

Sécurité: Faire de luge

La nouvelle feuille didactique du bpa relative à la pratique de la luge renseigne sur le contrôle du matériel, la technique et les comportements à adopter.



En Suisse, la pratique de la luge occasionne quelque 6000 accidents par an chez les enfants et les adolescents jusqu'à 16 ans.

Sur une luge, on peut atteindre des vitesses élevées. Les enfants et les adolescents notamment sous-estiment leur vitesse et perdent facilement le contrôle de leur engin. Pour pouvoir s'arrêter ou contourner à temps un obstacle, une technique de freinage et de guidage efficace ainsi que de bonnes chaussures sont indispensables.

Les feuilles didactiques du bpa contiennent une partie théorique prête à l'emploi accompagnée d'une vidéo, grâce à laquelle les enfants découvrent de façon ludique les règles de comportement pour lugeurs. Dans la partie pratique, ils contrôlent leur matériel, observent le comportement des autres lugeurs et exercent leur technique sur la luge.

Objectifs didactiques

Les élèves

- sont sensibilisés aux règles de comportement pour lugeurs à l'aide d'une vidéo,
- analysent le comportement correct à adopter sur la base de la vidéo et en déduisent les règles correspondantes,
- apprennent à appliquer ces règles sur les pistes de luge et à se comporter correctement,

- découvrent que le respect des règles de comportement n'entrave pas le plaisir.

Safety-Tool du bpa faire de la luge

Source: [bpa – Bureau de prévention des accidents](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO