

# Protocole de sécurité en Vélo Tout Terrain pour l'EPS





L'enseignement et la pratique volontaire des activités physiques de pleine nature (APPN) s'inscrivent pleinement dans le parcours de formation d'un élève et l'axe 1 du projet académique « Apprendre et réussir ».

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.

Par ailleurs, elles renforcent la solidarité et la coopération entre élèves. En vivant des situations éloignées du quotidien, les élèves apprennent à observer, écouter, prendre conscience de leurs limites et ainsi mieux les repousser sans jamais les dépasser.

Je souhaite que ce protocole de sécurité, élaboré par les équipes académiques, vous permette de vous saisir pleinement des recommandations nationales et académiques dans l'intérêt de la sécurité de tous les élèves participants à ces activités.

Frédérique ALEXANDRE-BAILLY  
Rectrice de l'académie de Dijon,  
Chancelière des universités

Juin 2019

Ce protocole de sécurité en Vélo Tout Terrain (VTT) pour l'EPS met en exergue des préconisations pour les enseignements obligatoires, facultatifs ou de complément, des sections sportives scolaires, des associations sportives et des séjours scolaires.

En lien avec le projet académique, « Dijon, académie apprenante », le document est le fruit de la collaboration et de la mutualisation des compétences de nombreux professeurs d'éducation physique et sportive. Le travail de rédaction a été piloté par F.RATTON, avec l'aide de O.DECONINCK, JM.GRIFFON, P.PERROT, et P.VALADE. Lors de stages de formation prévus au plan académique, un projet de protocole a été présenté, discuté et amélioré. La qualité du document final doit être soulignée.

La programmation des activités physiques de pleine nature dont le VTT est incontournable pour l'éducation de la jeunesse. Les IA-IPR EPS savent pouvoir compter sur la professionnalité des enseignants d'EPS de l'académie pour organiser et mettre en œuvre des séquences pédagogiques dans l'intérêt des élèves. Nombreux sont ceux qui conçoivent et mettent en œuvre leur enseignement de façon à favoriser l'autonomie et la responsabilisation des élèves, la communication et l'entraide, l'engagement lucide et raisonné dans l'activité.

Laetitia IMBERT et Julien METZLER  
IA-IPR EPS – Dijon

# SOMMAIRE

## 1. RAPPELS

page 5

## 2. INTERVENIR - ENSEIGNER

page 6

### 2.1 ANTICIPER – PREPARER SON ENSEIGNEMENT

Les éléments de sécurité passive à prévoir et à contrôler :

- ❖ Le VTT
- ❖ L'équipement du pilote
- ❖ L'équipement de l'enseignant
- ❖ Le niveau des élèves
- ❖ La météo
- ❖ Le site et/ou l'itinéraire : Critère de choix
- ❖ Qui informer ?

### 2.2 ENSEIGNER

- ❖ Lors de la prise en main
- ❖ En situation : les contextes d'enseignement

### 2.3 CONSTRUIRE LES COMPETENCES DE L'ELEVE

## 3. EVALUER – VALIDER DES COMPETENCES DE SECURITE

page 13

## 4. REAGIR EN CAS D'ACCIDENT

page 14

## 5. RESSOURCES

page 15

## 6. EN RESUME

page 16

# 1. RAPPELS

La sécurité se définit comme « l'absence de risque inacceptable pouvant objectivement remettre en cause l'intégrité physique des élèves ». En complément de la note de service n° 94-116 du 9 mars 1994 et de la circulaire n° 2004-138 du 13 juillet 2004, la circulaire n° 2017-075 du 19-4-2017 sur l'exigence de la sécurité dans les activités de pleine nature (APPN) dans le second degré sert de cadrage national donnant lieu à des recommandations académiques.

**Pour ce qui concerne les taux d'encadrement de l'activité VTT en milieu scolaire, la réglementation diffère selon le niveau de scolarité.**

**Pour le primaire (écoles maternelle et élémentaire) :**

Selon la circulaire n°99-136 du 21 septembre 1999 relative à l'organisation des sorties scolaires dans les écoles maternelles et élémentaires, les activités de cyclisme et cyclotourisme nécessitent un encadrement renforcé. Le taux minimum d'encadrement renforcé pour l'enseignement du VTT et du cyclisme sur route en éducation physique et sportive pratiqué pendant les sorties régulières, occasionnelles avec ou sans nuitée est :

| École maternelle, classe maternelle ou classe élémentaire avec section infantile                                       | École élémentaire   |
|--|---|
| Jusqu'à 12 élèves, le maître de la classe plus un intervenant, qualifié ou bénévole, agréé ou un autre enseignant.     | Jusqu'à 24 élèves, le maître de la classe plus un intervenant, qualifié ou bénévole, agréé ou un autre enseignant.      |
| Au-delà de 12 élèves, un intervenant, qualifié ou bénévole, agréé ou un autre enseignant supplémentaire pour 6 élèves. | Au-delà de 24 élèves, un intervenant, qualifié ou bénévole, agréé ou un autre enseignant supplémentaire pour 12 élèves. |

**Pour le secondaire (collège et lycée) :**

Il n'existe pas de texte cadre relatif au taux d'encadrement des sports de nature. Les équipes pédagogiques doivent retenir les éléments suivants.

**L'enseignant d'Education Physique et Sportive peut encadrer seul sa classe ou son groupe quel que soit l'âge des élèves.**

**Dans de nombreuses situations, il convient toutefois de mettre en œuvre un encadrement renforcé avec des effectifs d'élèves réduits et adaptés.**

L'enseignement dispensé doit à la fois prendre en compte les éléments actifs et passifs nécessaires pour assurer une sécurité optimale mais aussi permettre des transformations pour rendre l'élève acteur de sa sécurité.

Chaque enseignant doit savoir estimer son degré de compétence et ne pas hésiter à solliciter des collègues plus experts pour être guidé, voire être accompagné sur certains cours ou à l'association sportive.

Une formation professionnelle est nécessaire afin d'actualiser régulièrement ses connaissances et compétences. Celle-ci passe par l'appropriation et la mise en œuvre des repères qui sont proposés dans ce document et la participation régulière aux stages proposés au plan académique de formation.

## 2. INTERVENIR - ENSEIGNER

### 2.1 ANTICIPER – PREPARER SON ENSEIGNEMENT

#### Eléments de sécurité passive à prévoir et à contrôler :

##### ❖ Le VTT

- Le choix du matériel (VTT) doit être adapté au milieu et aux caractéristiques des élèves (correspondance entre la taille de l'élève et la taille du VTT - format des roues...).

- Le VTT doit être en bon état de fonctionnement.



**Que le VTT appartienne à l'élève ou à l'établissement, celui-ci doit être contrôlé régulièrement par l'enseignant.**

- Les différents points de vérification à faire avant chaque sortie :



**Contrôle du serrage des roues AV et AR**



**Contrôle du jeu de direction**



**Contrôle de la pression des pneus :  
entre 1 et 2 bars**



**Embouts de cintre bouchés**



**Contrôle des freins**



**Contrôle des vitesses**

## ❖ L'équipement du pilote



**Casque  
(Norme CE)**  
Obligatoirement  
attaché et ajusté



**Paire de gants**  
(longs recommandés)



**Equipements adaptés**  
à la pratique et aux  
conditions de pratique

- Si les casques appartiennent à l'établissement scolaire, il faut alors mettre en place un cahier d'entretien E.P.I.

- Si les casques appartiennent aux élèves, ceux-ci devront être contrôlés par l'enseignant régulièrement.

**Pour la pratique du SLALOM-VITESSE, une tenue couvrant les bras et les jambes ainsi que des gants longs sont fortement conseillés. (Cela devient obligatoire pour une compétition UNSS.)**

## ❖ L'équipement de l'enseignant



### Trousse réparation

- Multi-outils
- Dérive chaîne
- 2 démonte-pneus
- 2 chambres à air (Attention aux différentes dimensions)
- 1 boîte de réparation (colle, rustines)
- 1 pompe avec 2 embouts différents (grosse valve et petite valve)
- 1 maillon attache rapide
- Collier Rilsan.



### Trousse de secours

- Couverture de survie
- Compresses Pansements
- Sparadrap
- Bandes Elastoplaste (bande de 8mm)
- Kit garrot ou Pansements
- Compressifs
- Ciseaux
- Pince à épiler
- Tire-tique
- Désinfectant
- Gants de chirurgien



### Moyen de communication

**- 1 téléphone portable chargé** pour appeler les secours et l'établissement

- L'utilisation de Talkie-Walkie peut permettre de communiquer au sein du groupe

## ❖ Le niveau des élèves

Il est nécessaire de valider le niveau de ses élèves et leurs capacités avant de partir en déplacement ou en randonnée

- ⇒ Evaluation diagnostique à l'aide d'ateliers de difficultés variées et évolutives
- ⇒ Formes de groupement adaptées en nombre d'élèves et permettant une gestion de l'hétérogénéité

## ❖ La météo

- Les jours avant la sortie

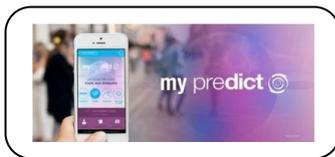


Se renseigner de la météo sur le futur lieu de pratique

- Le jour de la sortie



S'informer sur la météo à venir et en temps réel.



**En cas d'alerte orange ou rouge toutes les sorties sont interdites**

## ❖ Le site et/ou l'itinéraire : critères de choix

- Le choix du site correspondant aux objectifs d'apprentissage et niveau des élèves



Reconnaissance et connaissance des lieux par tous temps



Anticiper les dangers et les échappatoires possibles



Utiliser un site fixe et l'aménager

- Son accessibilité



- S'informer de la réglementation locale.
- S'assurer du droit d'utiliser le site pour la pratique du VTT.
- Si possible, s'informer dans les mairies dont dépendent les sites et les circuits utilisés (s'informer des éventuels autres utilisateurs : cavaliers, chasseurs, bûcherons, ...).

- ❖ Qui informer ?

- **Les lieux de pratique, les déplacements et la liste des élèves doivent être connus du chef d'établissement.**

- **Les objectifs et les conditions sécuritaires de la séquence VTT sont intégrés au projet pédagogique EPS.**

- Lorsque les services de secours intervenant dans la zone de pratique sont connus, il est possible de leur fournir un fond de carte IGN quadrillé (A,B,C.../1,2,3...) afin de faciliter la localisation du groupe



Définir le site

Informé  
l'établissement et les  
services de secours

## 2.2 ENSEIGNER

- ❖ Lors de la prise en main

- **Demander aux élèves de vérifier leur VTT** (points clés),

- **Informé les élèves du lieu de pratique, des limites, des horaires à respecter et des points de regroupement.**

- **Expliquer l'organisation : ateliers ou randonnée, forme de groupement, consignes de sécurité et/ou précautions particulières.**

- **Responsabiliser les élèves au plan de la sécurité** : serre-file, matériel de secours....

- **Ne pas mettre les élèves en activité si les consignes de déroulement et de sécurité ne sont pas intégrées par les élèves (Il convient de se donner les moyens de le vérifier).**



## ❖ En situation : les contextes d'enseignement

Les contextes sont multiples et varient en fonction de divers paramètres.

**L'enseignant doit être capable d'adapter son organisation** rapidement en privilégiant avant tout la sécurité

**Analyser les conditions, savoir réévaluer son itinéraire, sa séance en fonction des problèmes rencontrés et si nécessaire savoir renoncer.**

- Réguler les formes de groupement (nombre d'élèves, hétérogénéité),
- Veiller à l'évolution des représentations des élèves : prise de confiance prématurée pouvant entraîner des prises de risque inconsidérées,
- Ne pas s'exposer avant et après la pratique (respecter soi-même toutes les consignes de sécurité).

**Quelques préconisations de départ à faire évoluer en relation avec tous les paramètres qui viendront perturber la séance (la météo, une casse matérielle, la fatigue, un accident, ...) :**

### Organisation 1 : fonctionnement en ateliers

L'enseignant doit organiser les ateliers de manière à pouvoir facilement intervenir et conseiller tous les élèves.



Il doit se positionner plutôt au centre ou en parade sur l'atelier le plus engagé.  
Les élèves doivent savoir où se trouve l'enseignant avec précision

Il régule les aménagements afin d'optimiser le niveau de contrainte tant pour les élèves en réussite que pour ceux en difficulté.

### Organisation 2 : fonctionnement en randonnée (chemins et sentiers)

L'enseignant doit connaître toutes les difficultés du tracé.

Il évolue le long du groupe.

Il donne les consignes et régulations à l'ensemble du groupe lors de points d'arrêts annoncés préalablement.

En fonction du chemin ou du secteur technique, il impose le rythme de déplacement et son positionnement sera différent en fonction du profil du tracé :



**A plat ou en montée** : En déplacement l'enseignant d'EPS sera plutôt serre-file et un élève déterminé ou un accompagnateur mènera le groupe.

**En descente** : le professeur d'EPS est devant et si un accompagnateur est présent, celui-ci ferme le groupe.

**Les traversées de route** seront réalisées dans la mesure du possible à deux, un qui devance le groupe et le second qui fera traverser le groupe. C'est à l'enseignant qu'incombe cette tâche.

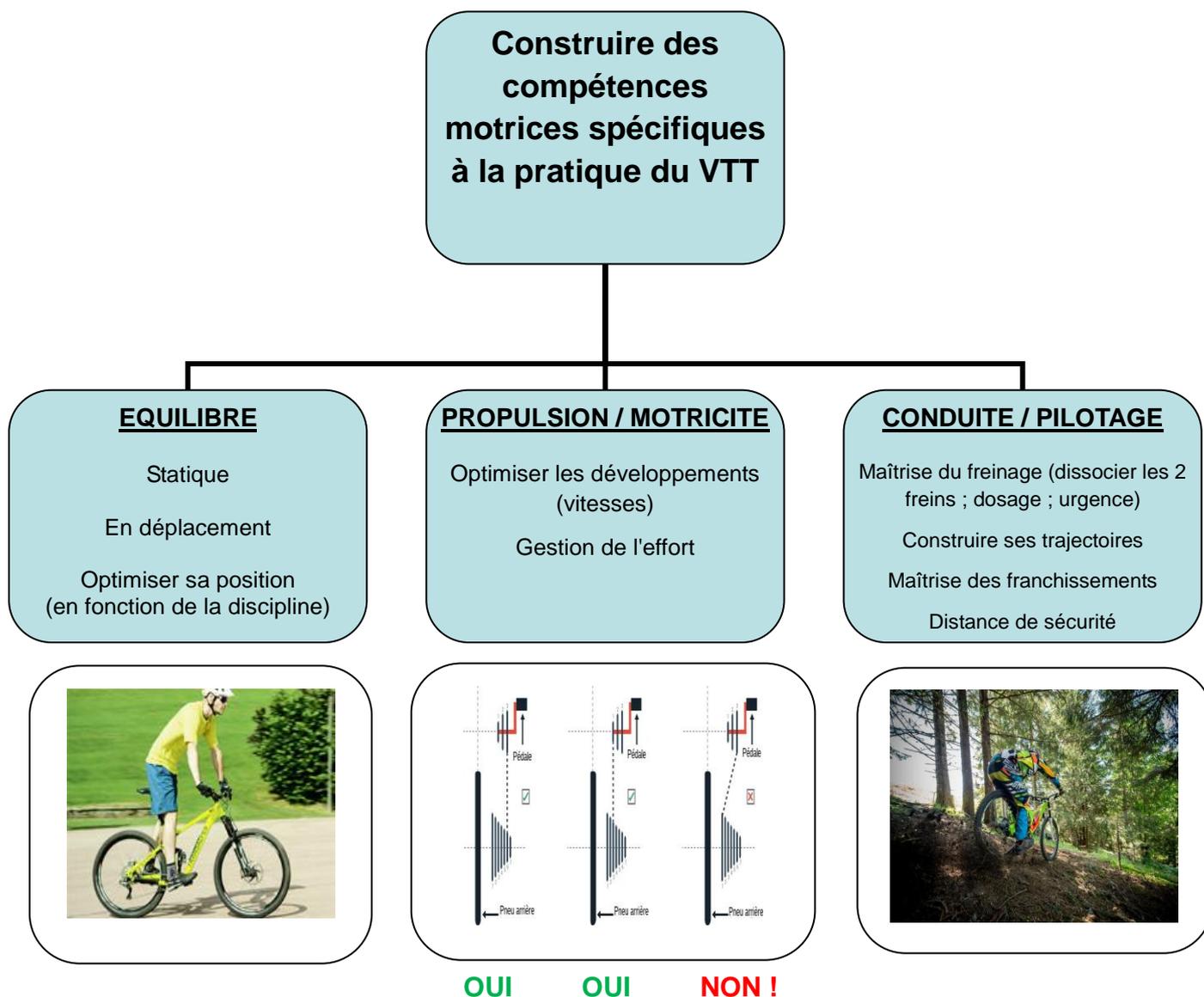
 **Quel que soit l'exercice, l'itinéraire, le tracé, l'élève doit pouvoir avoir le choix de contourner ou de renoncer (passage possible à pied).**

 **Toutes ces mises en œuvre ont pour finalité la construction par l'élève de compétences personnelles qui doivent le rendre acteur et responsable de sa sécurité et de celle des autres.**

## 2.3 CONSTRUIRE LES COMPETENCES DE L'ELEVE :

La construction de ses compétences sécuritaires passe inconditionnellement par :

- la connaissance et la mise en œuvre des éléments de sécurité passifs de manière responsable par l'élève lui-même (voir chapitres précédents) ;
- le développement de compétences motrices spécifiques qui lui permettent d'agir et de réagir dans un milieu de pleine nature.



L'analyse et la maîtrise de ces fondamentaux doivent permettre d'élaborer des **situations d'apprentissages adaptées** et dont le cadre sera lui-même **sécuritaire**.

### 3. EVALUER - VALIDER DES COMPETENCES DE SECURITE

**Les élèves construisent leur propre sécurité en :**

- étant capable de vérifier et d'utiliser les éléments de sécurité passive (équipement personnel et points de sécurité sur le VTT)
- maîtrisant leurs déplacements (par l'apprentissage d'habiletés motrices complexes)
- apprenant à rouler en groupe (en respectant le code de la route et les consignes de sécurité)

**Pour cela, l'élève devra valider un degré de maîtrise satisfaisante sur les observables suivants :**

- 1) J'utilise et je vérifie les équipements de protection.
- 2) Je sais contrôler les points de sécurité de mon VTT.
- 3) Je roule dans l'espace de circulation correspondant à l'engin que j'utilise.
- 4) Je contrôle ma vitesse, mon équilibre, ma trajectoire.
- 5) Je sais rouler en tenant compte des autres et du groupe.
- 6) J'applique la réglementation liée à la signalisation (feux et panneaux).
- 7) Je respecte l'ordre de passage aux intersections.
- 8) Je signale à temps mes intentions de changement de direction.

## 4. REAGIR EN CAS D'ACCIDENT



**Il revient aux équipes EPS de prévoir par écrit leur propre organisation en cas d'accident pour protéger, alerter et secourir.**

### **Cette organisation dépend :**

- du lieu de pratique,
- de la distance et des contraintes pour se rendre sur le lieu de pratique et pour rentrer avec sa classe complète.

### **Si un élève est blessé :**

(Voir dans chapitre 5 ressources : Dépliant MAIF « POUR FORMER AUX GESTES DE PREMIERS SECOURS »),

- Prévenir ou faire prévenir l'enseignant,
- Aller auprès de l'élève et mettre en sécurité l'ensemble du groupe,
- Selon la blessure, ramener l'élève ou appeler les secours (protocole d'urgence de l'établissement),
- Connaissance des PAI et protocoles d'urgence de la classe.

### **S'il n'y a pas de couverture du réseau téléphonique dans le secteur :**

- Envisager l'encadrement avec un 2ème 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, afin que la mise en place du protocole interne s'opère.

## 5. RESSOURCES

### Documents pédagogiques :

- Stage FPC proposés au PAF 2018-2019 : « Enseigner en sécurité le VTT »  
Vidéo et supports pédagogiques et didactiques (J.M GRIFFON, P.VALADE, F.RATTON, P.PERROT O.DECONINCK) :

<http://eps.ac-dijon.fr/spip.php?article400>

- Compte rendu du séminaire national sur les APPN qui s'est tenu à Paris (Collège Hector Berlioz, Vincennes) les 18 et 19 Mars 2019 :

<http://eps.ac-dijon.fr/spip.php?article401>

- Conférences vidéo du séminaire APPN :

<https://vimeo.com/videoformation/appn-securite>

### Encadrement – gestes de premiers secours :

- Sensibilisation aux tiques :

[http://www.fforientation.fr/media/cms\\_page\\_media/3930/Les%20tiques.pdf](http://www.fforientation.fr/media/cms_page_media/3930/Les%20tiques.pdf)

- Protocole MAIF dépliant mémo PSC1 - « pour former aux gestes de premiers secours » :

<https://www.maif.fr/content/pdf/conseils-prevention/premiers-secours/depliant-memo-formation-psc1.pdf>

## 6. EN RESUME

**L'ENSEIGNANT DOIT POUVOIR CREER LES CONDITIONS D'UNE PRATIQUE SECURITAIRE OPTIMALE EN RESPECTANT LES POINTS SUIVANTS :**

- 1. Connaissance et reconnaissance du lieu de pratique**
- 2. Préparation et vérification minutieuse du matériel (élève et enseignant)**
- 3. Des situations ou itinéraires pensés et organisés 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**
- 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**