

EXAMEN TERMINAL DE L'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

EPREUVE PONCTUELLE

BACCALAUREAT PROFESSIONNEL

NATATION SAUVETAGE

1. Principes d'élaboration de l'épreuve

Epreuve comportant un parcours de franchissement d'obstacles chronométré d'une distance de 200m, prolongé sans interruption par le remorquage d'un mannequin sur une distance de 10 à 35m choisie par le candidat.

Le parcours de 200m est constitué par le jury en disposant au moins 8 obstacles à franchir. Ces obstacles sont orientés verticalement par rapport à la surface imposant une immersion d'environ 1m de profondeur, ou horizontalement imposant un déplacement subaquatique d'au moins 2m. Les modalités de franchissement sont libres. Tout contact avec un obstacle est pénalisé. Le nombre de tentatives de franchissement est limité à 10 sur l'ensemble du parcours.

Au terme du parcours d'obstacles et sans arrêt, le candidat remonte en surface le mannequin choisi, immergé à environ 1m80 de profondeur et le remorque sur une distance choisie, sous forme d'aller retour en temps limité (1 mn maximum). Pour chaque passage, 2 mannequins sont immergés ; le candidat identifie celui choisi dans son projet.

Le candidat communique avant le début de l'épreuve son projet personnel de parcours : nombre d'obstacles franchis, et type de mannequin remorqué (enfant ou adulte)

2. Conditions de l'épreuve :

- Le candidat se munira d'une pièce d'identité (avec photo) et de sa convocation.
- L'épreuve se déroule en bassin de 25m.
- L'usage de matériels propulsifs (palmes, plaquettes etc..) est interdit.
- Le port des lunettes est autorisé et conseillé.
- Ne sont pas autorisés les shorts de surf pour les garçons, le port du maillot de bain une pièce pour les filles est vivement conseillé.
- L'échauffement dans l'eau est obligatoire.

3. Déroulement de l'épreuve

1^{ère} phase :

- Accueil des candidats (vérification d'identité)
- Rappel de l'épreuve et de son déroulement

2^{ème} phase :

- Echauffement
- Réception des projets
- Passage de l'épreuve : le 200m sera nagé dans les lignes centrales, puis le candidat passe dans la ligne extérieure la plus proche pour réaliser le parcours de remorquage.

1. PARCOURS D'OBSTACLES DANS UN TEMPS IMPARTI

- Le chronomètre est déclenché au départ du candidat.
- Les modes de déplacements aquatiques sont au choix du candidat.
- Les obstacles proposés sont de 2 natures :

Obstacle vertical (exemple : cerceau, porte) immergés à environ 1m.

Obstacle horizontal (exemple : tapis) placé en surface d'une longueur de 2m

- Le candidat devra essayer de franchir ces obstacles sans les toucher.
- Le chronomètre est arrêté à l'issue des 200m lorsque le candidat touche le mur.

2. RECHERCHE DU MANNEQUIN

- A l'arrivée du 200m, le candidat devra enchaîner l'épreuve du remorquage.
- Le candidat devra remonter en surface le mannequin choisi immergé à environ 1m80 et le remorquer sur un parcours organisé sous forme d'aller retour de 10 à 35m en un temps limité. (1' maximum)
- Le transport du mannequin les voies respiratoires émergées est valorisé.
- Il n'est pas autorisé de toucher les murs de la piscine ni les lignes d'eau lors de cette recherche et du transport.

4. Recommandations :

- **Il est important de savoir bien nager.**
- **L'épreuve exige une préparation préalable :**

Etre capable de nager 200m.

Etre capable de s'immerger en profondeur (1 m) à raison d'une fois par longueur.

Etre capable d'aller chercher et de remorquer un mannequin.

5. Modalités d'évaluation (cf : référentiel)