

PASS COURSE D'ORIENTATION (version 2016-1)

Activité	Avant la pratique	Pendant la pratique
COURSE D'ORIENTATION	<p>1) Site de pratique fonctionnel :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consulter la météo (bulletin d'alerte de météo France - niveau de vigilance) - Précautions administratives; <p>Informez son établissement du lieu de pratique, Prendre contact avec les propriétaires et gestionnaires du site et de la carte (mairie - ONF - société de chasse – club - comité de C.O. ...) les avertir des dates des séances, s'informer des périodes et des secteurs de chasses, d'élagage.</p> <p>2) Zones potentiellement dangereuses ou interdites identifiées et/ou matérialisées :</p> <p>Avoir une bonne connaissance du lieu de pratique est essentiel (<i>Identifier les limites de zone d'évolution du site de pratique et repérer les zones accidentogènes potentielles (falaises, rivières, pierriers, avens, lapiaz, routes, animaux...).</i>) Matérialiser éventuellement avec de la rubalise les zones ou les chemins interdits. Vérifier la couverture radio des téléphones portables (pour le cas où l'enseignant en a besoin)</p> <p>3) Choix pertinent du terrain et des tracés en fonction du niveau :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Choix du terrain adapté au niveau des élèves (terrain connu, fermé, plus ou moins connu, ouvert de l'établissement à la forêt en passant par les parcs...) - Choix du tracé adapté au niveau des élèves (distance, dénivelé, temps de course, technicité des postes, position de la balise par rapport à l'élément), et sécuritaire (zone interdite ou dangereuse contournées); 	<p>1) Sécurité anticipée des déplacements en milieu incertain :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vérifier la tenue des élèves qui devra être adaptée : <ul style="list-style-type: none"> - à la pratique en milieu naturel (jambes couvertes, à cause des griffures et des tiques, baskets adaptées au tout terrain) - à la météo (hypothermie, insolation, déshydratation...) - Insister sur l'échauffement tout particulier des chevilles. <p>2) Zones potentiellement dangereuses identifiées :</p> <p>Reconnaître avec les élèves la limite de zone de travail, situer les dangers éventuels, les zones interdites et ce dès le début de la séance ou du cycle (l'occasion de faire un travail de relation carte-terrain, identifier clairement le lieu de départ...)</p> <p>3) Balisage: Insister auprès des élèves sur le fait que les balises ne sont jamais cachées mais toujours placées précisément sur (ou à proximité immédiate) des éléments figurant à la fois sur le terrain et sur la carte, et dont les positions sont sans ambiguïté (utiliser les situations d'apprentissage de pose- vérif.- dépose)</p> <p>4) Education aux incontournables de fonctionnement sécuritaires :</p>

par exemple ne pas placer des balises :

- trop proches du bord de la carte,
- en haut des falaises (le règlement international l'interdit)
- au bord d'une rivière avec un fort débit,
- au milieu d'un pierrier identifié comme instable,
- proche d'une route (sauf pour induire une traversée obligatoire et sécurisée à cet endroit, elle sera alors matérialisée),
- au bord d'un aven, d'un Lapiaz...

l'itinéraire logique voire illogique de l'élève doit également être, tant que possible, anticipé (exemple : 2 postes consécutifs séparés par une barre rocheuse !)

4) Usage d'une carte de qualité et adaptée :

- Respecter la norme ISOM avec toutefois la possibilité de faciliter la lisibilité de la carte suivant les niveaux. **Demander au propriétaire de la carte de faire des modifications du fichier cartographique** (légende, échelle, simplification).
- **La carte sera toujours en couleur** pour une meilleure identification des symboles.
- S'assurer de la fiabilité de la carte, en se référant à la date de la cartographie qui selon la saison et le type de végétation peut engendrer des changements.
- Identifier clairement les zones dangereuses, interdites sur la carte (hachures, croix, zones privées...)

5) Emplacement fixe et si possible centralisé :

- du professeur pour une meilleure rapidité d'intervention
- du point de regroupement (départ et arrivée confondue) permettant une augmentation de la fréquence des retours

D'ordre général, il est important que l'enseignant organise sa séance de telle manière qu'il y ait plusieurs parcours ou de nombreuses balises (type réseau de postes ou nids de postes) pour que les élèves aient régulièrement des repères sûrs et qu'ils croisent souvent d'autres élèves. Privilégier également des circuits courts pour que les élèves reviennent fréquemment auprès du professeur (organisation en étoile ou en papillon).

La sécurité passe également par l'acquisition rapide des contenus d'enseignements à savoir ;

- s'approprier la légende (apprendre les symboles ISOM et tout particulièrement ceux qui peuvent devenir un danger potentiel à leur approche (cf ; ci-dessus)
- systématiser les grands principes de base en termes d'orientation à savoir :
 - orienter sa carte par rapport aux éléments environnant (ou placer la carte « nord sur nord » avec la boussole)

- Veiller à ce que les élèves **renseignent obligatoirement le tableau de gestion des parcours ou fiche de contrôle** mise à disposition (tableau « qui-fait-quoi-quand » ; nom et nombre d'élèves ou de groupes, les zones de travail, les horaires de départ et d'arrivée).
- Faire **respecter en priorité le temps de course** (avoir une montre, un chrono) **ou heure limite de retour**.
- insister sur **l'interdiction de déplacer les balises** (responsabilité engagée de l'élève au cas où un camarade se perd), ne pas crier, ne pas utiliser le sifflet (facultatif) inutilement.

5) Rappel des règles de sécurité :

- **temps limite de sécurité** à ne pas dépasser,
- limites d'espace de travail à ne pas franchir,
- possibilité éventuelle de regrouper les élèves par duo ou trio, dans certaines conditions, pour favoriser la prise de confiance et l'accès à l'autonomie (la pratique de référence devant rester individuelle).

Les consignes de Sécurité (ci-dessus) seront données oralement avant le départ et/ou devront être mentionnées sur la carte.

Le portable peut être autorisé éventuellement, au cas par cas, et seulement en cas d'urgence pour appeler le professeur dont le numéro sera mentionné sur la carte.

6) Indication des protocoles d'aide aux élèves en « difficulté » :

Informez oralement et listez au dos de la carte par exemple la **démarche à suivre lorsqu'un élève :**

se blesse :

- ne pas laisser son camarade seul
- avertir un autre groupe d'élève (possibilité d'utiliser un sifflet) qui viendra prévenir le professeur en localisant précisément le blessé sur leur carte.

S'égare :

- revenir sur ses pas, si possible en identifiant un élément caractéristique remarquable et fiable afin de pouvoir se recalcer. Si impossible, appeler et demander de l'aide à d'autres élèves.
- éventuellement rester à proximité d'une balise trouvée par hasard car c'est un élément sûr de recalage qui permet une localisation précise sur la carte, et de passage.

ACRO
NYME

- automatiser la relation carte-terrain et la méthode P.O.P (plier, orienter, pouce)
- puis en avançant dans l'expertise
- repérer les mains courantes
 - identifier les points d'appui, les points d'attaque, ligne d'arrêt...
 - élaborer un projet d'itinéraire et le conduire
 - être capable de prendre un « cap » (azimut) à la boussole et de réaliser une déviation volontaire...
 - être à l'aise, agile et efficace en tout terrain

ACRONYME COURSE D'ORIENTATION « SECURISEZ »

Site de pratique fonctionnel :

- météo
- prise de contact et autorisation
- période de chasse et d'élagage

Education aux incontournables de fonctionnement sécuritaires :

- gestion du tableau des départs
- montre
- balises à ne pas déplacer

Choix pertinent du terrain et des tracés en fonction du niveau des élèves:

- espace ouvert ou fermé, connu, plus ou moins connu voire inconnu...
- technicité des postes, fréquence des passages

Usage d'une carte de qualité et adaptée :

- en couleur
- échelle lisible
- légendée avec niveau de détails éventuellement sélectionné

Rappel des règles de sécurité :

- temps limite de sécurité à ne pas dépasser,
- limites d'espace de travail à ne pas franchir,
- ne pas se séparer (adapter sa vitesse au moins rapide) **si en groupe**

Indication des protocoles d'aide aux élèves en «difficulté» :

- en cas de Blessure
- en cas perte de repères prolongée

Sécurité anticipée des déplacements en milieu incertain :

- tenue adaptée, au terrain (jambes couvertes, Baskets) et à la météo
- Echauffement spécifique (chevilles surtout)

L'utilisation d'un sifflet individuel ou d'un portable (pour un circuit long par exemple), reste facultatif et à l'appréciation du professeur. Cela ne doit pas devenir la règle car au-delà des dérives liées à leur utilisation compulsive inappropriée, la dispersion aléatoire du son et la couverture réseau est souvent incertaine donc peu fiable.

Groupe de Travail (par ordre alphabétique)

CHANNAC Cédric	collège de Vallon pt d'Arc
DUDOIGNON Ludovic	LP de Romans
JEUNE Pierre-Antoine	collège de Saint Donat sur l'Herbasse
NEEL Christophe	Lycée Aubenas
PARIS Jacques	collège de Chabeuil
VERBOIS Nicolas	collège d'Echirolles

	<p>Emplacement fixe et si possible centralisé :</p> <ul style="list-style-type: none">- du professeur (rapidité d'intervention)- du point de regroupement (fréquence des retours) <p>Zones potentiellement dangereuses identifiées et/ou matérialisées :</p> <ul style="list-style-type: none">- Limite de carte (ou d'espace de travail)- Eléments accidentogènes (falaises, trous, zones rocheuses, rivières, routes, animaux...)	
--	---	--

Contributeurs de ce Pass :

Cédric **Channac**, Pierre-Antoine **Jeune**, Jacques **Paris**, Ludovic **Dudoignon**, Christophe **Neel** et Nicolas **Verbois**, enseignants d'EPS de l'Académie de Grenoble.