignes de relief. Les postes sont placés sur des éléments de nature différentes en dehors des lignes nécessitant parfois une visée précise, à l'aide d'une boussole.

L'objectif final est de développer des compétences progressives et d'acquérir des connaissances que le pratiquant devra ensuite valider par la réussite aux évaluations successives et faire preuve de savoir, savoir faire, pour agir et réagir dans sa vie future.

Perspectives

1. FORMATION UNSS : Traçage avec Ocad + les règles du traçage



2. Maladie de Lyme

3. L'Evaluation des stages en ligne

EVASEL (évaluation des stages en ligne) est une application d'évaluation des formations réalisées dans le cadre du plan académique de formation des personnels. Vous trouverez dans ce lien des tutoriels pour faciliter l'utilisation de cette application, en tant que stagiaire ou en tant que formateur : http://paf.ac-dijon.fr/spip.php?article97#97 .

Cette évaluation doit obligatoirement être réalisée par le formateur.
Cette évaluation est strictement anonyme, l'objectif est de permettre aux formateurs et au service de formation de disposer d'éléments d'appréciation de la part des participants.
Ainsi, les contenus et modalités des formations futures pourront être adaptés afin de répondre au mieux aux attentes exprimées.

Il est conseillé aux formateurs de compléter cette évaluation en ligne par « la fiche bilan stagiaire » (Fiche annexe N°6) plus ciblée sur les contenus disciplinaires et spécifiques à la formation ; elle est distribuée et récupérée par le formateur (en fin de stage ou différée en ligne).

Documentation

Base fédérale

l’ABC de l’orientation

Travail d’analyse préparation CAPEPS, académie de Bordeaux

Documents sécurité UNSS Dijon 2005

BO 2016 réforme du collège

BO 2018 référentiel BAC en CCF / évaluation BAC pro-CAP-BEP

CANOPÉ