



Liste de vérification pour la COVID-19 concernant les activités physiques scolaires

O. : 13 nov. 2020

La présente liste de vérification a été dressée pour mieux guider le personnel scolaire lorsqu'il s'agit d'organiser des activités physiques dans le cadre d'un programme (cours d'éducation physique ou sports scolaires). Elle fournit des recommandations sur la manière d'atténuer les risques liés à la COVID-19 et aux activités physiques scolaires.

Consultez phsd.ca pour connaître les mises à jour en cours et les liens vers les ressources concernant la COVID-19.

Remarque : pour savoir clairement quels sont les sports qui sont permis dans les installations destinées aux sports et aux activités physiques récréatives, veuillez vous reporter au [Règl. de l'Ont. 364/20 : Règles pour les régions à l'étape 3](#).

État de préparation

- Tout le personnel scolaire et entraîneur a reçu une formation sur le protocole concernant la santé et la sécurité pendant la pandémie de COVID-19, y compris l'infection et les mesures de contrôle, l'utilisation d'un équipement de protection individuelle ainsi que la prévention et le contrôle des éclosions.
- À chaque activité récréative (y compris les jeux, les exercices et les rencontres), désignez un membre du personnel scolaire pour qu'il s'assure que les mesures de sécurité relative à la COVID-19 soient appliquées pendant toute la durée de l'événement.
 - ‡ Il devrait avoir les coordonnées (y compris en dehors des heures de travail) de la personne de l'école qui est chargée de l'intervention contre la COVID-19.
- Établissez un processus pour gérer les personnes présentes aux activités récréatives scolaires (c'est-à-dire les élèves, le personnel ou les arbitres) qui échouent au test dans l'outil de dépistage de la COVID-19 ou qui sont blessées.
 - ‡ Assurez-vous que ce processus n'est pas stigmatisant et qu'il est bienveillant envers les personnes malades.
 - ‡ Le personnel entraîneur qui s'occupe des élèves malades ou blessés peut obtenir de l'équipement de protection individuelle.
 - ‡ Le personnel entraîneur ou scolaire dispose des coordonnées à jour de tous les élèves.

Dépistage

- ❑ Informez les parents, les tuteurs et les élèves que ceux-ci doivent faire l'objet d'un dépistage de la COVID-19 avant qu'ils arrivent au lieu de l'activité récréative scolaire
 - ⌘ Il y a lieu d'aviser les élèves, les parents et les tuteurs qu'ils doivent suivre les directives énoncées dans l'[outil de dépistage de la COVID-19 pour les écoles et les services de garde d'enfants](#) ou celles qui proviennent d'un fournisseur de soins de santé (Télésanté Ontario [1-866-797-0000; ATS : 1-866-797-0007], leur [centre d'évaluation pour la COVID-19](#) ou leur médecin de famille).
- ❑ S'il est possible d'accéder directement aux aires de loisirs de l'école depuis l'extérieur, placez des enseignes aux entrées pour montrer qu'aucune personne ne devrait entrer si elle :
 - ⌘ présente des symptômes de la COVID-19;
 - ⌘ a voyagé à l'extérieur du Canada au cours des 14 derniers jours;
 - ⌘ a été en contact étroit avec une personne malade;
 - ⌘ a été en contact étroit avec une personne atteinte de la COVID-19;
 - ⌘ s'est fait dire par un fournisseur de soins de santé de s'isoler chez elle.

Distanciation physique

- ❑ Respectez le nombre maximum d'élèves et de membres du personnel qui est permis dans chaque installation sportive.
 - ⌘ Tout le monde doit pouvoir garder une distance d'au moins deux mètres avec les autres.
- ❑ Placez des enseignes autour des aires de loisirs de l'école pour rappeler aux élèves qu'ils doivent garder une distance de deux mètres entre eux.
- ❑ Autant que possible, placez des marqueurs au sol, des enseignes aux murs, ou bloquez certaines zones pour favoriser une circulation à sens unique dans les aires de loisirs de l'école.
- ❑ Encouragez les élèves à éviter de se serrer ou de se taper les mains, de se faire des poing-à-poing ou de célébrer de toute autre manière s'ils ne peuvent garder une distance de deux mètres entre eux.

- ❑ Songez à demander aux élèves de garder une distance d'au moins deux mètres avec les autres pendant les activités récréatives qui exigent une grande amplitude de mouvement (comme la danse).
- ❑ Il est déconseillé d'utiliser les vestiaires de l'école. Cependant, si vous le faites (reportez-vous à la politique de l'école concernant l'utilisation des vestiaires), il y a lieu d'afficher les limites d'occupation aux entrées. Il faut aussi les nettoyer et les désinfecter d'un groupe à l'autre.
- ❑ Si des zones d'inscription ont été prévues pour les activités récréatives scolaires, placez des marqueurs au sol, autant que possible, pour montrer aux élèves où ils peuvent se tenir afin que la distance de deux mètres soit respectée. Si la distanciation physique est impossible à maintenir, vous pouvez utiliser des barrières comme le plexiverre.
- ❑ Échelonnez les heures de début et de fin pour les exercices ou les activités récréatives qui se tiennent le même jour et au même endroit.

Couvre-visages et protection oculaire

- ❑ Assurez-vous que toute personne qui entre dans une aire de loisirs de l'école est au courant des politiques concernant le port du couvre-visage.
 - ✦ S'il est possible d'accéder directement aux aires de loisirs de l'école depuis l'extérieur, placez des enseignes sur les couvre-visages aux entrées.
- ❑ Apprenez au personnel scolaire et entraîneur et aux élèves à [bien porter et entretenir](#) leur couvre-visage.
- ❑ Lors des activités récréatives, prévoyez une réserve de couvre-visages de taille appropriée pour les élèves qui oublient ou perdent leur masque, ou lorsque celui-ci devient sale ou humide.
- ❑ Sauf s'ils sont exemptés de porter un couvre-visage, les élèves qui peuvent, sans difficulté, faire de l'exercice à l'intérieur avec un couvre-visage (sans que leur rythme cardiaque ou leur respiration augmente sensiblement) devraient le faire.
 - ✦ Les exercices auxquels les élèves peuvent facilement participer en portant un couvre-visage sont ceux qui demandent peu d'intensité, comme le yoga ou l'étirement musculaire.
 - ✦ Il n'est pas recommandé que les élèves portent un couvre-visage lorsqu'ils pratiquent une activité physique à forte intensité comme la course à pied.
- ❑ Autant que possible, les activités physiques à forte intensité doivent avoir lieu à l'extérieur, là où les élèves peuvent retirer leur couvre-visage s'ils gardent une distance d'au moins deux mètres entre eux.
- ❑ Il est fortement recommandé au personnel scolaire et entraîneur de porter une protection oculaire (par exemple, visièrre, lunettes), en plus d'un masque médical, dans les situations où une distanciation physique d'au moins deux mètres ne peut être maintenue adéquatement ou en tout temps.

Étiquette respiratoire et hygiène des mains

- ❑ Le personnel scolaire et entraîneur et les élèves ont reçu une formation sur la bonne manière de se laver les mains et l'étiquette respiratoire (ce qui inclut d'éviter de cracher).
- ❑ Les élèves sont invités à éviter de se toucher les yeux, le nez et la bouche (même lorsqu'ils portent des gants de sport).
- ❑ Prévoyez du désinfectant pour les mains contenant de 60 à 90 % d'alcool aux entrées qui mènent aux aires de loisirs de l'école.
- ❑ Limitez le partage de matériel comme les crayons, le papier ou les autres fournitures.
- ❑ Demandez au personnel scolaire ou entraîneur et aux élèves de se laver ou de se désinfecter les mains avant d'assister à une activité récréative ou à un cours d'activité physique et après l'avoir fait.
- ❑ Limitez le partage d'équipement d'éducation physique.
 - ❖ Si les élèves partagent de l'équipement, ils devraient se laver ou se désinfecter les mains après chaque utilisation.
 - ❖ Autant que possible, attribuez-leur leur propre équipement et songez à le numéroté.
 - ❖ En cas de partage d'équipement, celui-ci devrait être nettoyé et désinfecté après chaque utilisation.
 - ❖ Si les élèves utilisent leur propre équipement, ils devraient le nettoyer et le désinfecter après chaque utilisation.
- ❑ Des enseignes sont installées dans les salles de toilette pour montrer la bonne manière d'assurer une bonne hygiène des mains.
- ❑ Des poubelles sans contact sont offertes.
- ❑ Autant que possible, le personnel scolaire ou entraîneur devrait songer à utiliser des microphones pour favoriser la distanciation physique et réduire la nécessité de crier ou de circuler.
 - ❖ S'ils sont partagés, les microphones doivent être désinfectés après chaque utilisation.
- ❑ Le personnel scolaire ou entraîneur devrait apporter du désinfectant pour les mains et des lingettes aux activités récréatives qui ont lieu en dehors du terrain de l'école ou en plein air.
- ❑ Les fontaines devraient seulement servir à remplir les bouteilles d'eau et ne devraient pas servir à s'abreuver.

- ❖ Encouragez les élèves à fournir leur propre bouteille d'eau (marquée à leur nom, de préférence) pour les activités récréatives ou les cours d'éducation physique.
- ❖ Prévoyez des gobelets jetables à usage unique ou des bouteilles d'eau pour les élèves qui n'en ont pas ou qui ont oublié la leur.

Ventilation

- ❑ Autant que possible, songez à tenir les activités récréatives ou les cours d'éducation physique à l'extérieur.
- ❑ Si vous utilisez un gymnase, ouvrez les portes pour maximiser la circulation d'air et prévenir la contamination des surfaces souvent touchées (comme les poignées de porte).
- ❑ Il y a lieu de limiter l'utilisation de ventilateurs parce qu'ils soufflent les gouttelettes que les personnes exhalent.
 - ❖ Il est préférable d'éviter d'utiliser des ventilateurs sur pied ou à grande puissance sur le sol ou près de lui parce qu'ils génèrent de forts courants d'air sur les surfaces et à la hauteur des gens, ce qui augmente le risque de transmission.

Tenue d'un registre

- ❑ Tenez un registre de toutes les personnes qui assistent aux activités récréatives de l'école.
 - ❖ Les registres doivent être conservés pendant au moins 30 jours.
- ❑ Respectez les lois applicables sur la protection des renseignements personnels.

Références

Gouvernement de l'Ontario. (2020). Un cadre visant le déconfinement de la province — étape 3. Récupéré à la page <https://files.ontario.ca/mof-framework-reopening-province-stage-3-fr-2020-07-13-v2.pdf>

Gouvernement de l'Ontario. (2020). Document d'orientation à l'intention des installations destinées au sport et aux activités de conditionnement physique récréatives durant la pandémie de COVID-19. Récupéré à la page <https://www.ontario.ca/fr/page/document-dorientation-lintention-des-installations-destinees-aux-sports-et-aux-activites-de>

Gouvernement de l'Ontario. (2020). Déconfinement de l'Ontario : Foire aux questions sur l'étape 3. Récupéré à la page <https://www.ontario.ca/fr/page/deconfinement-de-lontario-reponses-vos-questions-sur-letape-3>

Gouvernement de l'Ontario. (2020). Retour au jeu. Récupéré de la page <https://www.ontario.ca/fr/page/retour-au-jeu>

Éducation physique et santé Canada. (2020). La pandémie de COVID-19 : retour à l'école : lignes directrices pour l'éducation physique et à la santé au Canada. Récupéré à la page https://eps-canada.ca/activez/retour-lecole-lignes-directrices-pour-leps?_ga=2.27949948.1337622274.1604419726-275859697.1604419726

Santé publique Ontario. (2020). Liste de vérification : COVID-19 : préparation et prévention dans les écoles élémentaires et secondaires (de la maternelle à la 12e année). Récupéré à la page <https://www.publichealthontario.ca/fr/diseases-and-conditions/infectious-diseases/respiratory-diseases/novel-coronavirus/school-resources>

Work Safe BC. (2020). Gyms and fitness centres: Protocols for returning to operation. Récupéré à la page <https://www.worksafebc.com/en/about-us/covid-19-updates/covid-19-returning-safe-operation/gyms-and-fitness-centres> (seulement disponible en anglais)