

ANNEXE 1 - Livret du candidat

Vous pouvez télécharger le livret de compétence qui attestera de votre progression et des acquisitions tout au long de la formation. Les 5 compétences évaluées en cours de formation sont :

- Compétence 1: sécuriser et prévenir
- Compétence 2 : surveiller
- Compétence 3: sauver
- Compétence 4 : secourir
- Compétence 5 : sensibilisation au milieu aquatique et à son respect

ANNEXE 2 - Détail des épreuves certificatives (toutes les épreuves se font en océan)

Lancer de ballon

L'épreuve consiste à lancer le "ballon" symbolisant une bouée de sauvetage au-delà d'une distance minimale de 10,5m. Le candidat dispose d'un maximum de trois lancers pour réussir l'épreuve, sans limite de temps. Le lancer est déclaré valable lorsque le ballon tombe au-delà de la ligne des 10,5 m

Remorquage du mannequin (50m)

L'épreuve s'effectue sur un parcours de 50 mètres au cours duquel le candidat doit :

- Parcourir 25 mètres en nage ventrale
- Récupérer un mannequin immergé à 2m50 de fond, et le remorquer sur une distance de 25m

Parcours de 200 mètres avec obstacles

Effectuer un parcours de 200m en crawl en franchissant 8 obstacles d'une largeur de 2m répartis équitablement sur le parcours.

Epreuve pratique de soins de première urgence aux accidentés et noyés

Le candidat est évalué sur l'un des 4 cas suivants :

- Adolescent victime d'une noyade, en arrêt respiratoire, avec défibrillateur
- Enfant victime d'une noyade, en arrêt respiratoire, avec défibrillateur
- Adolescent victime d'une noyade, en arrêt respiratoire sans défibrillateur
- Enfant victime d'une noyade, en arrêt respiratoire, sans défibrillateur