

## EPREUVE PRATIQUE - Sauvetage

### Licence 3 Education Motricité

#### EPREUVE : arrêté du 12 février 2019

Parcours de 100 mètres, à réaliser en continuité, sans reprise d'appui au bord du bassin, dans un temps inférieur à 3min45.

#### LA DESCRIPTION DE L'EPREUVE de SAUVETAGE

##### Eléments extraits de l'arrêté du 12 février 2019 :

Parcours de 100 mètres, à réaliser en continuité, sans reprise d'appui au bord du bassin, dans un temps inférieur à 3min45 :

- à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau par un plongeon
- se déplacer sur une distance de 25 mètres en NL en surface
- puis se déplacer sur une distance de 25 mètres comprenant 7m50 en immersion complète sur un trajet défini depuis le repère des 5 mètres (drapeaux) jusqu'à 12m50 (matérialisé au fond du bassin)
- puis se déplacer sur une distance de 25 mètres comprenant 7m50 en immersion complète sur un trajet défini depuis le milieu du bassin (12m50) jusqu'au repère des 5 mètres (drapeaux)
- puis se déplacer et s'immerger pour rechercher un mannequin qui repose à 2m50 du bord sur le « T » matérialisé au fond du bassin
- puis remonter le mannequin en surface et le remorquer sur la totalité du 25 mètres, dos du mannequin orienté en direction du buste du sauveteur

#### LES CONDITIONS DE L'EPREUVE

- mannequin modèle réglementaire, adulte, immergé entre 1m80 et 3 mètres de profondeur
- position d'attente au fond du bassin est indifférent
- port de la combinaison, lunettes de piscine, masque, pince-nez ou tout autre matériel n'est pas autorisé

#### LE DEROULEMENT DE L'EPREUVE

##### Phase 1 :

- Explications sur le déroulement de l'épreuve
- Une phase d'échauffement de 20 minutes, qui ne fait pas partie de l'évaluation.
- 4 évaluateurs pour 2 groupes d'étudiants

##### Phase 2 :

- Passage de l'épreuve.

## LES ELEMENTS D'EVALUATION

### → Evaluation dans le cadre de la L3 EM \_ Natation (sur 20 points)

*Elle vaut pour 50% de la note finale du semestre*

Immersions : 4 points

Plongeurs canard : 2 points

Rétropédalage : 4 points

Vagues, immersion mannequin : 4 points

Temps de réalisation : 6 points

| ELEMENTS A EVALUER     | Réalisation   | NOTE        |                |  |
|------------------------|---|-------------|----------------|--|
| <b>Plongeur-canard</b> | Bassin au-dessus des épaules (1 pt pour chacun avec un maxi de 2 pts) | <b>2</b>    |                |  |
| <b>Immersion</b>       | 2 points par passage  | <b>4</b>    |                |  |
| <b>Rétropédalage</b>   | Présent sur tout le parcours  | <b>4</b>    |                |  |
|                        | Pas de rétro ou modification  | <b>0</b>    |                |  |
| <b>Vagues</b>          | 0 vague   | <b>4</b>    |                |  |
|                        | 1 à 2 vague.s   | <b>2</b>    |                |  |
|                        | 3 vagues  | <b>1</b>    |                |  |
|                        | >à 3 vagues   | <b>0</b>    |                |  |
| <b>Chrono</b>          | <b>Filles</b>   | <b>NOTE</b> | <b>Garçons</b> |  |
|                        | 3min15  | <b>6</b>    | 3min05         |  |
|                        | 3min25  | <b>5,5</b>  | 3min15         |  |
|                        | 3min35  | <b>5</b>    | 3min25         |  |
|                        | 3min45  | <b>4</b>    | 3min35         |  |
|                        | 3min55  | <b>3</b>    | 3min45         |  |
|                        | 4min05  | <b>2</b>    | 3min55         |  |
|                        | 4min10  | <b>1</b>    | 4min05         |  |
|                        | 4min20 et plus  | <b>0,5</b>  | 4min10 et plus |  |
|                        | Non fini  | <b>0</b>    | Non fini       |  |

## → Evaluation du test du sauvetage pour le CAPEPS externe :

### Eléments extraits de l'arrêté du 12 février 2019 :

A chaque virage, le candidat doit toucher la paroi verticale du bassin ou un repère matérialisé ; il est interdit de s'accrocher

L'épreuve est accomplie sans reprise d'appui au fond du bassin ni au bord du bassin, sur la totalité du parcours.

Il est autorisé de prendre appui au fond, lors de la saisie et de la remontée du mannequin.

### Le test n'est pas validé si :

- le candidat n'effectue pas un départ plongé
- le candidat reprend appui au sol ou sur la ligne durant la partie nagée ou s'accroche au mur
- le candidat touche le sol pendant la partie en apnée
- le candidat émerge avant les 7m50 en apnée
- le mannequin est transporté momentanément ou en continu, voies aériennes orientées vers le fond (mannequin à l'envers)
- dos du mannequin n'est pas orienté en direction du buste du sauveteur
- voies aériennes du mannequin passent momentanément sous la surface de l'eau. Des éclaboussures ou des vagues générées par le déplacement ne sont éliminatoires que si les voies aériennes sont sous la surface de l'eau
- le candidat ne touche pas le mur à l'arrivée ou perd le contrôle du mannequin à l'approche du mur (jette le mannequin et touche le mur simultanément par exemple)