Foire aux agrès: Consignes de sécurité

Les exercices aux agrès ne sont pas dangereux si l'on applique certaines règles élémentaires de sécurité. Dans tous les cas, il faut consacrer du temps en début de leçon pour expliquer et démontrer les bons gestes.

Les enfants

- Démontrer et appliquer les prises de sécurité correctes. Expliquer aux enfants les gestes d'assurage et leur utilité. Leur apprendre à s'assurer mutuellement. Exiger une grande concentration. Conseils et illustrations sous www.gymfacts.ch.
- Contrôler l'équipement des élèves (enlever tous les bijoux, contrôler les chaussures, etc.).
- Evaluer les capacités – physiques et psychiques – des élèves et adapter le niveau des exercices en fonction.
- Former plusieurs groupes et leur attribuer des tâches spécifiques. Les explications doivent être claires dans un souci de gain de temps et de sécurité.

Le matériel

La planification et le déplacement des agrès dans la salle de sport sont importants:

- Dans quel ordre les agrès doivent-ils être sortis du local de matériel?
- Comment transporte-t-on et installe-t-on un agrès?
- Combien d'enfants sont nécessaires pour déplacer un agrès (caisson, barres parallèles, tapis, etc.)?
- Dessiner un plan avec l'emplacement précis des agrès (ancrage dans le sol et orientation); ce moyen didactique aide lors de la préparation de la leçon.
- Installer correctement le matériel, prévoir les tapis de sécurité en conséquence, Contrôler la stabilité des engins, vérifier les fermetures et blocages, évacuer tout matériel inutile.

Les installations

- Tapis de réception: Disposer quatre à cinq tapis dans le sens de la longueur par agrès. Utiliser un tapis de 16 ou de 40 cm (en particulier pour les enfants prenant beaucoup d'élan) pour la réception. Stabiliser le gros tapis en plaçant de petits tapis dans le prolongement de celui-ci.
- Gros tapis: Recouvrir avec des petits tapis pour amortir la réception des enfants les plus lourds.
- Pas d'espace entre les tapis: Dans le cas contraire, le risque de se blesser est grand lors de

la réception. Si nécessaire, disposer des tapis fins de gymnastique par-dessus.
- Pas de tapis «inutiles»: L'utilisation excessive de tapis, dans une optique de sécurité, incite les enfants à réaliser des sauts fantaisistes et spectaculaires dont la réception peut s'avérer dangereuse.

Source: Articles | Foire aux agrès: Tout est possible!

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO