

VTT

Fiche « Mémo sécurité » APPN

Indications de mise en oeuvre

Questionnement « SPECIFIQUE » à cette APSA

- Les VTT à disposition permettent-ils de partir en sécurité ?
- Sont-ils adaptés aux élèves et aux modalités de pratiques envisagées ?
- En cas de problème mécanique, l'enseignant dispose-t-il du matériel nécessaire pour réparer ?
- L'enseignant est-il capable de réparer un problème mécanique simple qui peut arriver souvent ?
- En cas de problème mécanique sérieux, existe-t-il une solution de repli ?



Indications spécifiques**URB** Milieu urbain**NAT** Milieu naturel

Avant

Elèves

Savoirs sécuritaires fondamentaux

- 5 points de contrôle matériel:
 - » VTT : freins, roues serrées, pression des pneus et hauteur de selle
 - » Casque : ajuster et fermer la jugulaire avant de monter sur le vélo (Automatisation du lien casque-VTT)
- Tenue adaptée : short ou pantalon avec jambes resserrées, gants et lunettes en fonction du contenu de la séance
- Pré requis liés à un apprentissage en plateau d'évolution : freinage, changement de vitesse...
- URB** Connaissance du code de la route en vélo, seul ou à plusieurs (type ASSR)

Enseignant

- Visualiser le moment de distribution des VTT ainsi que les conditions du trajet vers le lieu de pratique, particulièrement lors des premières séances
- Proposer un « parcours plancher » réalisable par l'élève susceptible d'être le plus en difficulté dans le groupe
- Connaissance préalable des facteurs d'accident (vitesse de déplacement, possibilité de saut, hauteur de selle, fatigue physique ou psychologique, descente large et à forte déclivité, surfaces des sols humides)
- Etat des VTT à chaque séance:
 - » lieu et procédure de contrôle à organiser selon un cadre « routinisé » (portique, passage obligé, espace fermé)
 - » automatisation des contrôles visuels et tactiles (points de vigilance) liés à la phase de distribution des VTT
- Etat de veille permanent relatif au niveau de maîtrise du freinage

Site de pratique, itinéraire

- URB** Connaissance parfaite du parcours routier, urbain. Ex: taux de circulation sur les routes en fonction des horaires de sortie de bureau, d'école
- NAT** Privilégier les parcours avec une couverture réseau constante
- NAT** Autorisation écrites ou orales des propriétaires
- NAT** Parcours de replis, zones à risque (troupeaux, chien berger...), parcours caillouteux

Avant

Communication, information

- Avoir les numéros de tous les accompagnateurs et d'au moins une personne par groupe si plusieurs groupes
- Pré-enregistrer les numéros d'urgence sur les téléphones (chargés) des élèves
- Prévoir radio et talkie-walkie si réseau téléphonique insuffisant

Matériel

- Casque à la norme CE EN1078+ A1. EPI n°2 sans obligation de date de mise au rebut (contrôle visuel et tactile y compris des casques personnels)
- Achat de VTT adaptés au milieu scolaire (mono plateau, roues solides, fourche amortie à fonctionnement simple, gros pneus, hauteur de selle facilement réglable)
- Matériel de réparation collectif en quantité suffisante
- Remorques aux normes, immatriculées si besoin et tractée par les véhicules administratifs
- Lieu de stockage permettant une fermeture et une sécurisation des VTT.
- Éventuellement : Véhicule de suivi, radios HF de qualité

Traumatologies possibles

- Prévenir les chutes en faisant travailler le bon pied d'appui devant en maniabilité, ainsi que la hauteur de selle
- Matériel : Prévoir des sacs ou poches à eau sur le dos - Gants obligatoires

Pendant

Elèves

Savoirs sécuritaires fondamentaux

- URB** Conduites à observer de façon stricte :
 - » Intégrer les comportements spécifiques en groupe (prévenir le pilote suivant des dangers, ...)
 - » S'interdire les comportements déviants sur route ou en ville (roue arrière, se pousser, se doubler)
 - » S'obliger à rester les uns derrière les autres, intégrer les distances de sécurité entre les pilotes
 - » Respect du code de la route
 - » Laisser de la place entre les mini-groupes pour que les véhicules puissent s'intercaler
 - » S'impliquer dans l'encadrement de groupe
 - » Limiter la communication aux éléments de sécurité (ne pas discuter)
- NAT** Etre capable de nommer le site de pratique et de le situer sur une carte
- NAT** Veille au pilote placé derrière; prévenir le pilote suivant des dangers, vigilance au décrochage
- NAT** Connaissance de ses capacités motrices et émotionnelles
- NAT** Maîtrise de sa vitesse de déplacement quelle que soit la portion du parcours
- NAT** Attention portée à la distance avec le pilote précédent
- NAT** Usage possible d'un smartphone ou d'un téléphone pour la localisation et la sécurité
- NAT** Maîtrise de son engagement dans ce cadre de pratique spécifique (pour les experts pratiquants en club)

Pendant

Enseignant

- URB** Vérification et contrôle des points suivants :
 - » vitesses et sens de déplacement des élèves (plateau)
 - » hauteur de selle (veille)
 - » conditions du trajet vers le lieu de pratique
 - » état et types de sols (formation des élèves à l'érosion des sols dues aux multiples passages ...)
 - » comportements des élèves pendant le temps de distribution et de contrôle des VTT
 - » limiter la communication aux éléments de sécurité (ne pas discuter)
- URB** Formation et mise en oeuvre : aides et parades
- URB** Se placer devant (dans la majorité des cas)
- URB** Avoir un lien radio avec toutes les personnes qui encadrent, et obligatoirement avec le « serre file »
- URB** Anticiper les comportements des automobilistes et des élèves, en fonction du parcours (ralentisseurs, croisements ...)
- NAT** Vérification et contrôle des points suivants :
 - *vitesses de déplacement des élèves
 - » juste adéquation entre le niveau de l'élève le plus faible et les difficultés rencontrées
 - » Savoir s'arrêter, aider et parer
- NAT** Veille permanente relative à :
 - » "rentrer à l'heure", garant de l'anticipation des problèmes
 - » aux accumulations des problèmes (crevaisons, casse, chutes,...) qui peuvent altérer la lucidité
- NAT** Créer les conditions du travail autonome :
 - » Parcours en boucle, court, ayant fait l'objet d'un repérage antérieur avec enseignant et intervenants
 - » Avec une connaissance fine du positionnement de l'enseignant d'EPS (par tous les élèves) et éventuellement des autres encadrants
 - » Parcours adapté au niveau des élèves, sans saut
 - » Déplacements par 2 ou par 3 en fonction des parcours et des caractéristiques (degré d'autonomie construit) des élèves
 - » Téléphones autorisés aux élèves

Site de pratique, itinéraire

- NAT** Possession des cartes (numériques et/ou papier) au 1/25000ème lors de parcours en terrain plus ou moins connus

Communication, information

- Pour l'enseignant : téléphone et si possible smartphone chargé
- Pour les élèves : téléphone recommandé

Matériel

- Vigilance aux casses et crevaisons répétées. (indices de mauvais usages des VTT ou d'un état défilant des matériels)

Pendant

Indicateurs de vigilance

- Nombre d'accidents, de chutes, de problèmes mécaniques, de refus de faire
- Engagement trop prononcé des élèves, conduites à risque (sauts, roue arrière ...), notamment avec les élèves ayant un vécu VTT plus conséquent
- Élève éprouvant un besoin constant de faire des pauses, ralentissement, décrochage
- Élève particulièrement excité ; communication déplacée, élève qui cherche à doubler

Traumatologies possibles

- Déshydratation, hypoglycémie sur sortie longue
- Blessures aux mains sur chute latérale
- Blessures au tibia sur un retour de pédale

Après

Site de pratique, itinéraire

- Signaler les problèmes rencontrés (passerelles cassées, éboulements, problème de balisage ...) sur le site <https://sentinelles.sportsdenature.fr/>