



# INSTITUT MÉDITERRANÉEN DE FORMATION

Pour le développement du handball par la professionnalisation des structures



**LIGUE PROVENCE  
ALPES CÔTE D'AZUR**  
FFHANDBALL



# *Sécurité et prévention*



ÉCOLE DE HAND, ÉCOLE DE LA VIE !

# Sécurité

## ***Documents à consulter :***

➤ **Guide sécurité et entraînements (dossier en ligne)**

➤ **Code du Sport (en ligne)**

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichCode.do?cidTexte=LEGITEXT000006071318>

## ***Impératif :***

➤ **Avoir passé le PSC1**

# Un espace sécurisé

**« Les entraîneurs ont la responsabilité ultime de réduire les risques de la participation des athlètes au sport qu'ils entraînent »**

- ✓ Le terrain de jeu doit être contrôlé avant et après tous les entraînements pour détecter tout obstacle.
- ✓ Un terrain en intérieur doit être exempt de tout obstacle ou obstruction entourant les parties extérieures du terrain.
- ✓ La surface de jeu en elle-même doit être libre, sécurisée et sèche.
- ✓ Toutes les lignes doivent être clairement visibles.
- ✓ Toute installation en intérieur doit avoir une ventilation appropriée, particulièrement dans les climats chauds.

# Un espace sécurisé

- ✓ Les installations en extérieur doivent être contrôlées pour détecter toute surface de jeu non plane, y compris des trous, niveaux inégaux ou humidité.
- ✓ La zone de jeu doit également être contrôlée pour tout obstacle supplémentaire.
- ✓ Les zones hors terrain doivent être libres de toute obstruction.  
Toutes les limites doivent être clairement marquées.

# Un espace sécurisé

- ✓ Les autres zones utilisées par les joueurs, telles que les vestiaires et les douches, doivent être examinées en termes de sécurité et d'accessibilité.
- ✓ Les sols doivent être correctement séchés et avoir des surfaces non dérapantes.
- ✓ Les zones utilisées par les spectateurs, les familles et autres joueurs ne participant pas doivent être évaluées en termes de sécurité et d'accessibilité.

# Un espace sécurisé

## **Par exemple - considérations concernant les surfaces de jeu en intérieur :**

- ✓ Assurez-vous que toutes les horloges, lumières et fenêtres sont correctement protégées et que l'éclairage est adéquat.
- ✓ Il doit y avoir suffisamment d'espace entre la limite d'une activité ou d'une surface de jeu et l'endroit des bancs de l'équipe, des tribunes, murs, cloisons, autres activités et objets.
- ✓ Assurez-vous que les cages soient bien fixées.
- ✓ Assurez-vous que la surface de jeu est plane, sans excroissance de clous ou cartons, bris de vers etc... et autres objets dangereux

# Un espace sécurisé

## **Par exemple - considérations concernant les surfaces de jeu en extérieur :**

- ✓ Recherchez et traitez les dangers tels que les pierres, verre, surfaces non uniformes, trous non couverts, trous, prises au-dessus du sol et points excessivement humides.
- ✓ Si un terrain est fermé par une grille, il est préférable que le terrain contienne une zone d'avertissement visible et clairement identifiable à proximité de la grille.
- ✓ Examinez les zones immédiatement contiguës au terrain de jeu et identifiez les risques (câbles, trous etc.) pouvant être rencontrés par un joueur dont l'élan l'entraîne en dehors des limites du terrain.
- ✓ Assurez-vous qu'il y a une séparation adéquate (par exemple de la distance, une barrière ou un filet) entre les spectateurs et le terrain de jeu.

# Des équipements vérifiés

- ✓ Les athlètes doivent avoir l'équipement adéquat pour chaque sport, et si l'équipement doit être porté, il doit être correctement ajusté.
- ✓ Les aspects suivants doivent être pris en compte : Quantité suffisante d'équipement - tout l'équipement nécessaire doit être disponible à tous les entraînements et compétitions.
- ✓ Les athlètes doivent être en mesure d'utiliser l'équipement pour l'échauffement et la participation.
- ✓ Equipement bien entretenu - tout l'équipement doit être vérifié avant le début de l'entraînement ou de la compétition.

# Des équipements vérifiés

- ✓ L'équipement utilisé de manière routinière ou occasionnelle doit être entretenu et vérifié avant chaque utilisation.
- ✓ Utilisation adéquate de l'équipement - les fabricants développent des équipements pour une utilisation spécifique. Le personnel d'entraînement doit informer les joueurs de l'utilisation correcte de l'équipement. Une utilisation inadéquate est non seulement dangereuse mais peut annuler la garantie.
- ✓ Taille adéquate de l'équipement -l'équipement doit respecter les spécifications standard conçues par le sport.
- ✓ Adaptation adéquate de l'équipement - tout équipement utilisé dans le contexte d'un sport doit être correctement adapté à chaque athlète.
- ✓ Garantie adéquate et critères de sécurité - la révision des critères de sécurité et une utilisation adéquate sont recommandées.

# Des déplacements préparés

- ✓ Le personnel d'entraînement est responsable de tous les athlètes lorsqu'ils voyagent pour jouer ou concourir.
- ✓ L'entraîneur doit réviser toute instruction spéciale concernant chaque joueur avec les parents ou le tuteur.
- ✓ Des instructions écrites concernant toute médication doivent être révisées et emmenées pendant le voyage.
- ✓ Le transport doit convenir à tous les joueurs. Le mode de transport doit être sûr, ainsi que tout chauffeur.
- ✓ Les conditions météo doivent être consultés avant de partir pour une compétition.
- ✓ L'entraîneur doit contacter l'entraîneur de l'équipe adverse pour réviser les dispositions concernant les fournitures, telles que l'eau, les plans de gestion d'urgence, et l'espace de vestiaires.

# Des déplacements préparés

- ✓ Les numéros de téléphone importants doivent être enregistrés.
- ✓ Si le voyage comprend un hébergement la nuit, des chambres sûres et accessibles doivent être obtenues.
- ✓ Les coordonnées seront données à tous les parents. Les préoccupations de régimes spéciaux doivent être éclaircies avec les parents et des dispositions prises pour y faire face.
- ✓ Les parents doivent être informés du lieu et de l'heure pour venir chercher leur enfant au retour.
- ✓ Un plan pour une chaîne de téléphone doit être développé en cas de modification des plans

# Exemple sur une séance

## **Lors de l'accueil des pratiquants** (début d'année, de cycle)

- Signature du règlement intérieur (heures d'ouverture, condition de pratique, organisation, conditions de récupérations des enfants par les parents, etc)

## **Avant la séance**

- Disponibilité des installations et du matériel
- Matériel des pratiquants
- Organisation des déplacements (ou à la fin si éducateur disponible)
- Avoir un moyen de communication rapide avec les secours / trousse de secours
- Prévoir eau (vérifier que les pratiquants en disposent : gourdes-bouteilles)
- Connaître les instructions départementales de jeunesse et sport, et prefecture

## **Début de la séance** (avant la pratique)

- Présences / présences dispensées / absences
- Retard
- Vérification du matériel des pratiquants
- Vérification du matériel du lieu de pratique (des vestiaires aux terrains)
- Organisation des rotations filles/garçons dans les vestiaires
- Si déplacement : faire porter le matériel afin de pouvoir être plus réactif

## **Pendant**

- Gestion des « envies pressantes » (en fonction de l'âge, l'enfant ne va pas seul aux WC)
- Gestion des comportements à risques - Expliquer les règles de vie, de jeu
- Pratiques adaptées au public
- Séance progressive

## **Après**

- Rendre les pratiquants à leur vie extérieure (parents, familles) – Préparation prochain match ou séance suivante (lieux – horaires rdv – moyens de transport)

# Protéger le jeune joueur !

## Quelques constats :

- ✓ *Augmentation régulière de la taille et augmentation moindre du poids*
- ✓ *Laxité articulaire importante*
- ✓ *Tonus musculaire peu développé*
- ✓ *Sensibilité importante à la déshydratation*
- ✓ *Plaintes*

## Préconisations de base :

- ✓ *En informer les parents, responsables*
- ✓ *Mettre en place régulièrement des exercices d'équilibre*
- ✓ *Une hydratation à intervalle régulier lors des séances*
- ✓ *L'utilisation de matériel adapté*
- ✓ *Des exercices variés et ludiques maintenant un bon niveau de vigilance.*

***PROSCRIRE les efforts intenses prolongés car l'enfant ne sait pas limiter son effort***

***PROSCRIRE tout exercice de force***

***PROSCRIRE les étirements***



# INSTITUT MÉDITERRANÉEN DE FORMATION

Pour le développement du handball par la professionnalisation des structures



**LIGUE PROVENCE  
ALPES CÔTE D'AZUR**  
FFHANDBALL

