Enseignement optionnel - 200 m Sauvetage Aquatique - Évaluation ponctuelle

Épreuve pratique

Parcours continu d'une distance de 200 m durant lequel le candidat nage, franchit des obstacles, puis recherche et remorque un objet lesté ou un mannequin en un temps imparti.

Nature des obstacles :

- vertical par rapport à la surface afin d'imposer une immersion d'environ 1 m de profondeur ;
- horizontal imposant un déplacement subaquatique d'au moins 2 m.

Des objets lestés et un mannequin enfant sont placés entre 1,50 et 2 m de profondeur et à cinq mètres environ du bord.

Lors du dernier 25 mètres après une nage d'approche de 5 mètres, le candidat doit aller chercher l'objet immergé de son choix (objet lesté ou mannequin enfant) et le ramener sur les 20 mètres restant.

Au cours de l'échauffement, le candidat choisit parmi quatre parcours de difficulté croissante selon la nature et le nombre des obstacles à franchir durant les 7 premiers 25 mètres selon la nature de l'objet remorqué durant le dernier 25 m.

Parcours Vert : 5 obstacles d'une seule nature+ recherche et remorquage de l'objet lesté

Parcours Bleu : 5 obstacles verticaux et horizontaux+ recherche et remorquage de l'objet lesté

Parcours Rouge : 7 obstacles verticaux et horizontaux+ recherche et remorquage de l'objet lesté

Parcours Noir : 7 obstacles verticaux et horizontaux+ recherche et remorquage du mannequin

Le candidat communique le choix de son parcours avant le début de l'épreuve et prévoit l'organisation du franchissement des obstacles et leur répartition au cours des 200 mètres.

Avant le départ, il annonce au jury son projet d'organisation de franchissement des obstacles : il détaille quel(s) obstacles(s) (horizontal et/ou vertical) il franchit sur chacun des 7 premiers 25 mètres du parcours dans le respect de la couleur de son parcours. Il doit recouper la surface de l'eau entre chaque obstacle (pas d'enchainement sous l'eau de deux obstacles).

Le temps maximum imparti pour réaliser les 200 mètres du parcours : 5 minutes 45 pour les garçons et 6 minutes 15 secondes pour les filles.

Tout candidat qui dépasse le temps imparti est arrêté. Tout contact ou réchappe d'un obstacle est pénalisé

La qualité du remorquage et la conformité au projet de parcours sont également prises en compte

© Ministère de l'Éducation nationale, de la Jeunesse et des Sports> www.education.gouv.fr

Points à affecter	Éléments à évaluer			
8 points	**Parcours réalisé** la difficulté est validée si la nature et le nombre des obstacles sont respectés : sinon le parcours sera déclassé d'une difficulté inférieure. Chaque contact est pénalisé de -0,5 pt; Chaque réchappe[1] est pénalisée de -1 pt;	Parcours non terminé ou temps imparti dépassé : 0 pt Parcours Vert : 2 pts Parcours Bleu : 4 pts Parcours Rouge : 6 pts Parcours Noir : 8 pts		
2 points	**Qualité du remorquage**	Objet ou mannequin non remonté à la surface ou transport le plus souvent sous l'eau : 0 pt	Objet ou mannequin remonté à la surface, le plus souvent hors de l'eau lors du remorquage : 1 pt	Objet ou mannequin remonté à la surface, toujours hors de l'eau lors du remorquage : 2 pt
2 points	**Conformité au projet annoncé**	Le parcours réalisé diffère du projet annoncé de plus d'un obstacle : 0 pt	Le parcours réalisé diffère du projet annoncé d'un obstacle : 1 pt	Le parcours réalisé est strictement conforme au projet annoncé dans l'enchainement du nombre d'obstacles et leur nature : 2 pts

[1] Obstacle partiellement évité. Par exemple : tapis soulevé, demi-lune déplacée

© Ministère de l'Éducation nationale, de la Jeunesse et des Sports> www.education.gouv.fr