SOUMIS PAR
LukiLeu

ON
10/02/2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Planification d'une activité aquatique



Cet article décrit différentes activités aquatiques et explique comment les planifier correctement. Il tient compte des consignes de sécurité de la SSS et de Jeunesse et Sport.

Note importante

Les activités aquatiques sont très populaires, en particulier dans les camps. Toutefois, même de simples activités peuvent rapidement devenir dangereuses si elles ne sont pas préparées correctement. Pour cette raison, une bonne préparation et un concept de sécurité bien pensé sont essentiels. De telles activités aquatiques ne devraient également être réalisées que par des moniteurs expérimentés et formés (en particulier les activités en eau libre).

Vérifier les capacités de natation des participants

Avant d'entreprendre une activité aquatique, il est important de déterminer les capacités de natation des participants. Cela peut se faire en demandant aux parents ou, mieux encore, par le biais d'une pré-natation. Un enfant à la fois doit nager une distance d'environ 25 mètres. Cela vous donne la meilleure vue d'ensemble des capacités des enfants.

Les enfants qui ne savent pas bien nager ou qui ne savent pas nager du tout doivent être supervisés à tout moment !

Règles

Avant toute activité dans l'eau, des règles doivent être définies. Si un participant ne respecte pas une règle, il doit immédiatement quitter l'eau.

En principe, ce sont au moins les règles de la baignade qui s'appliquent à chaque fois. Celles-ci peuvent être consultées ici.

Règles pour les activités en mer et en rivière

Lors d'une activité en mer ou en rivière, quelques règles supplémentaires s'appliquent. Les règles suivantes doivent également être communiquées :

- Le gilet de sauvetage ne doit pas être retiré.
- Les instructions des moniteurs doivent toujours être respectées.
- Les sifflets du gilet de sauvetage ne sont utilisés qu'en cas de détresse.

Les règles de rivière de la SSS sont également disponibles ici.

Si un participant ne respecte pas les règles à plusieurs reprises, il doit quitter l'eau.

Visite d'une piscine intérieure/extérieure surveillée

Une visite à une piscine intérieure nécessite le moins de préparation possible. Néanmoins, il est conseillé de vérifier les compétences en matière de natation afin de déterminer quels enfants nécessitent une surveillance constante.

Avant de se rendre dans une piscine couverte, il est conseillé de faire ce qui suit :

- Informer la piscine couverte de la visite du groupe (si possible, indiquer le nombre d'enfants et de responsables)
- Si possible, visitez la piscine intérieure au préalable

Il est généralement recommandé de visiter la piscine intérieure une fois avant la visite du groupe afin d'avoir un aperçu de la situation. Les éléments suivants doivent être pris en considération :

- Où se trouvent les points dangereux ?
- Où se trouve un téléphone (d'urgence) ?
- Où se trouve un défibrillateur (généralement avec le sauveteur) ?
- Où se trouve la route d'accès pour l'ambulance ?
- Où se trouve la pharmacie dans la piscine intérieure (généralement avec le sauveteur) ?
- Où sont les boutons SOS ?
- Où se trouve le matériel de sauvetage ?

Le gardien de la piscine sera heureux de répondre à toutes les questions que vous pourriez avoir ! Le document ci-dessous peut vous aider à enregistrer les informations ci-dessus.

Lors de la visite de la piscine intérieure, il est conseillé d'avoir au moins un guide pour 12 enfants ayant suivi la formation de base en piscine du brevet SSS.

Outils pour préparer une visite à une piscine intérieure

Worksheet_Plus_Pool_e[1]

Visite d'une piscine intérieure/extérieure non surveillée

Lorsque vous visitez une piscine non surveillée, vous devez être conscient qu'il n'y a pas de sauveteur pour vous aider en cas d'urgence.

Il est essentiel que le groupe ait visité la piscine au moins une fois avant d'y aller. Ici aussi, l'accent devrait être mis sur les points suivants :

- Où se trouvent les points dangereux ?
- Où se trouve un téléphone (d'urgence) ?
- Où se trouve un défibrillateur (si disponible) ?
- Où se trouve la route d'accès pour l'ambulance ?
- Où se trouve la pharmacie (si disponible) ?
- Où sont les boutons SOS ?
- Où se trouve le matériel de secours ?

Le document ci-dessous peut vous aider à enregistrer ces informations.

Lorsque vous vous rendez dans une piscine non surveillée, il est nécessaire d'avoir au moins un chef pour 12 enfants ayant suivi la formation SSS Brevet Plus Pool avec l'ajout de BLS/AED (CPR).

Feuille de travail pour la préparation

Activités dans le lac

Conditions météorologiques

Pour des raisons de sécurité, toutes les activités dans un lac se déroulent uniquement par beau temps. Avant le début de l'activité, le chef de groupe doit vérifier le temps qu'il fera dans les heures à venir. Si un front de mauvais temps est prévu, il faut éviter de se baigner dans la mer.

Si le groupe est déjà dans l'eau et qu'un front de mauvais temps s'approche, il doit également quitter l'eau le plus rapidement possible et chercher un abri.

Il convient de noter que le temps a une influence significative sur le lac. Les vents forts entraînent des vagues, des courants et une baisse rapide de la température de l'eau. Un coup de tonnerre est également un danger mortel sur terre et dans l'eau. En été, le soleil et la chaleur jouent également un rôle (le surchauffage peut également se produire dans l'eau !). Par temps ensoleillé, il est donc conseillé aux enfants de porter un chapeau pour les protéger des rayons du soleil.

Sur la plupart des grands lacs, le service d'alerte aux tempêtes émet également des avertissements de tempêtes imminentes. L'avertissement est signalé par une lumière orange clignotante.

- Le message d'avertissement est une indication précoce de la probabilité d'un danger et s'affiche en clignotant 40 fois par minute. Retournez immédiatement sur le rivage avec le groupe.
- L'avis de tempête annonce un danger imminent et s'affiche en clignotant 90 fois par minute. Quittez immédiatement le lac avec le groupe et cherchez un abri.

baignade en mer surveillée

Il est nécessaire de faire ce qui suit avant de se rendre dans une station balnéaire :

- Informer la station balnéaire de la visite du groupe (si possible, indiquer le nombre d'enfants et de guides)
- Visite préalable de la station balnéaire

Il est essentiel d'avoir visité la piscine au moins une fois avec le groupe avant la visite. Ici aussi, l'accent devrait être mis sur les points suivants :

- Où se trouvent les points dangereux ?
- Où se trouve un téléphone (d'urgence) ?
- Où se trouve un défibrillateur (généralement par le maître-nageur) ?
- Où se trouve la route d'accès pour l'ambulance ?
- Où se trouve la pharmacie dans le lido (généralement par le garde-vie) ?
- Où sont les boutons SOS ?
- Où se trouve le matériel de secours ?
- Où se trouve la zone de baignade (marquée par des bouées jaunes) ?

Le guide se fera un plaisir de répondre à toutes vos questions ! Le document ci-dessous peut vous aider à enregistrer les informations ci-dessus.

La règle de base est la suivante : personne ne sort de la zone de baignade (marquée par des bouées jaunes) !

Diverses choses peuvent être considérées comme des points dangereux. La liste suivante devrait vous donner une idée de tous les dangers possibles :

- Y a-t-il un afflux/un écoulement vers le lac dans la zone de baignade ?
- Y a-t-il des bas-fonds ?
- Y a-t-il des bateaux dans la zone de baignade ?
- Y a-t-il un fort courant dans le lac ?
- Y a-t-il d'autres dangers (p. ex. plate-forme de plongée) ?

Un lifeguard sera également heureux de vous fournir des informations à ce sujet !

Pour une visite à la piscine du lac, il est conseillé d'avoir au moins un guide avec un brevet SSS Plus Pool training et BLS/AED (CPR) pour chaque 12 enfants.

Feuille de travail_Plus_Pool_e_02

Traverser le lac / nager en dehors d'une zone de baignade

Vous devez être conscient que si vous traversez le lac ou nagez en dehors de la zone de baignade, il n'y a pas de sauveteur pour vous aider en cas d'urgence. Pour cette raison, ce type d'activité ne devrait être pratiqué qu'avec de bons nageurs.

Une plus grande préparation est nécessaire pour ce type d'activité. Les éléments suivants doivent être pris en compte :

- Y a-t-il des courants dangereux dans le lac ?
- Y a-t-il du trafic de bateaux dans le lac ?
- Y a-t-il d'autres dangers (bains à remous, gaz toxiques, ...) ?
- Où se trouvent les grands creux ?
- Où sont les points de sortie possibles ?
- ...

Dans le cas du trafic maritime en particulier, il faut clarifier si le lac peut être traversé en tout temps. La police des lacs peut fournir des informations. Pour tous les autres dangers, il est possible de consulter les gardes du corps des stations balnéaires existantes ou des clubs de natation locaux.

En règle générale, les signaux des lacs doivent être respectés car ils avertissent souvent des dangers !

Chaque traversée de lac doit être accompagnée d'au moins un bateau de soutien pour récupérer les nageurs faibles ou blessés.

La règle de base est : pas de traversée de lac sans bateau d'assistance !

Une traversée de lac ne peut se faire qu'à la nage ou avec l'aide de fin/canoës/etc. Dans tous les cas, les participants et les guides doivent porter un gilet de sauvetage. De plus, une pharmacie et au moins un sac à dos sont disponibles sur le bateau d'accompagnement. Si la traversée ne s'effectue qu'à la nage, il est recommandé aux participants de porter un bonnet de natation fluorescent (p. ex. jaune) afin d'augmenter leur visibilité dans l'eau.

Pour les bateaux d'une longueur latérale de plus de 2,5 m, un permis doit être obtenu auprès de l'autorité maritime pour la navigation sur les eaux publiques si la zone côtière (150 m) est à gauche.

Le document ci-dessous a pour but de vous aider à planifier une telle activité. Le document est expliqué plus en détail dans le chapitre "3x3 planning scheme".

Pour une traversée de lac, il faut au moins un moniteur avec un Brevet Plus Pool de la SSS avec en plus la formation BLS/AED (CPR) pour chaque tranche de 10 enfants. En outre, au moins un moniteur doit avoir le Lake Supplement.

Activités en rivière

Les activités en rivière sont de loin les plus dangereuses et nécessitent donc une très bonne préparation. Une telle activité ne devrait donc être planifiée et réalisée que par des guides expérimentés et formés.

Niveaux de difficulté des eaux blanches

Les rivières sont divisées en six niveaux de difficulté différents. Les caractéristiques de ces niveaux sont énumérées ci-dessous :

Niveau I (pas difficile) :

- débit régulier
- vagues régulières
- pas de surge
- obstacles simples

Exemple : Reuss (Melingen-Windisch), Thur (Frauenfeld-Andelfingen), Ticino (Biasca-Bellinzona)

Niveau II (modérément difficile) :

- passages libres

- courant irrégulier
- irregular waves (vagues irrégulières)
- medium surge
- rouleaux faibles, édiles et eau sous pression
- simples obstacles dans le courant
- étapes plus petites

Exemple : Engelbergeraa (Grafenort-Stans), Hinterrhein (Thusis-Reichenau), Simme (Garstatt-Heidenweidli)

Niveau III (difficile) :

- Passages clairs
- vagues irrégulières
- grands surfs, rollers, eddies et press water
- blocs individuels
- Steps
- multiples obstacles dans le courant

Exemple : Moessa (Cama-Roveredo), Muota (Muotathal reservoir), Simme (Heidenweidli-Weissenburg)

Niveau IV (très difficile) :

- Passages pas facilement reconnaissables
- Exploration généralement nécessaire
- surge élevé et persistant
- rouleaux puissants, érosions et eau sous pression
- Blocs décalés dans le train courant
- étapes plus élevées avec rétrolavage

Exemple : Engstligen (Achseten-Frutigen), Inn (Giarsun-Ardez), Landquart (Küblis-Fideris)

Niveau V (extrêmement difficile) :

- Exploration essentielle
- extrême surge, rollers et press water
- blocs étroits
- gradients plus élevés avec entrées et sorties difficiles

Exemple : Inn (gorges de Brail), Lonza (Riederschellen), Lütschine (section Bicok au-dessus de Wilderswil)

Niveau VI (limite de navigabilité) :

- généralement impossible
- éventuellement navigable à certains niveaux d'eau
- risque élevé

Les activités sur les rivières jusqu'au niveau II des eaux blanches inclus sont autorisées dans le cadre de Jeunesse et Sport.

Dangers dans la rivière

Les dangers suivants peuvent survenir dans une rivière :

- River bends (baffle slope, eddy, ...)

- Eddies
- Champignons et intersections
- Rouleaux
- Obstacles naturels
- Obstacles artificiels
- Backwaters
- Underwashings
- Eau haute
- Eau froide (hypothermie, choc)

En règle générale, les signaux des rivières doivent être observés car ils avertissent souvent d'un danger !

Conditions météorologiques

Pour des raisons de sécurité, toutes les activités en rivière ne sont effectuées que lorsque le temps est beau et que le niveau d'eau est normal. Avant le début de l'activité, le chef de groupe doit vérifier le temps qu'il fera dans les heures à venir. Si un front de mauvais temps est prévu, l'activité aquatique doit être abandonnée.

Si le groupe est déjà dans l'eau et qu'un front de mauvais temps s'approche, il doit également quitter l'eau le plus rapidement possible et chercher un abri.

Il convient de noter que le temps a une influence significative sur la rivière. De fortes pluies soudaines peuvent entraîner une augmentation rapide du niveau de l'eau. La zone de réception de la rivière doit être prise en compte. Un signe de fortes pluies en amont peut être le fait que l'eau prend une couleur brun terreux. Un coup de tonnerre est également un danger mortel sur terre et dans l'eau. En été, le soleil et la chaleur jouent également un rôle (une surchauffe peut également se produire dans l'eau !). Par temps ensoleillé, il est donc conseillé aux enfants de porter un chapeau pour les protéger des rayons du soleil.

Mouvement dans la rivière

Les types de mouvements suivants sont autorisés dans le cadre de Jeunesse et Sport :

- Natation
- Raft
- Dinghy gonflable
- Canoë en caoutchouc
- Canoë ouvert
- Tubing (tubes de camion)

Le rafting et l'hydrospeed ne sont pas autorisés !

Pour les rafts d'une longueur latérale supérieure à 2,5 m, un permis doit être obtenu auprès de l'Office de navigation pour la navigation sur les eaux publiques

Équipement

Lors d'une activité en rivière, il est important d'avoir et d'utiliser le bon équipement.

Équipement personnel :

- Veste de vie avec col (protection en cas d'inconscience) ou gilet à côtes ou à plaques (pas de protection en cas d'inconscience)
- Maillots de bain/vêtements de bain
- Veste de pluie (protection contre le vent et le refroidissement)
- Sous-vêtements imperméables de rechange (si transportés sur le bateau)
- Vieilles baskets (protège contre les blessures aux pieds)
- Protection solaire
- éventuellement un wetsuit
- éventuellement un casque (en fonction de l'itinéraire)
- Feuille de secours
- Boissons et nourriture

Les vêtements de rechange peuvent également être transportés à terre dans une voiture afin d'éviter qu'ils ne soient mouillés.

En règle générale, l'équipement personnel doit être vérifié avant chaque activité aquatique !

Matériel de groupe :

- Carte, guide de rivière, compas
- Kit de premier secours, couverture de survie
- Sifflet d'alarme
- Sac de lancer
- Dague, couteau pliant (en cas de corde à couper !)
- Téléphone portable (emballé pour résister à l'eau)
- Feuille d'information sur les activités aquatiques (voir ci-dessous)

Leaflet_Activités aquatiques

Planification

Les points suivants visent à fournir un bref aperçu de ce qu'il convient de considérer lors de la planification d'une telle activité aquatique dans le fleuve.

Les exigences :

- Quel type de bateau/raft sera utilisé pour l'activité aquatique ?
- Qui et combien de participants viendront ?
- Quel itinéraire/voyageur sera choisi ?
- Quelles sont les compétences requises pour les participants ?
- Existe-t-il des réglementations cantonales ?
- Quel est l'équipement disponible ?
- Quel est le type d'équipement personnel ?
- Quelle est la durée de l'activité ?
- Quelles sont les connaissances préalables des participants ?
- Quelles sont les connaissances spécialisées des animateurs ?
- Un spécialiste supplémentaire est-il nécessaire ?

Préparation de l'activité :

- Fixer la date/la date d'excursion
- Choisir l'itinéraire de la rivière (clarification avec les cartes d'eau, le guide de rivière, ...)
- Reconnaître 1:1 (descendre la rivière en bateau, évaluer les endroits dangereux, déterminer les endroits possibles pour entrer et sortir de l'eau, évaluer le niveau d'eau optimal)
- Choisir un itinéraire/des arrêts intéressants
- Si nécessaire : S'enregistrer auprès de l'autorité cantonale de navigation
- Discuter du concept de sécurité avec l'équipe de direction
- Elaborer un programme alternatif
- Obtenir le niveau d'eau/le rapport météo
- Prendre la décision d'organiser/d'annuler l'événement

Instructions de Jeunesse et Sport :

Pour chaque groupe de 12 enfants (Y+S) / 8 enfants (SSS), au moins un moniteur possédant la qualification SSS Brevet Plus Pool avec le supplément BLS/AED (CPR) est requis pour une activité aquatique en rivière. En outre, au moins un leader doit avoir le supplément rivière. Pour les jeunes et les sportifs, un moniteur ayant suivi une formation J+S 1 avec le module de sécurité supplémentaire pour les activités aquatiques est également requis.

Tous les bateaux/rafts utilisés doivent être insubmersibles ! De plus, le port d'un gilet de sauvetage est obligatoire.

Concept de sécurité :

- Déterminer les points de sortie (marquer sur la carte et convenir d'un point de rencontre)
- Obtenir des informations peu de temps avant le départ (dangers, conditions de l'eau, ...)
- Proposer des alternatives (si la situation actuelle est ingérable, annuler l'activité)
- Définir des règles de conduite (en discuter avant de prendre le départ)
- Connexions (connexions visuelles aux bateaux, point de contact en cas d'incertitude, où est l'expert, où se trouve un téléphone d'urgence)
- Équipement (vérifier tous les participants, prendre l'équipement de rechange avec vous, emballer tout l'équipement à l'abri de l'eau)
- Feuille d'urgence (remplir, avoir prêt, expliquer comment faire)
- Matériel d'urgence (prenez une pharmacie avec vous, gardez un sac à litière à portée de main)

Le document ci-dessous a pour but de vous aider à planifier une telle activité. Le document est expliqué plus en détail dans le chapitre "3x3 planning scheme".

Planning_a_free_water_activity_01

schéma de planification 3x3

Cette liste est destinée à vous aider à remplir le schéma de planification 3x3 pour la planification d'une activité en eau libre.

à la maison

Les conditions de travail :

- Prévisions météorologiques actuelles
- Heure de l'année

- Person of trust on site
- Température (eau/air)
- Réglementations, lois (permis)

Terrain :

- Lake/river map, terrain map, aerial photographs
- Connaissances personnelles (reconnaissance / photos)

Groupe :

- Combien de participants viennent ?
- Équipement, expérience, compétences, etc.
- Quelle expérience ai-je en tant que leader ?

Dans la région

Conditions :

- Météo (précipitation, température, vent)
- Prévisions météorologiques

Le terrain :

- Mon idée est-elle correcte (points d'entrée/de sortie, sous-découpage, etc.) ?
- Les courants existants sont-ils acceptables ?
- Water level (open weirs)

Groupe :

- Qui est vraiment là (équipement, condition) ?
- Motivation, dynamique de groupe
- Personal fitness as a leader (possible illness)
- Responsabilité personnelle

pendant l'activité

Conditions :

- Températures de l'eau
- Couleur de l'eau
- Comportement météorologique
- Critères d'avortement

Le terrain :

- Qu'y a-t-il à l'horizon ?
- Communiquer et sécuriser les points de sortie

Groupe :

- Contrôler en permanence l'état des participants (hypothermie, malaise, fatigue, etc.)
- Motivation, condition physique, discipline, dynamique de groupe

Note

Cet article ne remplace pas l'intervention d'un formateur et ne doit en aucun cas être considéré comme complet. En cas de doute, consultez un guide compétent ou n'effectuez pas l'activité.

Référence du fichier

- Toutes les fiches de travail proviennent de la SSS. Avec l'autorisation de la SSS (Swiss Life Saving Association)
- La dernière version de ces fiches de travail peut être téléchargée ici.
- Le dépliant sur les activités aquatiques provient de Jeunesse et Sport.

Crédits d'image

- Image de couverture : © Kasperline / pixelio.de

Weitere Informationen

Categories
Jeux et activités

Tags
Вода
Planification
Сигурност
Инструкции
Article

Vieux
Aucune donnée disponible.

Nombre de participants
Aucune donnée disponible.

Bible
Cette information manque.

Durée
Aucune donnée disponible.

Matériau
Presque sans effort

Téléchargement du fichier
Téléchargement de fichiers disponible

KI Generierter Inhalt
Contenu
Categories
Tags
Vieux
Nombre de participants
Bible
Durée
Matériau

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/fr/wiki/art/planification-dune-activite-aquatique