

# PASS Randonnée pédestre.

Version 2019

## Mot de l'inspection pédagogique régionale sur les protocoles actifs de sécurisation des scolaires (PASS) :

Les activités physiques de pleine nature (APPN) permettent de vivre des expériences individuelles et collectives porteuses de nombreux apprentissages. Qu'il s'agisse d'EPS ou de sport scolaire, la possibilité de pratiquer une activité sportive en pleine nature est une liberté que l'École doit encourager dès le plus jeune âge.

Notre académie offre une diversité d'environnements qui sont de merveilleux terrains d'apprentissage de la maîtrise des risques et de l'autonomie, mais aussi d'épanouissement, d'entraide et d'émotions partagées, à condition que les expériences qu'offrent les APPN soient osées avec le minimum de risques objectifs et réalisées avec le maximum de sécurité.

Dans ce cadre, la circulaire n° 2017075 du 19/04/2017 réprecise les exigences de sécurité attendues dans l'enseignement des activités de pleine nature. Elle invite également chaque académie à établir des protocoles de sécurité adaptés aux caractéristiques qui sont les siennes tant d'un point de vue environnemental qu'en termes de public scolaire accueilli. Ces **protocoles académiques ont pour but de synthétiser les opérations incontournables à vérifier et à effectuer avant, pendant et après la leçon d'EPS. Ils s'appliquent également à l'association sportive, aux sections sportives scolaires et à tout autre dispositif d'enseignement.** Ils feront l'objet d'une actualisation récurrente au regard des évolutions réglementaires, techniques, pédagogiques ou didactiques observées.

Quelle que soit l'activité support nous souhaitons rappeler à tous les professeurs qui s'engagent sur l'enseignement des APPN les recommandations incontournables suivantes :

-la conception même des APPN repose sur deux idées centrales : **partir - revenir en sécurité et garder la possibilité de renoncer.**

Pour l'enseignant, il peut s'agir par exemple de renoncer à la sortie en raison d'une météo défavorable et, pour l'élève, de renoncer dans l'instant à un itinéraire envisagé, s'il est jugé trop risqué ou dangereux.

-il apparaît indispensable de **distinguer des niveaux d'engagement différents**, au regard de la charge émotionnelle et sécuritaire qui pèse sur le pratiquant.

-l'enseignant doit s'organiser pour **garantir de façon pleine et entière une chaîne de sécurité et une chaîne de contrôle fiables.** Elles ne peuvent être déléguées, et ainsi de façon constante, l'élève ne peut se substituer à l'enseignant dans un contrôle final nécessaire à la pratique en sécurité.

## La randonnée pédestre :

La randonnée pédestre est une activité physique qui s'effectue généralement sur des sentiers dans la nature (campagne, montagne, ...). Cependant, de plus en plus de villes mettent en place des circuits de randonnée urbaine visant à faire découvrir leur patrimoine. La durée est extrêmement variable : de la randonnée de quelques heures, à la grande randonnée de plusieurs jours, voire plusieurs semaines.

Le degré de préparation et le matériel nécessaire varie fortement en fonction du milieu, de la difficulté de l'itinéraire et de la durée.



Région académique  
OCCITANIE

académie  
Toulouse



# PASS Randonnée pédestre.

Version 2019

La randonnée pédestre se différencie de l'alpinisme, la spéléologie, l'escalade, des via ferrata et du canyonisme qui se pratiquent sur des terrains nécessitant des techniques de progression spécifiques souvent avec matériel.

La randonnée pédestre est une activité dont le risque objectif n'est pas très élevé au regard d'autres activités de pleine nature. Ses dangers spécifiques sont limités à un incident ou accident physique et / ou traumatique, (les élèves possédant un P.A.I. sont d'autant plus exposés), à une mauvaise rencontre (le plus souvent un animal), ou à un problème lié à une mauvaise météo dans l'instant ou quelques heures avant la pratique.

# PASS Randonnée pédestre.

Version 2019

Activité	Avant le départ	Pendant l'activité																
<p>Randonnée pédestre sur routes, chemins, sentiers, pistes... accessibles aux véhicules de secours.</p>	<p><b>Inform</b>er le chef d'établissement et les parents du projet.</p> <p><b>Déposer à l'administration de l'établissement une fiche descriptive</b> de la randonnée : point de départ, itinéraire, horaires, liste des participants et des encadrants, numéros de téléphone.</p> <p><b>Consulter</b> la météo du jour et tenir compte de celle des jours précédents pour maintenir ou non la séance (vigilance par rapport à l'évolution orageuse, au vent, aux températures).</p> <p>Au regard des caractéristiques du groupe (nombre, niveau physique, hétérogénéité, âge), des conditions météorologiques annoncées, du délai imparti <b>définir un itinéraire adapté</b>.</p> <p>Tableau pour estimer la durée de base du parcours.</p> <table border="1" data-bbox="315 568 1366 890"> <thead> <tr> <th>Niveau du randonneur</th> <th>Vitesse de marche plat</th> <th>Vitesse de marche montées</th> <th>Vitesse de marche descentes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Débutant</td> <td>1,5 à 2,5 km/h</td> <td>150 à 250 m/h</td> <td>300 à 400 m/h</td> </tr> <tr> <td>Intermédiaire</td> <td>2,5 à 4,0 km/h</td> <td>250 à 350 m/h</td> <td>400 à 550 m/h</td> </tr> <tr> <td>Confirmé</td> <td>&gt;4,0 km/h</td> <td>&gt;350 m/h</td> <td>&gt;550 m/h</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Vérifier</b> que l'itinéraire emprunte des chemins publics. Dans le cas contraire, c'est à dire si la traversée de terrains privés s'avère nécessaire, demander les autorisations de passage aux propriétaires.</p> <p><b>Prévenir</b> les autres utilisateurs potentiels du site (autres EPLE, sociétés de chasse / travaux forestiers / éleveurs, ... )</p> <p><b>Prévoir un équipement adapté pour les élèves</b> : lunettes solaires, gants, couvre-chef (bonnet ou casquette selon la saison), chaussures de sport, tenue adaptée (privilégier le multicouche : teeshirt respirant, couche chaude et coupe-vent), sac à dos avec gourde d'eau et pique-nique ou gouter.</p> <p><b>A prévoir pour l'encadrant</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- liste des participants et des encadrants avec leur numéro de téléphone,</li> <li>- un sac à dos avec pharmacie, PAI et fiches d'urgence, couverture de survie,</li> <li>- carte IGN 1/25000 du secteur, boussole,</li> <li>- lunettes solaires en sus, bonnet ou casquette en sus, gants en sus, crème solaire,</li> <li>- barres de céréales, eau,</li> <li>- téléphone portable en état de fonctionnement, un sifflet,</li> <li>- de quoi réparer (couteau, cordelette, ruban adhésif, chambre à air...)</li> </ul>	Niveau du randonneur	Vitesse de marche plat	Vitesse de marche montées	Vitesse de marche descentes	Débutant	1,5 à 2,5 km/h	150 à 250 m/h	300 à 400 m/h	Intermédiaire	2,5 à 4,0 km/h	250 à 350 m/h	400 à 550 m/h	Confirmé	>4,0 km/h	>350 m/h	>550 m/h	<p><b>Faire équiper les élèves</b> : lunettes de soleil, crème solaire, gants, bonnet en fonction des conditions.</p> <p><b>Rôle de chacun</b> au cours de la progression : respect des allures et des positions dans le groupe, du rythme du plus lent, rester derrière l'animateur de tête et devant le serre-file, suivre les consignes de l'encadrant pour les portions de route.</p> <p>Nommer un serre-file.</p> <p><b>Veiller à l'adaptation des tenues vestimentaires</b> : enlever une couche de vêtement pendant l'effort, remettre des habits secs lors des pauses.</p> <p><b>Veiller à l'hydratation</b> régulière des élèves.</p> <p><b>Contrôler qu'aucun élève ne soit en difficulté</b></p> <p><b>Inform</b>er régulièrement les élèves le lieu où l'on se trouve sur la carte (savoir se situer en cas d'accident).</p> <p>Un groupe se déplaçant sur une chaussée, est tenu d'emprunter les emplacements praticables réservés aux piétons tels que <b>trottoirs ou accotements</b>.</p> <p><b>Expliquer aux élèves les procédures</b> :</p> <p>Que faire en cas d'un accident ? D'une mauvaise rencontre (Animale, humaine...) ?</p> <p>Sur le plan pédagogique, il est intéressant d'expliquer aux élèves que faire en cas de perte.</p> <p><b>-Ne pas hésiter à renoncer si les conditions ne sont pas bonnes.</b></p>
Niveau du randonneur	Vitesse de marche plat	Vitesse de marche montées	Vitesse de marche descentes															
Débutant	1,5 à 2,5 km/h	150 à 250 m/h	300 à 400 m/h															
Intermédiaire	2,5 à 4,0 km/h	250 à 350 m/h	400 à 550 m/h															
Confirmé	>4,0 km/h	>350 m/h	>550 m/h															

# PASS Randonnée pédestre.

Version 2019

	<p>Elaboration d'une fiche de route conseillée (descriptif de la randonnée avec pour un parcours entre deux points caractéristiques, distance, azimut, dénivelée, observations)</p> <p>Effectif conseillé : 1 encadrant pour 15 élèves, deux encadrants conseillés.</p>	
<p>Randonnée pédestre en <b>milieu spécifique</b> : itinéraire sur sentier ou hors sentier non accessible à un véhicule de secours</p>	<p>Emploi d'un professionnel conseillé.</p> <p><b>Inform</b>er le chef d'établissement et les parents du projet.</p> <p><b>Déposer à l'administration de l'établissement une fiche descriptive</b> de la randonnée : point de départ, itinéraire, horaires, liste des participants et des encadrants, numéros de téléphone. Les secours en montagne (CRS ou PGHM) peuvent être avertis. Ne pas OUBLIER de les prévenir lors de votre retour.</p> <p><b>Consulter</b> la météorologie, les forums de pratiquants, les guides de randonnée, le site géoportail, l'avis de professionnels (Guide, AEM, gardien de refuge, PGHM, CRS Montagne,...), les conditions d'accès (état des routes).</p> <p>A partir de ces consultations, et au regard des caractéristiques du groupe (nombre et niveau physique), <b>élaborer un itinéraire</b> permettant d'évoluer en sécurité (CF TABLEAU CI-DESSUS pour estimer les temps de marche)</p> <p><b>Connaître parfaitement le lieu de pratique</b> Une reconnaissance du site est préférable. Vérifier l'état du réseau téléphonique à différents endroits de la carte afin d'identifier des zones où le téléphone ne capte pas. Repérer les zones potentiellement dangereuses.</p> <p><b>Elaboration d'une fiche de route conseillée</b> (descriptif de la randonnée avec pour un parcours entre deux points caractéristiques, distance, azimut, dénivelée, observations) <b>Prévoir un itinéraire de repli</b> (itinéraires de réchappe permettant de raccourcir le parcours).</p> <p><b>Prévoir un équipement adapté pour les élèves</b> : lunettes solaires, gants, couvre-chef (bonnet ou casquette selon la saison), chaussures de montagne (montantes), tenue adaptée multicouches avec teeshirt respirant, couche chaude et coupe-vent, privilégier les manches longues et les pantalon longs, sac à dos avec gourde d'eau et pique-nique, barre de céréales et/ou gouter. + une paire de bâtons conseillée.</p> <p><b>A prévoir pour l'encadrant</b> : - liste des participants et des encadrants avec leur numéro de téléphone,</p>	<p><b>Faire équiper les élèves</b> : lunettes de soleil, crème solaire, gants, éventuellement bonnet</p> <p><b>Inform</b>er régulièrement les élèves du lieu où l'on se trouve sur la carte (savoir se situer en cas d'accident).</p> <p><b>Rôle de chacun</b> au cours de la progression : respect des distances, des allures et des positions dans le groupe, du rythme du plus lent, rester derrière l'animateur de tête et devant le serre-file. Nommer un serre-fil.</p> <p><b>Veiller à l'hydratation</b> régulière des élèves. Prévoir des pauses régulièrement. Cela permet de bien s'hydrater et de manger mais également de pouvoir remotiver les élèves les plus en difficulté</p> <p><b>Etre en mesure de sécuriser le franchissement d'un obstacle imprévu</b> (névé, éboulement ou ravinement du sentier...) avec le matériel de sécurité ou <b>RENONCER</b></p> <p><b>Apprentissage d'éléments de sécurité</b> : Rappeler des gestes de secours, faire simuler un déclenchement de secours, faire localiser et donner les coordonnées GPS, pratiquer la cartographie régulièrement. Sur le plan pédagogique, il est intéressant d'expliquer aux élèves que faire en cas de perte.</p> <p>Analyser régulièrement le terrain, la météorologie et les conditions de progression pour adapter l'itinéraire <b>ou RENONCER</b>.</p> <p>En présence de deux encadrants, s'imposer régulièrement des temps de concertation et d'échanges au sujet de ces conditions. Ne pas hésiter à <b>RENONCER</b> si les conditions ne</p>



# PASS Randonnée pedestre.

Version 2019

- un sac à dos avec pharmacie, PAI et fiches d'urgence, couverture de survie, briquet et bougie,  
- carte IGN 1/25000 du secteur, boussole, altimètre, GPS (piles de rechange)  
- lunettes solaires en sus, bonnet ou casquette en sus, gants en sus, crème solaire,  
- barres de céréales, eau,  
- téléphone portable en état de fonctionnement, un sifflet, une frontale,  
- de quoi réparer (couteau, cordelette, ruban adhésif, chambre à air...)  
+ une corde de randonnée, deux sangles et deux mousquetons (permettant d'aider ou de sécuriser des élèves sur un court passage).

Effectif conseillé : 1 encadrant pour 8 élèves, deux encadrants conseillés.

sont pas bonnes.

Faire respecter l'environnement, les zones de pâturages, les enclos (ouverture et fermeture des portes)

## « Check-list » Randonnée pédestre

**Attention :** Les points listés ici doivent vous renvoyer au tableau des actions incontournables et préconisations du PASS Randonnée pédestre.

	Points à vérifier:	OUI	NON
Avant la séance	Ai-je toutes les autorisations nécessaires ?		<b>SAVOIR RENONCER !</b>
	Ai-je prévenu de notre départ et donné l'itinéraire à quelqu'un ?		
	L'encadrement est-il suffisant ?		
	Mon itinéraire est-il adapté à mes élèves ?		
	Ai-je repéré et pris en compte les zones potentiellement dangereuses ?		
	Ai-je les numéros de téléphone des personnes à prévenir en cas d'accident ?		
	Ai-je pris ma trousse des 1ers secours et le traitement des élèves ayant un PAI ?		
	Mes élèves ont-ils tout le matériel nécessaire et une tenue adaptée ?		
	Ai-je expliqué aux élèves les procédures en cas de blessure / perte / mauvaise rencontre ?		
	Ai-je consulté la météo ?		
Pendant la séance	Ai-je donné ou répété les consignes de sécurité ?		<b>SAVOIR RENONCER !</b>
	Tous les élèves se situent-ils entre l'encadrant et le serre-file ?		
	L'effort convient-ils à l'ensemble des élèves.		
	Suis-je en mesure de contrôler la traversée ou la proximité des routes		
A la fin de la séance	Ai-je compté mes élèves à l'arrivée ? Avant de quitter le site ?		<b>SAVOIR RENONCER !</b>