



YOUP'LA BOUGE!
SEPTEMBRE 2023

L'IDÉE DE L'AUTOMNE

RESSOURCES POUR DES STRUCTURES PRÉSCOLAIRES ACTIVES AU QUOTIDIEN



LE BPA AU SERVICE DE LA SÉCURITÉ

ALEXANDRA BERSIER-BALZ
COLLABORATRICE SCIENTIFIQUE ÉCOLE ET FAMILLE AU BPA

Centre de compétence depuis 1938, le BPA - bureau de prévention des accidents vise à faire baisser le nombre d'accidents graves en Suisse grâce à la recherche et au conseil. Dans le cadre de son mandat légal, il est actif dans la circulation routière, l'habitat, les loisirs et le sport.

Dans cette édition des idées de saison Youp'la bouge, nous évoquerons ce qui permet la sécurité tout en laissant l'enfant bouger et faire des expériences bénéfiques à sa santé physique et psychique. Nous aborderons également les notions de prévention comportementale et structurelle, jalons d'une bonne préparation.

CE MOIS-CI

ON ABORDE LA THÉMATIQUE DE LA SÉCURITÉ

LE PLAISIR DE BOUGER EN SÉCURITÉ

- RECOMMANDATIONS
- PRÉVENTION COMPORTEMENTALE
- PRÉVENTION STRUCTURELLE
- BIEN SE PRÉPARER
- OUTILS
- SE DOCUMENTER
- SE FORMER

LE PLAISIR DE BOUGER EN SÉCURITÉ

Escalader, courir, ramper, faire des roulades... La journée de nombreux enfants s'apparente à une longue séance de gymnastique et c'est très bien comme ça. Seules des possibilités d'activité physique variées permettent en effet de développer les compétences motrices de base et, avec elles, la santé physique, mentale et sociale.

RECOMMANDATIONS

Le BPA recommande d'encourager l'activité physique des jeunes enfants de manière ciblée et soutient les initiatives des offres d'accueil extrafamilial qui vont dans ce sens.

Les enfants ont besoin que les adultes mettent à leur disposition l'espace nécessaire pour bouger. Afin de tenir compte du développement individuel des enfants, les personnes qui les encadrent doivent constamment réévaluer la situation.

Elles doivent créer un environnement aussi sûr que nécessaire pour rendre les activités et les apprentissages possibles. En leur offrant des opportunités d'exploration et d'expérimentation adaptées, en les guidant et en les encourageant à prendre des décisions éclairées, nous les aidons à développer leur autonomie, leur confiance en eux et leurs compétences en matière de risque.

Une chose est sûre : là où les enfants grimpent, courent, rampent ou font des roulades, il arrive de temps à autres qu'ils se cassent la figure. Une activité ne peut exister sans risques et les accidents mineurs ne peuvent jamais être totalement évités même si ce n'est pas ce que l'on souhaite. Les enfants doivent vivre des expériences variées avec des succès et des échecs, sous une surveillance responsable, pour acquérir des compétences en matière de risque. Les accidents graves ou mortels peuvent néanmoins être réduits grâce à des mesures de prévention comportementale et structurelle.

**bfu
bpa
upi**



PRÉVENTION COMPORTEMENTALE

Les mesures de prévention comportementale visent à influencer le comportement des personnes par le biais de l'information, de la formation, d'exercices et d'entraînements afin de prévenir les accidents.

Les compétences en matière de risque se développent par les expériences répétées. C'est par l'apprentissage et la découverte, en expérimentant succès et petits échecs que l'enfant apprend progressivement à évaluer correctement les situations. Il est important que l'enfant puisse faire des expériences dans un cadre bien délimité. C'est pour cette raison que le comportement de la personne chargée de surveiller l'enfant est également au centre de la prévention comportementale, au même titre que celui de l'enfant.



ÉDUCATION ET SENSIBILISATION

Transmettez aux enfants les règles de sécurité de base. Sensibilisez-les également aux dangers potentiels et aux comportements sécuritaires à adopter.



MODÈLE D'EXEMPLE

Les adultes doivent donner l'exemple en adoptant des comportements sécuritaires lorsqu'ils pratiquent des activités physiques. Respectez les règles de sécurité globale.



ENCADREMENT ET COMMUNICATION

Etablissez une communication ouverte avec les enfants et encouragez-les à signaler tout problème ou danger qu'ils remarquent. Assurez-vous également d'expliquer clairement les règles et les consignes de sécurité avant toute activité.

PRÉVENTION STRUCTURELLE

Les mesures de prévention structurelle portent sur la conception de l'environnement ou sur les infrastructures. Elle consiste à créer des environnements propices et adaptés à l'activité physique. Comme les enfants sont en train de développer leurs compétences en matière de risques, la prévention structurelle joue un rôle particulièrement important.

La compétence en matière de risques résulte de la conscience du danger et de la capacité d'autogestion. Des activités physiques variées rendent l'enfant compétent en matière de risque.



AMÉNAGEMENT SÉCURISÉ DES ESPACES

Assurez-vous que les aires de jeu, les terrains de jeux et autres espaces d'activité physique destinés aux enfants sont conçus et entretenus de manière sécurisée. Cela peut inclure l'installation de surfaces amortissantes pour les aires de jeu, l'élimination des dangers potentiels tels que les objets tranchants ou les structures instables ainsi que la mise en place de barrières de sécurité appropriées.

Les enfants doivent être protégés avant-tout contre les dangers qu'ils n'identifient pas ou que difficilement et qui sont susceptibles de causer de graves blessures.

Limiter la hauteur de chute depuis les équipements d'aires de jeux représente par conséquent une solution technique simple et hautement efficace pour réduire le nombre d'accidents graves. Le risque de fracture ou de blessure lourde à la tête augmente avec la hauteur de chute. Dès que celle-ci s'élève à 1,5 mètre, le risque de blessure grave augmente. Il est toutefois possible de trouver une aire de jeux sans grande hauteur de chute mais qui reste attrayante.



ÉQUIPEMENT ADAPTÉ

Utilisez des équipements de jeu adaptés à l'âge et aux capacités des enfants. Assurez-vous que les équipements sont en bon état, qu'ils sont correctement ajustés et qu'ils répondent aux normes de sécurité appropriées.



SUPERVISION ADÉQUATE

Les enfants doivent être sous la surveillance constante et attentive d'adultes responsables lorsqu'ils participent à des activités physiques. Adaptez le type d'activité en fonction des possibilités de surveillance.



OUTILS

Sur le site du [BPA](http://bpa.ch), vous trouverez des idées ludiques de jeux qui favorisent le mouvement en toute sécurité et pourrez commander quatre **balance-discs** gratuitement.

Travailler l'équilibre permet de renforcer les compétences motrices. Les enfants habiles ont moins de risque de se faire mal.

LE MONDE DES ANIMAUX

Utilisez les **balance-discs** tels des petits rochers que les animaux doivent franchir. Chaque animal le fait à sa manière :



sur la pointe des pieds



sur les talons



les pieds à plat



sur un pied

LES STATUES

Les enfants se déplacent librement dans la pièce. Au signal donné par une personne prédéfinie, les enfants s'immobilisent et font la statue sur le **balance-disc**. L'activité peut être complexifier en donnant une consigne supplémentaire - seule la partie du corps mentionnée par la personne nommée préalablement doit toucher le balance-disc.



SE FORMER

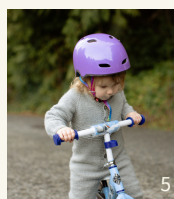
Formation spécifique

Sécurité BPA

mardi 21 novembre 2023

Centre Saint-François à Delémont

+ d'info www.youplabouge.ch



BIEN SE PRÉPARER : 3 QUESTIONS

Pour prévenir efficacement les accidents, on peut se poser les trois questions suivantes: que peut-il arriver ? Pourquoi cela peut-il arriver ? Comment l'éviter ?



QUE PEUT-IL ARRIVER ?

Lors d'une activité physique, c'est le nombre de chutes et de collisions qui est le plus élevé. Les enfants peuvent, par exemple, tomber ou chuter d'une certaine hauteur, entrer en collision avec une autre personne ou se coincer un membre. Les conséquences en sont des écorchures, des hématomes et des bosses, voire dans les cas plus graves, des fractures ou des commotions cérébrales.



POURQUOI CELA PEUT-IL ARRIVER ?

On dénombre trois facteurs d'influence. Premièrement, l'environnement comme par exemple le matériel de gymnastique ou l'activité choisie. Deuxièmement, les enfants : le risque d'accident encouru par chaque enfant dépend largement de ses propres aptitudes mais aussi de ses compétences face au risque. La dynamique de groupe joue aussi un rôle important. Troisièmement, la personne encadrant le temps d'activité permet la sécurité par son comportement et la qualité de sa préparation et de son organisation.



COMMENT L'ÉVITER ?

Il est bon de rappeler qu'un accident peut arriver malgré une préparation rigoureuse ainsi qu'un encadrement adéquat. Toutefois, la préparation préalable, l'observation constante pendant l'activité et l'évaluation à posteriori du moment vécu permettent d'améliorer la sécurité et de minimiser les risques d'accident grave.



SE DOCUMENTER



Documentation technique
Faire rimer activité physique des enfants et sécurité
Consultez la version pdf ou commander la [brochure](http://bpa.ch) sur bpa.ch



Documentation technique
Aires de jeux
Consultez la version pdf ou commander la [brochure](http://bpa.ch) sur bpa.ch



Un site internet, des brochures illustrées, une newsletter
Grandir en toute sécurité
[Abonnez-vous](#) pour recevoir gratuitement la documentation



Photo 1 : www.bpa.ch

Photo 2 : [pexels-ksenia-chernaya-8535649](https://www.pexels.com/photo/young-girl-riding-bike-8535649/)

Photo 3 : www.bpa.ch

Photo 4 : www.bpa.ch

Photo 5 : [pexels-tatiana-syrkova-3932844](https://www.pexels.com/photo/young-girl-riding-bike-3932844/)