

# Protocole académique de sécurité en VTT



# Sommaire

<b>1. Préambule</b>	<b>p3</b>
<b>2. Rappels</b>	<b>p4</b>
<b>3. Recommandations AVANT la pratique</b>	<b>p5</b>
3.1 Prise d'informations / Autorisations	p5
3.2 Eléments de sécurité passive à prévoir et à contrôler	p6
3.3 Evaluation du niveau de maîtrise des élèves	p7
<b>4. Recommandations PENDANT la pratique</b>	<b>p8</b>
4.1 Lors de la prise en main	p8
4.2 Dans un espace clos	p8
4.3 Sur voie ouverte à la circulation	p5
4.4 Dans un espace ouvert en milieu naturel	p9
<b>5. Recommandations APRES la pratique</b>	<b>p9</b>
<b>6. Réagir en cas d'accident</b>	<b>p10</b>
<b>7. Ressources</b>	<b>p11</b>
<b>8. Résumé</b>	<b>p12</b>
<b>9. Annexes</b>	<b>p13</b>

# 1. Préambule

Ce protocole de sécurité en 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.

Il est conçu comme un outil pour aider les enseignants à tout mettre en œuvre pour éviter les accidents. **En aucun cas il ne se substitue à une formation pratique préalable, initiale ou continue, incontournable afin d'acquérir les compétences et les connaissances nécessaires pour enseigner le VTT en toute sécurité.**

## Responsabilité :

**Les enseignants d'EPS sont, par leur statut, maîtres de la définition et de la mise en œuvre de leurs gestes professionnels dans un cadre de responsabilité et des obligations de prudence et de surveillance qui leur incombent.**

Le présent protocole de sécurité vise à offrir un **outil** permettant de concevoir la sécurité et les gestes professionnels en contexte d'enseignement de l'EPS et ainsi d'exercer ces responsabilités avec des garanties suffisantes.

**En VTT particulièrement, du fait du caractère multifactoriel de la sécurité, et encore plus lorsque la pratique se déroule en itinérance, la sécurité repose sur l'expérience et l'expertise du professeur. Il s'agit autant d'éviter les accidents que d'éventuelles cascades d'incidents dommageables.**

**Pratiquer soi-même, être en bonne forme physique et en confiance, se connaître dans la prise de risques et leur gestion, savoir mobiliser les incontournables de ce protocole de sécurité, savoir régler et réparer un VTT en situation, savoir anticiper, savoir organiser une itinérance en référence au code de la route, savoir réguler les comportements des individus et du groupe, savoir discerner et gérer les éventuelles transgressions, savoir adapter le degré de difficulté aux ressources des élèves et à leur état (physique comme émotionnel), savoir organiser sa supervision, savoir intervenir sur les incidents et les éventuels accidents, respecter les horaires annoncés, prendre une décision de réchappe ou de renoncement, constituent autant de registres et de compétences indispensables à la conduite des enseignements et de l'encadrement de pratiques en VTT.**

Nb : **En rouge** sur le document les éléments incontournables. **En noir**, ce qui relève du conseil.

## 2. 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 enfantine	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 encadre seul sa classe ou son groupe quelque soit l'âge des élèves.**

**L'analyse didactique de l'activité, la nature du terrain, les conditions de pratiques peuvent l'amener à mettre en œuvre un encadrement renforcé (encadrant supplémentaire) ou des effectifs d'élèves réduits.**

## 3. Recommandations AVANT la pratique

### 3.1 Prise d'informations / Autorisations

- **Accessibilité du lieu de pratique**

- S'assurer du droit d'utiliser le site pour la pratique du VTT.
- **Faire une reconnaissance** du parcours envisagé (zone exploitation forestière, modification du terrain...).



**ONF**

40 Av. des Bénédictins,  
87000 Limoges  
05 55 34 53 13



Une carte interactive des lieux de chasse est disponible via l'application : [NATURAPASS](#)



Si possible, s'informer dans les mairies dont dépendent les sites et les circuits utilisés des éventuels autres utilisateurs : cavaliers, chasseurs, bûcherons, ...



Accord du propriétaire des lieux quand il a pu être identifié  
<https://www.cadastre.gouv.fr/scpc/accueil.do>

- **Information du chef d'établissement**

- **Informez le chef d'établissement** de l'organisation de la pratique : **liste des élèves, zone d'évolution, dates et horaires.**

- **Obtenir l'accord du chef d'établissement** pour la sortie ou la séquence d'enseignement : **ordre de mission ou fiche de sortie signée**

A reprendre : si activité du projet d'EPS passé au CA, pas de nécessité d'autorisation

- **La météo**

- Les jours avant la sortie → Se renseigner sur la météo du lieu de pratique

- Le jour de la sortie → S'informer de la météo à venir et en temps réel



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

**En cas de vigilance jaune, privilégier une sortie proche avec des solutions rapides de repli**

<https://vigilance.meteofrance.fr/fr>

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

- Le VTT

- **Le VTT doit être en bon état de fonctionnement**
- Le VTT doit être adapté au lieu de pratique et aux caractéristiques des élèves : correspondance entre la taille de l'élève et la taille du VTT - format des roues...



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

### Les différents points de vérification à effectuer avant chaque sortie :



**Contrôle des freins**



**Contrôle du serrage des roues**



**Embouts de cintre bouchés**



**Contrôle de la pression des pneus**



**Contrôle du passage des vitesses**

+ contrôle du jeu de direction ( potence fixe) ?

- L'équipement de l'élève cycliste



**Casque Norme CE EN 1078 Obligatoirement attaché et ajusté**



**Paire de gants**



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



**Moyen d'hydratation et aliments suivant l'activité prévue**



**Document type ICEcard (cf. annexes) avec les coordonnées de l'EPLÉ et de l'enseignant**

**Nb : Faire un contrôle visuel régulier des casques qui ne sont pas à l'établissement**

**Piste de réflexion : faut-il ajouter des infos sur la gestion des casques (EPI) ? ;** 1. En cas de chute ou de fissure, le casque de vélo perd de sa cohésion et donc de sa capacité à dissiper l'énergie du choc, il doit donc absolument être changé. 2. UN RENOUELEMENT TOUS LES 3-5 ANS

Suivant l'intensité de son utilisation, il est recommandé de le changer tous les 3 à 5 ans. Il est également possible de vérifier si l'EPS (polystyrène) n'a pas séché en enfonçant légèrement un doigt sur la matière: si elle est souple et marque facilement pas de souci, par contre si elle est dure et sèche, le casque doit être changé. Afin de connaître l'âge de son casque, il suffit de regarder la date de production indiquée à l'intérieur du casque (souvent sous les mousses de confort)

- **L'équipement de l'enseignant**



### **Trousse réparation**

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



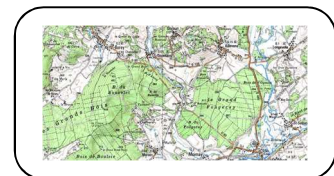
### **Trousse de secours**

- Couverture de survie
- Compresses Pansements
- Sparadrap
- Bandes Elastoplaste (8mm)
- Kit garrot ou Pansements compressifs
- Ciseaux
- Pince à épiler
- Tire-tique
- Désinfectant
- Gants de chirurgien
- Sucre
- 2 Gilets jaunes
- **PAI éventuels des élèves**



### **Moyen de communication**

- **1 téléphone portable chargé** pour appeler les secours et l'établissement
- S'assurer de la couverture du réseau



Carte / topo / GPS / infos locales permettant de se situer précisément pour indiquer sa position en cas d'accident

## **3.3 Evaluation du niveau de maîtrise des élèves**

**Il est nécessaire de valider le niveau de pratique de ses élèves dans un espace clos avant d'envisager une sortie.**

Sur des ateliers de difficultés variées et évolutives, évaluer :

- la **maîtrise de la vitesse (capacité à freiner fort sans déraper...)**,
- la **maîtrise de l'équilibre (à basse et haute vitesse)**,
- la **maîtrise des trajectoires (garder une distance opérationnelle et être capable d'anticipation dans sa prise de décisions sur un chemin ou route)**

En fonction des résultats, adapter les modalités d'organisation et choisir des formes de groupement permettant la gestion de l'hétérogénéité des élèves.

Par exemple : En situation d'itinérance, l'enseignant seul pour un groupe de 12 élèves ayant une maîtrise élevée et un encadrant en soutien si le groupe est plus important.

? Ajouter une référence au **Savoir Rouler (Cycle3)** comme possibilité de validation à l'accès à la voie publique ? <https://www.sports.gouv.fr/savoir-rouler-velo-609>

## 4. Recommandations PENDANT la pratique

### 4.1 Lors de la prise en main

- Demander aux élèves de **vérifier leur VTT** (points clés) et leur **matériel personnel** (cf. Check-list élève). Les élèves doivent disposer d'un **espace adapté** permettant d'effectuer les contrôles et les essais de roulage en toute sécurité.
- **Expliquer l'organisation du jour** : ateliers ou randonnée, forme de groupement, difficultés rencontrées, précautions particulières, lieu de pratique, limites, et horaires à respecter
- **Rappeler** les règles de sécurité et les conduites à tenir en cas de problème



### 4.2 Dans un espace clos

- **Organiser les ateliers** de manière à pouvoir facilement intervenir et conseiller tous les élèves
- **Penser la circulation** des élèves de manière à éviter les croisements ou la circulation en sens opposé
- **Étalonner les départs** des élèves sur les segments ou les zones de travail avec l'aide d'une balise de régulation ou un temps (chrono) pour éviter qu'un élève qui chute se fasse percuter par le suivant
- **Contrôler** le bon état des zones de travail. (Dégradation progressive du fait de l'utilisation ou des déplacements).
- **Donner** la possibilité de renoncer et de passer à pied.



### 4.3 Sur voie ouverte à la circulation

- **Attention : respecter le code de la route**
- **Désigner** un ouvreur et un serre file parmi les élèves les plus débrouillés.
- **Donner** la destination et expliquer le trajet
- **Prévoir** des gilets réfléchissants pour l'ouvreur et le serre file
- **Maintenir** une allure modérée.
- **Imposer** une distance de sécurité entre chaque VTT : 5 m au minimum et de 10 à 15 m en descente
- **Interdire** aux élèves de doubler sauf cas d'urgence
- **Privilégier** les déplacements sur piste cyclable.
- **Prévoir** des arrêts pour regroupements fréquents aux endroits adaptés.
- **Présenter** les consignes en cas de problème mécanique : évacuer la route et mettre le groupe en sécurité
- **Evoluer** le long du groupe





## 4.4 Dans un espace ouvert en milieu naturel

- **Connaître les difficultés** du tracé.
- **Donner les consignes** et régulations à l'ensemble du groupe lors de points d'arrêts annoncés préalablement.
- **Imposer le rythme** de déplacement en fonction du chemin ou du secteur technique
- **Se positionner** en fonction du profil du tracé :

**A plat ou en montée** plutôt **serre-file** et un élève déterminé ou un accompagnateur mène le groupe.

**En descente**, plutôt **devant** pour prévenir d'une modification du terrain et réguler la vitesse du groupe.

- **Arrêter le groupe** pour donner des consignes en cas de passage périlleux, se mettre en parade si nécessaire



**Crosscountry et Trial** : les élèves peuvent être hors de vue de l'enseignant, dans ce cas le parcours aura été précédemment reconnu avec l'enseignant qui se placera éventuellement sur le passage le plus compliqué. Les règles de sécurité en cas d'accident (signallement et secours) sont rappelées à chaque sortie et connues de tous.

Pour le trial, les espaces sont délimités précisément.

**Descente** : Elle doit être reconnue à pied. Les départs sont étalonnés. (Pour éviter le suraccident). Un protocole de signallement d'accident conduisant à l'arrêt des runs est mis en place (utilisation du sifflet notamment). Une trousse de secours est en bas, une autre en haut. Un contrôle des arrivées au bas de la descente est nécessaire (usage des moyens de communication).

**Attention !!** « descente » DH est une pratique soumise au recommandation techniques de la FFC : protections spécifique (dorsale, genouillères, casque intégral....) Est-il souhaitable de laisser le paragraphe sans y faire référence ? Supprimer les 2 paragraphes ?

## **5. Recommandations APRES la pratique**

- Réaliser un bilan de la sortie avec les élèves
- Marquer les vélos qui nécessitent un passage à l'atelier (retourner la selle suffit à distinguer le vélo défaillant).
- Tenir un *cahier de suivi d'atelier* permet de conserver les informations liées à l'entretien des vélos dans le temps
- Superviser le nettoyage et le stockage du matériel par les élèves

## 6. Réagir en cas d'accident



**Il revient aux équipes EPS de prévoir 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.
- De la disponibilité éventuelle d'un véhicule de l'établissement, du chef d'établissement, de l'infirmier...

- **Si un élève est blessé :**

- Aller auprès de l'élève et **mettre en sécurité l'ensemble du groupe**
- Selon la blessure, ramener l'élève ou appeler les secours
- Prévenir le chef d'établissement
- Suivre le protocole d'urgence de l'établissement
- Connaître les PAI de la classe avant toute sortie

## 7. Ressources

- Eduscol, Les activités de pleine nature en EPS, protocoles nationaux  
<https://eduscol.education.fr/3670/les-activites-de-pleine-nature-en-eps>
- Stage PAF 2018-2019 académie de Dijon : « Enseigner en sécurité le VTT », Vidéo et supports pédagogiques et didactiques (J.M GRIFFON, P.VALADE, F.RATTON, P.PERROTO.DECONINCK)  
<http://eps.ac-dijon.fr/spip.php?article400>
- Mise en place du « Savoir Rouler à vélo » dans l'académie de Paris  
[https://pia.ac-paris.fr/portail/jcms/p2\\_2179914/cyclisme-protocole-academique-ressources-pour-pratiquer-en-securite](https://pia.ac-paris.fr/portail/jcms/p2_2179914/cyclisme-protocole-academique-ressources-pour-pratiquer-en-securite)
- Exemples de parcours motricité :  
<https://www.youtube.com/watch?v=2flx4F0hG5U>  
<https://www.youtube.com/watch?v=fZ69ThFpRbw>
- Guide des sports de nature :  
<https://eduscol.education.fr/document/1597/download?attachment>
- 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>
- 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)  
<https://www.citique.fr/signalement-tique/>
- BO HS n°1 06/01/2000 : protocole national sur l'organisation des soins et des urgences dans les EPLE  
<https://www.education.gouv.fr/bo/BoAnnexes/2000/hs1/hs1.pdf>
- Protocole MAIF dépliant mémo PSC1 - « pour former aux gestes de premiers secours » :  
<https://www.maif.fr/files/live/sites/maif-fr/files/pdf/particuliers/services-au-quotidien/solutions-educatives/affiche-premiers-secours.pdf>
- Exemple de gestion accident VTT :  
<https://www.youtube.com/watch?v=75ImGdRPCRI>

## 8. Résumé

LES CONDITIONS D'UNE PRATIQUE SECURITAIRE OPTIMALE PEUVENT S'OBTENIR EN RESPECTANT DANS LA MESURE DU POSSIBLE LES PRINCIPES SUIVANTS :

- 1. Connaître le lieu de pratique**
- 2. Préparer et vérifier le matériel (élève et enseignant)**
- 3. Proposer des situations ou itinéraires pensés et organisés**
- 4. Communiquer les 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. Identifier la zone d'évolution**
- 9. Contrôler son effectif au cours et à la fin de la séance**
- 10. Gérer, anticiper, adapter les temps de travail de l'élève**

## 9. ANNEXES

**Exemple de Check List élève  
SECURITE VTT**

**AVANT DE PARTIR**

1	Port du CASQUE Obligatoire + jugulaire attachée et ajustée	
2	Vérifiez vos pneus + pression	
3	Vérifiez vos Freins	
4	Vérification du bon serrage des roues	
5	Réglage de Selle	
6	Respectez le Code de la Route	
7	Pensez avant de partir au nécessaire : I.C.E Card + réparations+ eau+ barres	

**PENDANT**

8	Entraide et Collaboration pour Progresser en SECURITE	
---	--	--

**AU RETOUR**

9	Nettoyer et Rangez son VTT	
10	Pensez à tenir à jour votre Carnet d'Entretien	

# I.C.E CARD

*En cas d'urgence....*

**I.C.E CARD** In case of Emergency

**CARTE I.C.E**

**NUMERO D'URGENCE EUROPEEN : 112**

## Informations d'urgence Emergency Information

Nom :  Prénom :

Date de naissance :  Classe :

N° téléphone enseignant responsable

:N° téléphone établissement :

Médecin :  N° de téléphone :

Groupe sanguin :

Allergies, maladies ou autres informations utiles

### Exemple d'I.C.E CARD

Une fois complétée et plastifiée la carte fait partie du matériel élève.



# I.C.E CARD

*En cas d'urgence....*

**I.C.E CARD** In case of Emergency

**CARTE I.C.E**

**NUMERO D'URGENCE EUROPEEN : 112**

## Informations d'urgence Emergency Information

Nom :  Prénom :

Date de naissance :  Classe :

N° téléphone enseignant responsable

:N° téléphone établissement :

Médecin :  N° de téléphone :

Groupe sanguin :

Allergies, maladies ou autres informations utiles