

ORGANISATION / EPREUVE

L'élève choisit le jour de l'épreuve un parcours de sauvetage plus ou moins difficile et doit le réaliser en maximum 3'15 pour les garçons et 3'30 pour les filles.

Les parcours sont composés de 2 à 6 obstacles à franchir et d'un ou deux mannequins à remorquer sur une distance donnée.

L'élève prend connaissance des obstacles le jour de l'épreuve et doit rédiger son projet de parcours sur une fiche avant de rentrer dans l'eau.

L'élève peut réguler son projet pendant la réalisation du parcours pour terminer l'épreuve dans le temps imparti (distance de nage, de remorquage, type de mannequin...)

NAGEUR-SAUVETEUR : Pendant le cycle, l'élève apprend à



repérer et à analyser les différents obstacles verticaux et horizontaux présents dans la piscine :

- En fonction de leur difficulté et/ou de leur incertitude, l'élève fait des choix par rapport à la quantité d'obstacles à passer et la manière de les franchir.
- L'élève apprend les techniques spécifiques ainsi qu'à gérer les différents types d'effort demandés, nage subaquatique, remorquage, nage d'approche...

s'entraîner individuellement et collectivement pour se déplacer de manière efficiente et faire un choix de parcours en toute sécurité

- En fonction de ses capacités et de ses ressources, l'élève s'engage dans une démarche d'apprentissage personnalisé lui permettant de progresser sur ses points faibles.
- L'entraînement est construit sur un rapport risque / sécurité optimal pour progresser car l'élève a confiance en ses partenaires.



SAUVETAGE

1/ COACH

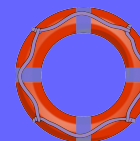
- Encourage ses coéquipiers et leur donne des conseils techniques pour progresser
- Sait choisir des situations adaptées aux possibilités de ses coéquipiers pour travailler leurs points faibles
- Pousse au max les efforts

2/ OBSERVATEUR



- Juge son coéquipier en situation
- Connaît les règles principales (sur les franchissements d'obstacles, le remorquage et la prise du mannequin) et les mobilise de manière assurée et pertinente.

3/ GARANT SÉCURITÉ



- S'investit dans le plan de sauvetage de ses partenaires.
- Apprécie la réalisation du projet du nageur-sauveteur et adapte le plan si nécessaire.

4/ ORGANISATEUR

- Gère le matériel nécessaire aux parcours et les outils (chrono, fiches) de manière autonome.
- Responsable, il apporte une aide efficace au professeur
- Prend des initiatives



J'AI DEUX CHOIX PERSONNELS À FAIRE :

1/ Je choisis deux rôles parmi :
coach / observateur / garant
sécurité / organisateur

Je me forme pendant le cycle et je
suis évalué dessus

Je fais le choix au plus tard à la
séance 3

2/ Je choisis la répartition des 8
points attribués aux compétences
"satellites"

	Se préparer / S'entraîner	2 rôles
Cas n°1	/6	/2
Cas n°2	/4	/4
Cas n°3	/2	/6

Ma note / 20 = pertinence et efficacité du parcours /12 + s'échauffer, s'entraîner + les 2 rôles /8



Une fois que j'ai fait mes choix, je ne peux pas revenir en arrière

AFL 1 noté sur 12 points		Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
« Lire et analyser les caractéristiques des éléments du milieu pour choisir et conduire son itinéraire. » Éléments à évaluer, partie 1 de l'AFL 1 :		Absence de lecture des caractéristiques du milieu qui conduit à un manque de planification Choix aléatoire du niveau de difficulté Beaucoup d'arrêts et d'hésitations	Lecture et analyse partielle des éléments du milieu Choix d'une difficulté peu appropriée aux ressources Termine le parcours avant le temps imparti ou des difficultés pour finir le parcours, des arrêts Régulations nécessaires Pour terminer l'épreuve dans le temps imparti : changement de difficulté Aide utile	Lecture et analyse du milieu dans leur globalité Choix et conduite d'une difficulté adaptée aux ressources Parcours réalisé sans ajustement et sans modifier la difficulté initialement choisie Enchaîne les différentes tâches du parcours Aide utile	Lecture et analyse prédictive du milieu et des éléments d'incertitude Choix et conduite d'une difficulté optimale au regard des ressources Enchaîne et anticipe les différentes tâches du parcours Parcours réalisé sans aide. Gestion optimale de l'effort
/ 4 pts		0 1pt	1,25 2 pts	2,25 3pt	3,25 4 pts
« Adapter son déplacement en fonction des caractéristiques du milieu et de son projet d'itinéraire. » Éléments à évaluer, partie 2 de l'AFL 1 :	Franchissement des obstacles Déplacement subaquatique	Déplacement lent, incertain sans technique Franchissement dans le sens du déplacement uniquement	Détérioration de la qualité du déplacement subaquatique pendant le parcours (fatigue) Franchissement dans le sens du déplacement uniquement	Déplacement aquatique (ondulation, brasse) sur chaque obstacle Plongeon canard réussi lors du premier essai	Déplacement aquatique avec recherche d'économie (ondulation, brasse) sur chaque obstacle Plongeon canard avec un angle optimal
	Qualité et techniques de remorquage	Pas de technique de remorquage : le mannequin s'enfonce régulièrement (« bouchon »), réajustements dans la prise, l'élève lutte.	Détérioration des techniques de remorquage au fil du déplacement (bouchon, réajustement dans la prise)	Techniques de remorquage réglementaire Rétropédalage irrégulier + utilisation réglementaire du bras libre	Techniques de remorquage réglementaire et efficace : rétropédalage fluide + Godille du bras libre = Déplacement glissé et rapide
	Pénalités (Annexes)	Le nombre de fautes joue le rôle de curseur intra degré			
/ 8 pts		0 2 pts	2,25 4 pts	4,25 6pts	6,25 8 pts
Niveau de difficulté du parcours		D1=coefficient 0,8 à la note obtenue sur /12 D2= coefficient 1 à la note obtenue sur /12 D3= coefficient 1,2 à la note obtenue sur /12			

Parcours et niveau de difficultés :

Mannequin positionné à 1m 80, à l'extrémité la plus profonde de la piscine

Parcours	Franchir : distance, nature et nombre des obstacles Binôme d'obstacle= un obstacle vertical + un obstacle horizontal	Type de mannequin et distance de remorquage
D1	Départ plongé Un binôme d'obstacle sur 25m + 25m de nage d'approche = 50m soit 2 longueurs	+ Mannequin enfant sur 15 m
D2	Départ plongeon dauphin 2 binômes d'obstacle sur 50m dont un obstacle dans le sens inverse au déplacement + 25m de nage d'approche = 75 m soit 3 longueurs	+ Mannequin enfant sur 25 m Ou Mannequin adulte sur 15m
D3	Départ plongé 3 binômes d'obstacles sur 75m dont 2 obstacles dans le sens inverse au déplacement + 25m de nage d'approche = 100 m soit 4 longueurs	+ Mannequin adulte sur 25 m Ou Mannequin adulte sur 15 m + Mannequin enfant sur 10 m

1 binôme d'obstacles (1 obstacle vertical + 1 obstacle horizontal) par 25m

- Les lunettes sont autorisées
- L'information sur le temps sera donnée au nageur-sauveteur une seule fois pendant le parcours.
- Toucher le mur à la fin de chaque 25m sous peine de pénalité
- Si l'élève manque plus de 2 obstacles son parcours sera déclassé dans la difficulté inférieure.
- L'épreuve n'est pas validée (NV = 0/12) dans les cas suivants :
 - Abandon
 - Mannequin non remorqué
 - Voies respiratoires du mannequin toujours immergées
 - Temps réalisé > à 3,15mn pour les garçons et 3,30mn pour les filles

Repères d'évaluation de l'AFL 2 : « S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité. »	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Éléments à évaluer : S'entraîner individuellement et collectivement, pour se déplacer de manière efficiente et faire un choix de parcours en toute sécurité	Entraînement passif. Pas ou peu d'engagement pendant le cycle. Choix et conduite d'un parcours en inadéquation aux ressources	Entraînement volontaire. Engagement physique mais sans réelle volonté d'apprentissage Choix et conduite d'un parcours peu approprié aux ressources	Entraînement adapté. Engagement régulier dans les apprentissages Choix et conduite d'un niveau de parcours approprié aux ressources.	Entraînement optimal Engagement régulier et personnalisé dans les apprentissages Choix et conduite d'un parcours optimisé au regard des ressources.
Cas n°1 6 points ☐	1,5 points	3 points	4,5 points	6 points
Cas n°2 4 points ☐	1 point	2 points	3 points	4 points
Cas n°3 2 points ☐	0,5 point	1 point	1,5 points	2 points

Repères d'évaluation de l'AFL 3 : « Coopérer pour réaliser un projet de déplacement, en toute sécurité. »		Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Éléments à évaluer :		L'élève assure un des deux rôles choisis de manière inefficace et aléatoire. Il ne contribue pas au fonctionnement du collectif.	L'élève assure correctement au moins un des deux rôles qu'il a choisis, mais avec hésitation et quelques erreurs. Il participe au fonctionnement du collectif.	L'élève assure les deux rôles choisis avec sérieux et efficacité. Il favorise le fonctionnement collectif dans le respect des règles et de tous les acteurs.	L'élève assume avec efficacité plus de deux rôles. Il excelle dans les deux rôles qu'il a choisis. Il est un acteur essentiel du fonctionnement collectif.
Rôle de coach (capacité d'observation, d'analyse et qualité du retour à l'élève) Aide à la réalisation du parcours dans et hors de l'eau		Peu de disponibilité et de communication avec ses coéquipiers.	Communique et encourage, mais l'analyse et les outils utilisés manquent de précision.	Se concentre et communique en utilisant des connaissances techniques pour faire progresser ses coéquipiers.	Capable de s'adapter aux possibilités des coéquipiers pour les faire progresser (retours et choix de situations pertinents)
Observateur (connaissance, jugement, posture) Secrétaire		Méconnaissance des règles, Interventions inadaptées.	Connaissance des règles principales (prise du mannequin, remorquage ...) Posture peu assurée	Connaissance des règles principales. Posture assurée Les observations notées sont justes.	Mobilisation pertinente des connaissances, Posture très assurée Observations justes et retour pertinent.
Investissement dans le plan de sauvetage Garant Sécurité chronométrateur		Les règles de sécurité, de fonctionnement ne sont pas respectées L'élève est centré sur sa propre pratique et se comporte au bord du bassin comme s'il était seul	L'élève prend part au plan de secours Sécurité respectée	L'élève s'implique dans le plan de sauvetage et assure la sécurité du nageur-sauveteur et du mannequin	L'élève apprécie et adapte le plan de sauvetage en fonction du chronomètre et de la réalisation du nageur-sauveteur
Organisateur (connaissance du matériel, des outils, des rangements, des codes, des différents rôles nécessaires à la situation)		Élève non concerné, isolé. Ne gère pas ou très peu le matériel, les outils. Ne repositionne pas les objets déplacés sur un parcours.	Élève suiveur, concerné par le déroulement de la situation mais gère de façon aléatoire la répartition des rôles, le matériel, les outils.	Élève investi, acteur Comprend l'organisation des situations en demandant vérification au professeur. Gère la distribution des rôles dans l'équipe, le matériel, et les outils. Relais sérieux du professeur.	Élève responsable. Prend des décisions autonomes et les met en place rapidement pour le bon déroulement de la situation. Sait s'adapter sur de multiples parcours. Aide efficace du professeur.
Cas n°1	2 points ☐	0,5 point	1 point	1,5 points	2 points
Cas n°2	4 points ☐	1 point	2 points	3 points	4 points
Cas n°3	6 points ☐	1,5 points	3 points	4,5 points	6 points