



---

# SAUVETAGE SPORTIF

## RÈGLEMENT RÉGISSANT LES DIFFÉRENTES COMPÉTITIONS 2021-2022

---

**Adaptation « Covid » des épreuves de simulation d'urgence en piscine  
suite à la CMN du 11-02-2022**

### Table des matières

1. Sauvetage Sportif en Eau Plate (années paires) .....	2
A. Epreuve 4 x 50 m obstacles .....	2
B. Epreuve relais sauvetage bouée tube (BT) avec palmes .....	3
C. Epreuve relais remorquage avec palmes .....	3
D. 100m combiné sauvetage : épreuve individuelle .....	4
E. Epreuve de Simulation d'urgence en piscine .....	5
2. Sauvetage Sportif Côtier (années impaires) .....	13
A. Epreuve de relais combiné .....	14
B. Epreuve de relais sauvetage planche .....	14
C. Epreuve de sauvetage bouée tube .....	15
C. Epreuve de sauvetage SECOURISME .....	16
D. 4 Epreuve des Beach Flags .....	22
E. Mise en place des sites .....	23
3. Sauvetage Sportif formule hybride .....	27



# 1. Sauvetage Sportif en Eau Plate (années paires)

## LES EPREUVES

- A. 4 X 50 M obstacles**
- B. Relais Sauvetage bouée tube avec palmes**
- C. Relais Remorquage avec palmes**
- D. 100m combiné-sauvetage**
- E. Simulation d'urgence en piscine**

Pour toutes les épreuves une disqualification entraîne les points du dernier. L'abandon entraîne 0 points.

Disqualification en cas de non-respect du règlement.

Un faux départ autorisé par série.

Les ordres du Juge-Arbitre sont les suivants : (idem FFN) : coups de sifflet brefs pour se préparer, un coup de sifflet long pour monter sur les plots et se mettre en place. Le Juge-arbitre passe le contrôle du départ au starter en levant le bras. Le starter annonce alors « à vos marques » et donne le départ.

Pousser au fond de la piscine est autorisé sur toutes les épreuves

Palmes : 65cm X 30 cm avec autorisation des palmes fibre en excellence (collèges –lycées).

Il est déconseillé aux benjamins d'utiliser des palmes fibre.

Les palmes en fibre sont interdites pour les catégories « établissement ».

Pour toutes les épreuves pas de départ plongé si la profondeur du bassin ne le permet pas.

### **A. EPREUVE 4 X 50 M OBSTACLES**

Obstacle par exemple deux lignes d'eau ou tapis en travers du grand bain (obstacle).....

Pour le CF obstacle FFSS (2,40 X 70 en hauteur)

Départ plongé coté grand bain

4 relayeurs participent à un 50 m nage libre avec 1 obstacle dans le couloir (au milieu du bassin à 12,50 m)

Au signal sonore de départ : le premier relayeur s'élanche passe les obstacles et lorsqu'il touche le mur, le deuxième sauveteur s'élanche puis le troisième, puis le quatrième.

Le temps est pris lorsque le 4ème sauveteur touche le mur.

Après le plongeon et entre chaque obstacle les sauveteurs doivent couper la surface de l'eau.

Quand le sauveteur a fini sa course il doit sortir de l'eau par l'échelle sans gêner les autres relayeurs.

Classement au temps lorsque S4 touche le mur.

#### **Classement :**

1<sup>er</sup> 20pts ; 2<sup>ième</sup> 18pts ; 3<sup>ième</sup> 16pts ; 4<sup>ième</sup> 14pts, ensuite 1 point d'écart etc. jusqu'au 20<sup>ième</sup> 1pt et 0 pt au-delà du 20<sup>ième</sup>



## **B. EPREUVE RELAIS SAUVETAGE BOUEE TUBE (BT) AVEC PALMES**

2 victimes V1 et V2  
2 sauveteurs S1 et S2 avec palmes  
Une bouée tube

Départ plongé côté grand bain

Le premier V1 au signal de départ effectue un 50 m nage libre, touche le mur et donne le signal de départ à S1 dont le matériel (bouée tube et palmes) est posé au bord. A partir de ce moment, S1 peut s'équiper et partir pour nager 50 m. V1 reste en contact du mur jusqu'à ce que S1 ait effectué son 50 m et touche le mur.

S1 attache la BT autour de V1 et le tracte sur 50 m (la victime est sur le dos et peut aider le sauveteur en battant des pieds. La victime peut placer les bras au-dessus de la tête, aucune action propulsive des bras n'est autorisée).

Au 25 m, seul S1 doit toucher le mur, le demi-tour est libre .

Zone d'équipement et de clipsage : dans la zone de 5 m la BT doit être attachée correctement c'est-à-dire clipsée dans 1 des anneaux et passée sous les bras. La lanière doit être passée par la tête et le bras.

Lorsque S1 touche le mur, V2 et S2 font le même parcours que V1 et S1.

Classement au temps lorsque S2 touche le mur.

### **Classement :**

1<sup>er</sup> 20pts ; 2<sup>ième</sup> 18pts ; 3<sup>ième</sup> 16pts ; 4<sup>ième</sup> 14pts, ensuite 1 point d'écart etc. jusqu'au 20<sup>ième</sup> 1pt et 0 pt au-delà du 20<sup>ième</sup>

## **C. EPREUVE RELAIS REMORQUAGE AVEC PALMES**

Deux victimes V1 ET V2  
Deux sauveteur S1 et S2 avec des palmes

Départ plongé côté grand bain

V1 au signal du départ effectue un 25 m nage libre, touche le mur et lève le bras pour donner le signal au sauveteur S1 de venir le chercher. V1 doit rester en contact avec le mur jusqu'à ce que S1 touche le mur.

S1 qui aura préparé ses palmes sur le bord de la piscine, dès le signal du bras levé de V1 chausse ses palmes dans l'eau ou à l'extérieur, entre dans l'eau et nage 25 m, touche le mur. Il effectue alors un remorquage en saisissant la victime qui doit rester sur le dos. V1 peut aider en battant des pieds mais aucune action propulsive des bras n'est autorisée. La seule prise autorisée est « mains sous les aisselles ». Autorisation de lâcher une main dans la zone des 5 m pour aller toucher le mur.

Dès que S1 touche le mur avec sa main, V2 et S2 font le même parcours que V1 et S1.

Classement au temps lorsque S2 touche le mur.



#### **D. 100M COMBINE SAUVETAGE : EPREUVE INDIVIDUELLE**

Chaque membre de l'équipe réalise cette épreuve. Le sauveteur n°1 tracte le sauveteur n°4 et inversement ; Le sauveteur n°2 tracte le sauveteur n°3 et inversement.  
Pour la constitution des séries : série n°1 avec tous les n°2 ; série n°2 avec tous les n°1 ; série n°3 avec tous les n°4 ; série n°4 avec tous les n°3

Le sauveteur après un départ plongé réalise un 25m nage libre, touche le mur puis s'équipe avec palmes et bouée tube et effectue un 50m. Après avoir touché le mur, il attache la bouée tube autour d'un de ses partenaires (victime) et le remorque sur 25m. (La victime doit rester en contact avec le mur tant que le sauveteur n'a pas touché le mur. La victime est sur le dos et peut aider le sauveteur en battant des pieds ; elle peut placer les bras au-dessus de la tête et ensuite aucune action propulsive des bras n'est autorisée.)

Zone d'équipement et de clipsage : dans la zone de 5 m la BT doit être attachée correctement c'est-à-dire clipsée dans 1 des anneaux et passée sous les bras. La **sangle** doit être passée par la tête et le bras.

Classement au temps après addition du temps des quatre sauveteurs.

#### **Classement :**

1<sup>er</sup> 20pts ; 2<sup>ième</sup> 18pts ; 3<sup>ième</sup> 16pts ; 4<sup>ième</sup> 14pts, ensuite 1 point d'écart etc. jusqu'au 20<sup>ième</sup> 1pt et 0 pt au-delà du 20<sup>ième</sup>



## **E. EPREUVE DE SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE**

### **ADAPTATION « COVID » DES EPREUVES DE SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE SUITE A LA CMN DU 11-02-2022**

Dispositions prises pour éviter les contacts avec la victime, extérieure au groupe AS

- Utilisation de matériel pour ramener la victime
- J'explique ce que je dois faire si l'action devait engager un contact.

#### **Objectif :**

Un scénario catastrophe avec plusieurs victimes dans des états différents se passe dans une piscine. Une équipe de 4 sauveteurs doit gérer cette situation en 2 min. Le matériel que les sauveteurs peuvent utiliser se trouve sur la plage à 1 m du bord de l'eau. Le départ sera matérialisé par une ligne.

**Les cas possibles des victimes** dans l'eau ou sur la plage sont connus des jeunes sauveteurs et ont fait l'objet de séances d'entraînements. Tous les cas sont du programme PSC1.

Les gestes et l'alerte peuvent être faits par tous à la demande du chef d'équipe.

Il existe 6 cas répartis de la façon suivante :

- Cas n° 1 à 3 pour les catégories collège
- Cas n° 1 à 6 pour les catégories lycées
- Cas du CHEF D'EQUIPE, commun à toutes les catégories.

#### **Le scénario comprend de 3 à 6 cas.**

Un cas peut être répété plusieurs fois dans le scénario.

En fonction du scénario prévu, le nombre de victimes dans l'eau et sur la plage peut être variable.

Le scénario est décidé par la CMN de l'épreuve et reste secret jusqu'au dernier moment.

Le même scénario est mis en place pour les équipes d'une même catégorie.

Le scénario est joué par des jeunes juges.

#### **Le temps pour résoudre le scénario (2 min) :**

Le juge principal est chargé de donner le top départ à chaque équipe et donner un grand coup de sifflet pour stopper le scénario au bout de **2 min**.

Si l'équipe a géré la catastrophe en moins de **2 min** et estime avoir fini, le chef d'équipe annonce « stop » au juge principal qui arrête le chronomètre. (Victimes gérées et en cours de traitement, bassin évacué, alerte passée). Le temps sera noté sur la fiche de l'équipe pour départager les meilleures équipes.

A 2 min le juge principal donne un coup de sifflet pour signaler la fin de l'épreuve.

#### **Zone de quarantaine :**

Les équipes sont placées dans une salle sous surveillance d'un adulte pendant que les juges placent le scénario. Tout moyen de communication est interdit dans cette zone. (Portables interdits pour les adultes et sauveteurs)

#### **Evaluation :**

Dans chaque cas 5 items sont évalués de façon binaire (1/0) maximum 5 points.

Le cas du chef d'équipe est évalué sur 10 items, maximum 10 points.

Les équipes sont départagées au nombre de points obtenus pour résoudre le scénario et à leur rapidité (classement au chronométrage, arrêt des interventions si le temps dépasse **2 min**).

Puis on applique le même barème que pour les autres épreuves : premier 20pts, deuxième 18pts etc...



UNSS/Collège/Lycée

**EPREUVE DE SECOURISME  
SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE**

EQUIPE :

**CAS N° 1 : Des baigneurs s'amuse dans l'eau avec un ballon ou une frite ou un autre jeu en plastique, ils ne réalisent pas que d'autres victimes sont en danger.**

**Matériel : Ballon ou frite ou jeu en plastique...**

<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes :</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
1. Le sauveteur s'adresse aux baigneurs qui jouent dans l'eau en criant « évacuation du bassin »		
2. Le sauveteur leur demande de sortir de l'eau		
3. Le sauveteur regroupe les baigneurs sur la plage dans une zone		
4. Le sauveteur demande à toutes les victimes de s'asseoir pour éviter un sur-accident		
5. Pendant l'intervention le sauveteur communique au moins une fois avec le chef d'équipe.		
<b>Total des points attribués</b>		



UNSS / Collège / Lycée		
<b>EPREUVE DE SECOURISME SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE</b>		
EQUIPE :		
<b>CAS N°2 : La victime est allongée sur le dos sur la plage, elle est inconsciente et respire visiblement. Matériel : serviette de bain pour couvrir la victime.</b>		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes :</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
1.Apprécie l'état de conscience de la victime et pour cela : • lui pose des questions simples (« Comment ça va ? », « Vous m'entendez ? ») ; • lui demande qu'il secoue doucement les épaules <b>ou</b> lui dit qu'il lui prend la main et lui demande d'exécuter un ordre simple (« Serrez-moi la main»...)		
2. dit qu'il lui libère les voies aériennes en basculant doucement la tête de la victime en arrière en appuyant sur le front et en élevant le menton.		
3. dit qu'il apprécie sa respiration sur 10 secondes au plus. Pour cela : • dit qu'il maintient la libération des voies aériennes ; • dit qu'il se penche sur la victime, oreille et joue du sauveteur au-dessus de la bouche et du nez de la victime (regard tourné vers le ventre et la poitrine de la victime)		
4. dit qu'il place la victime en position stable sur le côté (Position latérale de sécurité)		
5.Le sauveteur informe son chef d'équipe et surveille sa victime.		
<b>Total des points attribués</b>		



<b>UNSS/Collège/Lycée</b>		
<b>EPREUVE DE SECOURISME SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE</b>		
EQUIPE :		
<b>CAS N° 3 : La victime n'a pas pied, elle s'affole dans l'eau. « Aqua stress ».</b>		
<b>Matériel : planche, bouée tube, frite, ...</b>		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes :</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
1. Le sauveteur s'approche de la victime en lui parlant et la rassure.		
2. Le sauveteur donne un objet à la victime pour la tracter jusqu'au bord.		
3. Le sauveteur ramène la victime jusqu'au bord à l'aide d'un objet flottant.		
4. Le sauveteur dit qu'il sort la victime de l'eau et lui demande de rester sur la plage dans une zone où toutes les victimes seront assises pour éviter un sur- accident.		
5. Le sauveteur communique au moins une fois avec le chef d'équipe pour lui donner l'état de sa victime.		
<b>Total des points attribués</b>		



UNSS/LYCEE		
EPREUVE DE SECOURISME SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE		
EQUIPE :		
<b>CAS N° 4 : La victime est sur le bord du bassin victime d'un traumatisme de la jambe après avoir glissé sur du matériel.</b>		
<b>Matériel : corde, ceinture, ligne d'eau,.....</b>		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes :</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
1. Le sauveteur s'approche de la victime en la questionnant : « que vous est-il arrivé ?		
2. Le sauveteur écarte le danger en sortant le matériel.		
3. Le sauveteur rassure la victime et lui demande de ne pas bouger.		
4. Le sauveteur communique l'état de la victime à son chef d'équipe.		
5. Le sauveteur surveille ou fait surveiller sa victime pour qu'elle ne bouge pas.		
<b>Total des points attribués</b>		



UNSS /Lycée		
<b>EPREUVE DE SECOURISME SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE</b>		
EQUIPE :		
<p><b>CAS N° 5 : La victime est dans l'eau au milieu du bassin et se plaint d'une forte douleur à l'avant-bras. Situation de dégagement d'urgence, la victime doit être sortie de l'eau avec précaution.</b></p> <p><b>Matériel : planche ou frite ou bouée tube.</b></p>		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes :</b>	Oui=1	NON=0
1. Le sauveteur s'approche de la victime en la questionnant : « ou avez-vous mal ? »		
2. Le sauveteur propose <del>ou pas</del> un objet flottant et ramène la victime au bord en position de remorquage <del>(victime sur le dos une main du sauveteur sous l'aisselle de la victime)</del>		
3. Le sauveteur <del>dit qu'il</del> aide la victime à sortir de l'eau en faisant attention à son traumatisme.		
4. Le sauveteur demande à la victime de s'asseoir sur le bord du bassin avec les autres victimes.		
5. Le sauveteur communique l'état de la victime à son chef d'équipe.		
<b>Total des points attribués</b>		



UNSS / Lycée		
<b>EPREUVE DE SECOURISME SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE</b>		
EQUIPE :		
<b>CAS N° 6 : La victime se plaint d'un malaise</b> Accident vasculaire cérébral (AVC) : paralysie d'un bras, mal de tête sévère, inhabituel  Matériel : Serviette ou couverture		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
Le sauveteur s'approche de la victime et la questionne sur sa douleur : « Où avez-vous mal ? » « Que s'est-il passé ? » « Avez-vous mal ailleurs ? » etc.... (Au moins <b>deux</b> questions pour valider)		
Le sauveteur <b>dit qu'il</b> met la victime au repos en position allongée		
Protège contre la chaleur, le froid ou les intempéries.		
Se renseigne auprès de la victime sur : • son âge ; • la durée du malaise ; • son état de santé actuel (maladies, hospitalisations ou traumatisme récents) ; • les traitements médicamenteux qu'elle prend ; • la survenue d'un malaise identique par le passé.		
Transmet les informations recueillies à son chef d'équipe		
<b>Total des points attribués</b>		



UNSS Lycée		
<b>EPREUVE DE SECOURISME SIMULATION D'URGENCE EN PISCINE</b>		
EQUIPE :		
<b>CHEF D'EQUIPE : le rôle du chef d'équipe est essentiel pour coordonner son équipe, écouter les bilans de ses sauveteurs, prendre des décisions et passer l'alerte.</b>		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes :</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
1. En entrant sur le bassin avec son équipe, le chef découvre le scénario et demande aux baigneurs d'évacuer le bassin.		
2. Après observation du scénario, il donne des consignes d'intervention à ses équipiers.		
3. Le chef d'équipe communique avec ses équipiers qui interviennent dans l'eau ou sur le bord du bassin. (Ceci peut être évalué tout au long de l'intervention).		
4. Le chef d'équipe gère toutes les victimes conscientes que ses sauveteurs lui ramènent au bord en les faisant sortir de l'eau et les regroupe dans une même zone pour éviter un sur accident.		
5. Le chef d'équipe questionne toutes les victimes conscientes en sortant de l'eau. (que s'est-il passé ?, comment allez-vous ?, combien de victimes sont dans l'eau ? ou se trouve les autres victimes ? etc.) un questionnement cohérent suffit pour valider.		
6. Le chef d'équipe s'assure que les premiers secours sont commencés et /ou effectue les premiers secours.		
7. Le chef d'équipe recherche ou fait rechercher un moyen de communication sur la plage de la piscine.		
8. Le chef d'équipe appelle (ou fait appeler) les secours 15/18/112. (lui demander quel numéro il a fait en fin de scénario)		
9. Le chef d'équipe passe l'alerte (se présente, donne le lieu, donne le nombre de victimes, l'état des victimes etc)		
10. Le chef d'équipe demande s'il peut raccrocher en fin de bilan.		
<b>Total des points attribués</b>		



## 2. Sauvetage Sportif Côtier (années impaires)

### LES ÉPREUVES

- A. Relais combiné
- B. Relais Sauvetage planche
- C. Sauvetage bouée tube et secourisme
- D. Beach flags

La CMN peut modifier l'organisation des épreuves pour assurer la sécurité des participants.

La distance plage bouée, prévue à 100 m à partir d'une ligne où la profondeur est au genou pourra être adaptée en fonction des conditions météorologiques.

Un tirage au sort pourra être effectué par la CMN dans le cas où toutes les planches fournies par l'organisateur ne sont pas les mêmes.

Palmes : 65cm X 30 cm avec autorisation des palmes fibre en excellence (collèges – lycées). Il est déconseillé aux benjamins d'utiliser des palmes fibre.  
Les palmes en fibre sont interdites pour les catégories « établissement ».

ATTENTION TOUT CONCURRENT QUI NE FINIT PAS UNE DES ÉPREUVES RAPPORTE ZÉRO POINT À SON ÉQUIPE POUR L'ÉPREUVE

**Une disqualification** pour un manquement au règlement sur une épreuve, entraîne pour l'équipe l'attribution des points du dernier.

Exemple : sur 9 équipes, s'il y a une ou plusieurs équipes disqualifiées lors d'une épreuve, elles se verront attribuer toutes la 9<sup>e</sup> place et auront donc 9 points sur l'épreuve sur 20 et 2 points sur les épreuves sur 10 points.

### Matériel autorisé :

MATÉRIEL	<u>Collèges établissement</u> <u>Planches</u> : La CMN choisit entre nippers board mousse ou rescue boards fournis par l'organisation, si possible les mêmes pour tous. <u>Palmes</u> : palmes autorisées sur l'épreuve sauvetage bouée tube, mais pas de palmes en fibre.	<u>Lycées établissement</u> <u>Planches</u> : rescue ou paddle board fournis par l'organisation, si possible les mêmes pour tous. <u>Palmes</u> : palmes autorisées sur l'épreuve sauvetage bouée tube, mais pas de palmes en fibre.
MATÉRIEL	<u>Collèges excellence</u> <u>Planches</u> : les compétiteurs peuvent apporter leur matériel, y compris en fibre. <u>Palmes</u> : palmes autorisées épreuve sauvetage bouée tube : en fibre autorisées.	<u>Lycées excellence</u> <u>Planches</u> : les compétiteurs peuvent apporter leur matériel, y compris en fibre. <u>Palmes</u> : palmes autorisées épreuve sauvetage bouée tube : en fibre autorisées.



### **A. EPREUVE DE RELAIS COMBINE**

Les quatre sauveteurs vont se relayer en nage et planche sur un parcours délimité par des bouées et des drapeaux. **Le parcours nage sera réduit par rapport au parcours planche.**

Au signal sonore de départ :

Le sauveteur N°1 effectue un parcours de nage autour des bouées, (avec contournement de la bouée dans le sens des aiguilles d'une montre, sauf décision contraire de l'officiel responsable et revient sur le sable sur la ligne de départ pour passer le relais (toucher sur n'importe quelle partie du corps).

Le sauveteur n°2 effectue un parcours de planche autour des bouées avec contournement de la bouée dans le sens des aiguilles d'une montre, sauf décision contraire de l'officiel responsable et passe le relais ; il peut laisser sa planche au bord de l'eau. L'équipe s'organise pour récupérer la planche.

Le sauveteur n°3 effectue le même parcours que le sauveteur n°1 avant de passer le relais ;

Le sauveteur n°4 effectue le même parcours que le sauveteur n°2 avant de revenir sur la plage pour franchir debout, la ligne d'arrivée matérialisée par deux drapeaux. La planche peut être laissée sur le bord.

L'arrivée est jugée quand la poitrine du concurrent coupe la ligne d'arrivée.

#### **Classement :**

1<sup>er</sup> 20pts ; 2<sup>ème</sup> 18pts ; 3<sup>ème</sup> 16pts ; 4<sup>ème</sup> 14pts, ensuite 1 point d'écart etc. jusqu'au 20<sup>ème</sup> 1pt et 0 pt au-delà du 20<sup>ème</sup>

### **B. EPREUVE DE RELAIS SAUVETAGE PLANCHE**

Deux binômes, constituées chacun d'un sauveteur et d'une victime, vont réaliser un sauvetage en relais.

Une bouée de couleur différente par équipe sera disposée au large où sera effectué le chargement de la victime consciente.

La victime attend sur la ligne de départ le signal sonore pour courir et nager vers la bouée qui lui est attribuée.

Arrivée à la bouée, elle la touche et lève l'autre bras pour donner le signal de départ à son sauveteur qui s'élance en planche, contourne la bouée dans le sens des aiguilles d'une montre (sauf décision contraire de l'officiel responsable et charge sa victime derrière la bouée).

**Tout départ anticipé (franchissement de la ligne) au cours de l'épreuve entraînera une disqualification.**

Le premier binôme revient au bord en planche et court sur le sable pour venir donner le relais. (Le sauveteur et la victime étant tous deux en contact avec la planche), à la 2<sup>ème</sup> victime (toucher sur n'importe quelle partie du corps), qui s'élance à son tour, nage, donne le signal de départ au 2<sup>ème</sup> sauveteur etc.

Le deuxième binôme finit le même parcours en franchissant la ligne d'arrivée, debout, (le sauveteur et la victime étant tous deux en contact avec la planche)

L'arrivée est jugée au franchissement de la poitrine de la première personne sur la ligne.

#### **Classement :**

1<sup>er</sup> 20pts ; 2<sup>ème</sup> 18pts ; 3<sup>ème</sup> 16pts ; 4<sup>ème</sup> 14pts, ensuite 1 point d'écart etc. jusqu'au 20<sup>ème</sup> 1pt et 0 pt au-delà du 20<sup>ème</sup>



### **C. EPREUVE DE SAUVETAGE BOUÉE TUBE**

L'équipe est constituée d'une victime, d'un sauveteur (**équipé ou pas de palmes**) et de deux assistants.

Une bouée de couleur différente par équipe sera disposée au large où sera effectué le sauvetage de la victime consciente.

Dans cette épreuve, il s'agit :

- de sauver une victime consciente à l'aide d'une bouée tube,
- de sortir correctement la victime de l'eau et de pratiquer les gestes de premiers secours,
- d'alerter les secours.

Au signal de départ, *la victime* entre dans l'eau, nage jusqu'à toucher la bouée qui lui est attribuée, signale son arrivée en levant l'autre bras à la verticale tout en restant en contact avec la bouée.

Au signal d'arrivée de la victime, le sauveteur franchit la ligne de départ, met son équipement quand cela lui convient et nage jusqu'à la bouée qui lui est attribuée, la contourne dans le sens des aiguilles d'une montre, rejoint la victime qui attend derrière la bouée, coté au large. Le sauveteur attache correctement la bouée tube autour du corps de la victime en la passant sous les bras et la clipse à un anneau. La victime peut aider pour passer et clipser la bouée tube. Une fois la victime attachée dans la bouée tube, le sauveteur continue (sens des aiguilles d'une montre) de contourner la bouée et remorque la victime jusqu'à la plage.

**La victime dans la phase de remorquage peut aider avec ses jambes mais ne doit exécuter aucune action de propulsion avec les bras. (Sauf pour allonger les bras au-dessus de la tête)**

Dès que le sauveteur a commencé le remorquage de la victime vers la plage, les deux assistants, quand ils le désirent, peuvent franchir la ligne de départ et entrer dans l'eau pour aider le sauveteur à ramener la victime sur la plage. La victime doit être traînée ou portée jusqu'à la ligne d'arrivée. **(10 points)**.

L'arrivée est jugée quand la poitrine du 1<sup>o</sup> assistant coupe la ligne d'arrivée en contact avec la victime

Une fois que la victime est allongée prudemment sur le sol par les 2 assistants, le premier assistant effectue les gestes de premiers secours (1<sup>ère</sup> partie). Le deuxième assistant passe l'alerte (2<sup>ème</sup> partie) à l'aide du téléphone mis à sa disposition sur la plage. **(10 points)**.

**Dès que la victime est prise en charge par les assistants, elle ne doit faire aucune action (elle ne peut plus aider).**

#### **Classement :**

- 10 points sont attribués à la rapidité de recherche de la victime ;
- 10 pts aux premiers secours, voir le barème ci-dessous.

#### **Barème sauvetage bouée tube :**

1<sup>er</sup> 10pts ; 2<sup>ème</sup> 9pts ; 3<sup>ème</sup> 8pts ; 4<sup>ème</sup> 7pts, etc. jusqu'au 10<sup>ème</sup> 1pt et 0 pt au-delà.



### C. EPREUVE DE SAUVETAGE SECOURISME

**Barème secourisme :** un jeune juge, supervisé par un adulte, juge l'attribution des points ci-dessous :

**Epreuve de secourisme Collège :** un seul cas

UNSS/COLLEGE	EPREUVE DE SECOURISME	
EQUIPE :		
<b>CAS N°1 : La victime a perdu connaissance.</b>		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
<b><u>Actions sur la victime (sauveteur 1)</u></b>		
Allonger prudemment la victime à 2		
Apprécie l'état de conscience de la victime et pour cela : • poser des questions simples (« Comment ça va ? », « Vous m'entendez ? ») ; • secoue doucement les épaules <b>ou</b> lui prend la main et demande d'exécuter un ordre simple (« Serrez-moi la main»...)		
Libère les voies aériennes en basculant doucement la tête de la victime en arrière en appuyant sur le front et en élevant le menton.		
Apprécie la respiration sur 10 secondes au plus. Pour cela : • maintenir la libération des voies aériennes ; • se pencher sur la victime, oreille et joue du sauveteur au-dessus de la bouche et du nez de la victime (regard tourné vers le ventre et la poitrine de la victime)		
Place la victime en position stable sur le côté (Position latérale de sécurité)		
Demande à son partenaire d'alerter les secours		
Surveille en permanence la respiration de la victime, jusqu'à l'arrêt du secours. Pour cela : <b>(au moins un pour valider)</b> • regarder si le ventre et la poitrine se soulèvent ; • écouter d'éventuels sons provoqués par la respiration ; • sentir, avec le plat de la main, le soulèvement du thorax.		
<b>ALERTE (sauveteur 2)</b>		
Transmet son numéro de téléphone		
Transmet la nature du problème		
Transmet la localisation la plus précise possible de l'évènement.		
<b>Total des points attribués</b>		



**Epreuve de secourisme Lycée**

**5 cas définis par la CMN et connus des lycéens. Pour le championnat un cas est tiré au sort, il est communiqué aux compétiteurs au début de l'épreuve sauvetage bouée tube et secourisme.**

UNSS/ LYCEE		EPREUVE DE SECOURISME	
EQUIPE :			
<b>CAS N°1 : La victime a perdu connaissance.</b>			
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>	
<b><u>Actions sur la victime (sauveteur 1)</u></b>			
Allonger prudemment la victime à 2			
Apprécie l'état de conscience de la victime et pour cela : • poser des questions simples (« Comment ça va ? », « Vous m'entendez ? ») ; • secoue doucement les épaules <b>ou</b> lui prend la main et demande d'exécuter un ordre simple (« Serrez-moi la main»...)			
Libère les voies aériennes en basculant doucement la tête de la victime en arrière en appuyant sur le front et en élevant le menton.			
Apprécie la respiration sur 10 secondes au plus. Pour cela : • maintenir la libération des voies aériennes ; • se pencher sur la victime, oreille et joue du sauveteur au-dessus de la bouche et du nez de la victime (regard tourné vers le ventre et la poitrine de la victime)			
Place la victime en position stable sur le côté (Position latérale de sécurité)			
Demande à son partenaire d'alerter les secours			
Surveille en permanence la respiration de la victime, jusqu'à l'arrêt du secours. Pour cela : ( <b>au moins un pour valider</b> ) • regarder si le ventre et la poitrine se soulèvent ; • écouter d'éventuels sons provoqués par la respiration ; • sentir, avec le plat de la main, le soulèvement du thorax.			
<b><u>Alerte (sauveteur 2)</u></b>			
Transmet son numéro de téléphone			
Transmet la nature du problème			
Transmet la localisation la plus précise possible de l'évènement.			
<b>Total des points attribués</b>			



UNSS/ LYCEE		EPREUVE DE SECOURISME	
EQUIPE :			
<b>CAS N° 2 : La victime présente une douleur du cou à la suite d'un traumatisme (suspicion de traumatisme du rachis cervical)</b>			
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>	
<b><u>Actions sur la victime (sauveteur 1)</u></b>			
Le sauveteur s'approche de la victime et lui demande ce qui s'est passé			
Demande à la victime de ne pas bouger la tête			
Informe son partenaire de l'état de la victime			
Demande à son partenaire d'alerter les secours			
Stabilise le rachis cervical dans la position où il se trouve en maintenant sa tête à deux mains			
Demande une couverture pour protéger du froid			
Surveiller la victime et lui parle régulièrement.			
<b><u>Alerte (sauveteur 2)</u></b>			
Transmet son numéro de téléphone			
Transmet la nature du problème			
Transmet la localisation la plus précise possible de l'évènement.			
<b>Total des points attribués</b>			



<b>UNSS/LYCEE                      EPREUVE DE SECOURISME</b>		
EQUIPE :		
<b>CAS N° 3 : La victime se plaint d'un traumatisme.</b> La victime est sortie de l'eau avec précautions, elle est debout, elle se tient le bras, elle a une vive douleur à l'épaule qu'elle a du mal à bouger.		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
<b><u>Actions sur la victime (sauveteur 1)</u></b>		
Le sauveteur s'approche de la victime et la questionne sur sa douleur : « Où avez-vous mal ? » « Que s'est-il passé ? » « Avez-vous mal ailleurs ? » etc.... (Au moins <b>deux</b> questions pour valider)		
Demande à la victime de ne pas bouger l'épaule		
Installe la victime dans une position où elle se sent bien		
Informe son partenaire de l'état de la victime (« douleur à l'épaule »)		
Demande à son partenaire d'alerter les secours		
Demande une couverture pour protéger du froid		
Surveiller la victime et lui parle régulièrement.		
<b><u>Alerte (sauveteur 2)</u></b>		
Transmet son numéro de téléphone		
Transmet la nature du problème « douleur à l'épaule »		
Transmet la localisation la plus précise possible de l'évènement.		
<b>Total des points attribués</b>		



<b>UNSS/LYCEE                      EPREUVE DE SECOURISME</b>		
EQUIPE :		
<b>CAS N° 4 : La victime se plaint d'un malaise</b> Accident cardiaque : douleur dans la poitrine		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
<b><u>Actions sur la victime (sauveteur 1)</u></b>		
Le sauveteur s'approche de la victime et la questionne sur sa douleur : « Où avez-vous mal ? » « Que s'est-il passé ? » « Avez-vous mal ailleurs ? » etc.... (Au moins <b>deux</b> questions pour valider)		
Le sauveteur met la victime au repos en position allongée		
Protège contre la chaleur, le froid ou les intempéries.		
Se renseigne auprès de la victime sur : • son âge ; • la durée du malaise ; • son état de santé actuel (maladies, hospitalisations ou traumatisme récents) ; • les traitements médicamenteux qu'elle prend ; • la survenue d'un malaise identique par le passé.		
Transmet les informations recueillies à son partenaire		
<b><u>Alerte (sauveteur 2)</u></b>		
Transmet son numéro de téléphone		
Transmet la nature du problème « douleur dans la poitrine »		
Donne l'âge de la victime et la durée du malaise,		
Donne son état de santé actuel, son traitement, et la survenue d'un malaise identique par le passé		
Transmet la localisation la plus précise possible de l'évènement.		
<b>Total des points attribués</b>		



<b>UNSS/LYCEE                      EPREUVE DE SECOURISME</b>		
EQUIPE :		
<b>CAS N° 5 : La victime se plaint d'un malaise</b> Accident vasculaire cérébral (AVC) : paralysie d'un bras, mal de tête sévère, inhabituel		
<b>La personne qui évalue observe les actions suivantes</b>	<b>Oui=1</b>	<b>NON=0</b>
<b><u>Actions sur la victime (sauveteur 1)</u></b>		
Le sauveteur s'approche de la victime et la questionne sur sa douleur : « Où avez-vous mal ? » « Que s'est-il passé ? » « Avez-vous mal ailleurs ? » etc.... (Au moins <b>deux</b> questions pour valider)		
Le sauveteur met la victime au repos en position allongée		
Protège contre la chaleur, le froid ou les intempéries.		
Se renseigne auprès de la victime sur : • son âge ; • la durée du malaise ; • son état de santé actuel (maladies, hospitalisations ou traumatisme récents) ; • les traitements médicamenteux qu'elle prend ; • la survenue d'un malaise identique par le passé.		
Transmet les informations recueillies à son partenaire		
<b><u>Alerte (sauveteur 2)</u></b>		
Transmet son numéro de téléphone		
Transmet la nature du problème « paralysie d'un bras, mal de tête sévère, inhabituel »		
Donne l'âge de la victime et la durée du malaise		
Donne son état de santé actuel, son traitement, et la survenue d'un malaise identique par le passé		
Transmet la localisation la plus précise possible de l'évènement.		
<b>Total des points attribués</b>		



#### **D. 4 EPREUVE DES BEACH FLAGS**

Cette épreuve est une course entre 15m et 20m, dans le sable pour tester le temps de réaction des sauveteurs et leur rapidité à intervenir.

Cette épreuve se déroule par sexe : épreuve filles, épreuve garçons.

Les sauveteurs sont allongés sur le ventre, jambes tendues, orteils contre la ligne de départ tracée au sol (matérialisée par une corde) talons joints. Les mains sont superposées, les coudes et poignets alignés, parallèlement à la ligne de départ.

Derrière eux sont alignés des bâtons en plastique (un bâton de moins que les sauveteurs allongés).

Aux ordres du starter :

- Sauveteur en position
- Tête basse (menton touche les mains)
- Coup de sifflet (1 à 3 secondes entre les deux derniers commandements)
- Un seul faux départ est autorisé dans la série. Au deuxième départ celui qui fait le faux départ est éliminé et on change la série

Les sauveteurs se lèvent, se retournent et courent attraper un bâton, un concurrent n'aura pas de bâton, il sera éliminé.

Ainsi de suite jusqu'à la finale, deux personnes en course pour un seul bâton.

**Il est interdit :**

- **D'utiliser les bras pour écarter un concurrent**
- **De faire un croche-pied**
- **De prendre plusieurs bâtons**

**Contact épaule contre épaule est permis**

**En cas de prise d'un bâton par deux sauveteurs, il sera mis en place un barrage entre les deux sauveteurs concernés (un contre un afin de départager les deux sauveteurs).**

Chaque sauveteur tire au sort dans un sac un numéro correspondant à son emplacement pour l'épreuve du beach flags avant de pénétrer sur l'aire réservée aux beach flags.

La distance sur la ligne de départ entre les sauveteurs est de 1, 50m (voir schéma ci-dessous).

La constitution des séries se fait de manière aléatoire

**Comptage des points :**

**Classement :**

Chaque concurrent éliminé se voit attribuer les points du nombre de concurrents encore en jeu avant son élimination.

Exemple avec une seule série : finale, 9 concurrents, 8 bâtons, 1 éliminé. Sa place est 9°. Il se voit attribuer 9 points ;

Exemple avec deux séries (le principe est le même avec plus de deux séries) : 25 concurrents, une série de 13 et une série de 12 ;

Les deux premiers éliminés partagent les 2 dernières places (24<sup>ème</sup> et 25<sup>ème</sup>). Chacun marquera  $49/2=24,5$ pts ; ainsi de suite jusqu'à ce qu'il ne reste plus que 10 à 12 concurrents ; alors, une seule série (la finale) sera mise en place, avec à chaque élimination, un classement correspondant.

Pour le classement final de cette épreuve, on additionnera le classement des 4 équipiers ; la 1<sup>ère</sup> équipe sera celle qui totalisera le moins de points ;

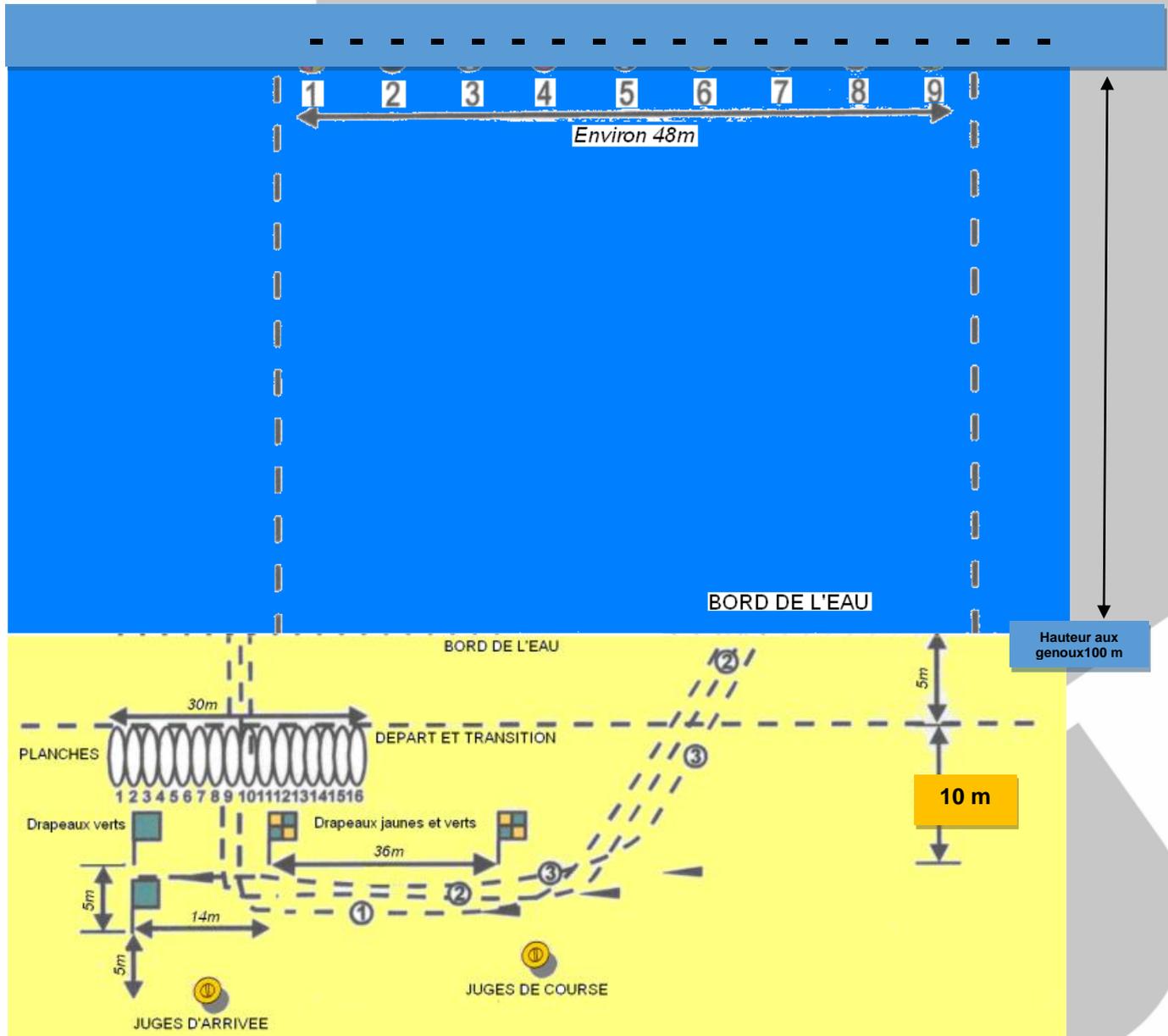
**Classement :**

1er 20pts ; 2<sup>ème</sup> 18pts ; 3<sup>o</sup> 16 pts ; 4<sup>o</sup> 14 pts ; ensuite 1 pt d'écart etc jusqu'au 20<sup>ème</sup> 1pt et 0 pt au-delà du 20<sup>ème</sup>.



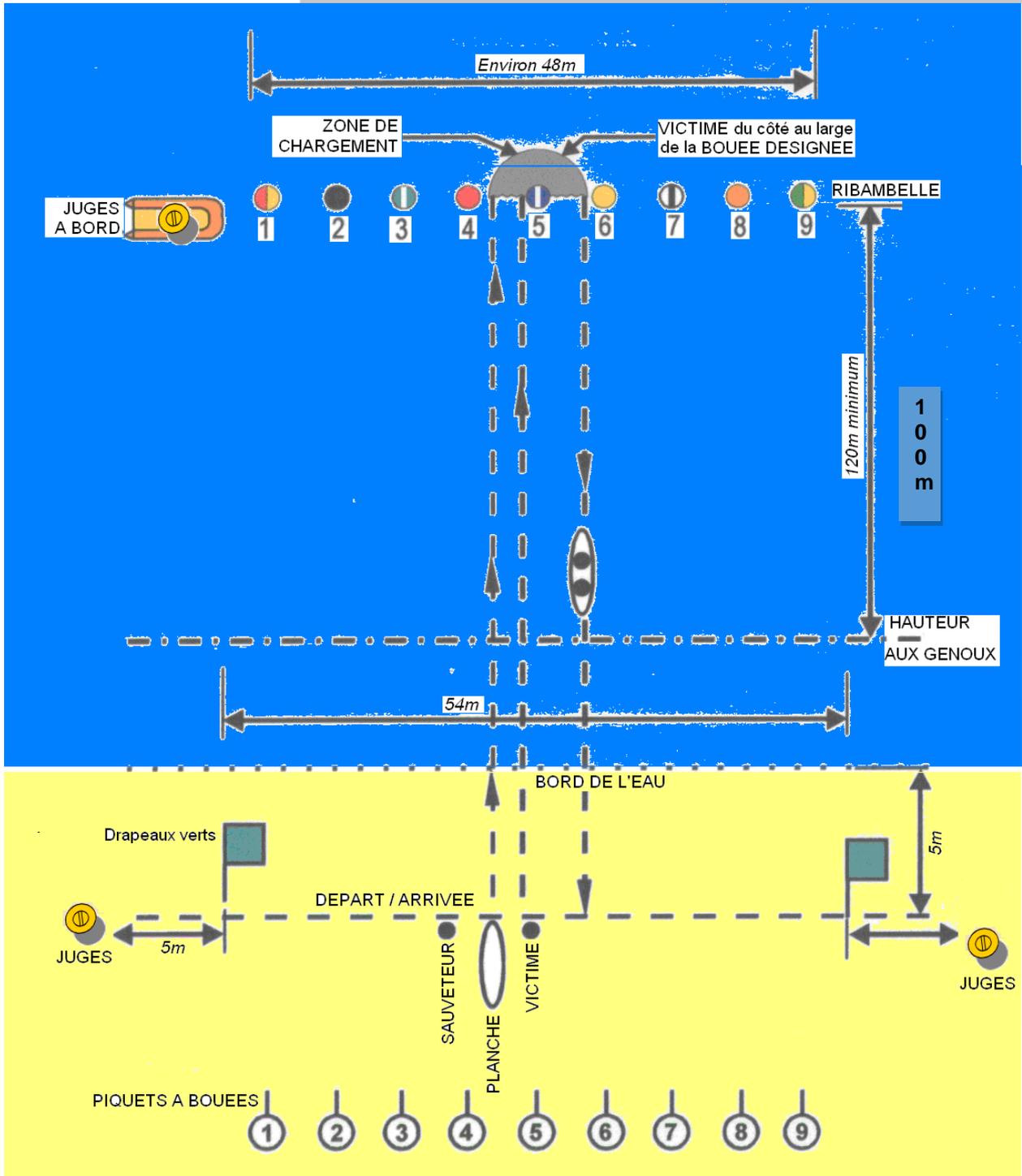
## E. Mise en place des sites

### Relais Combiné



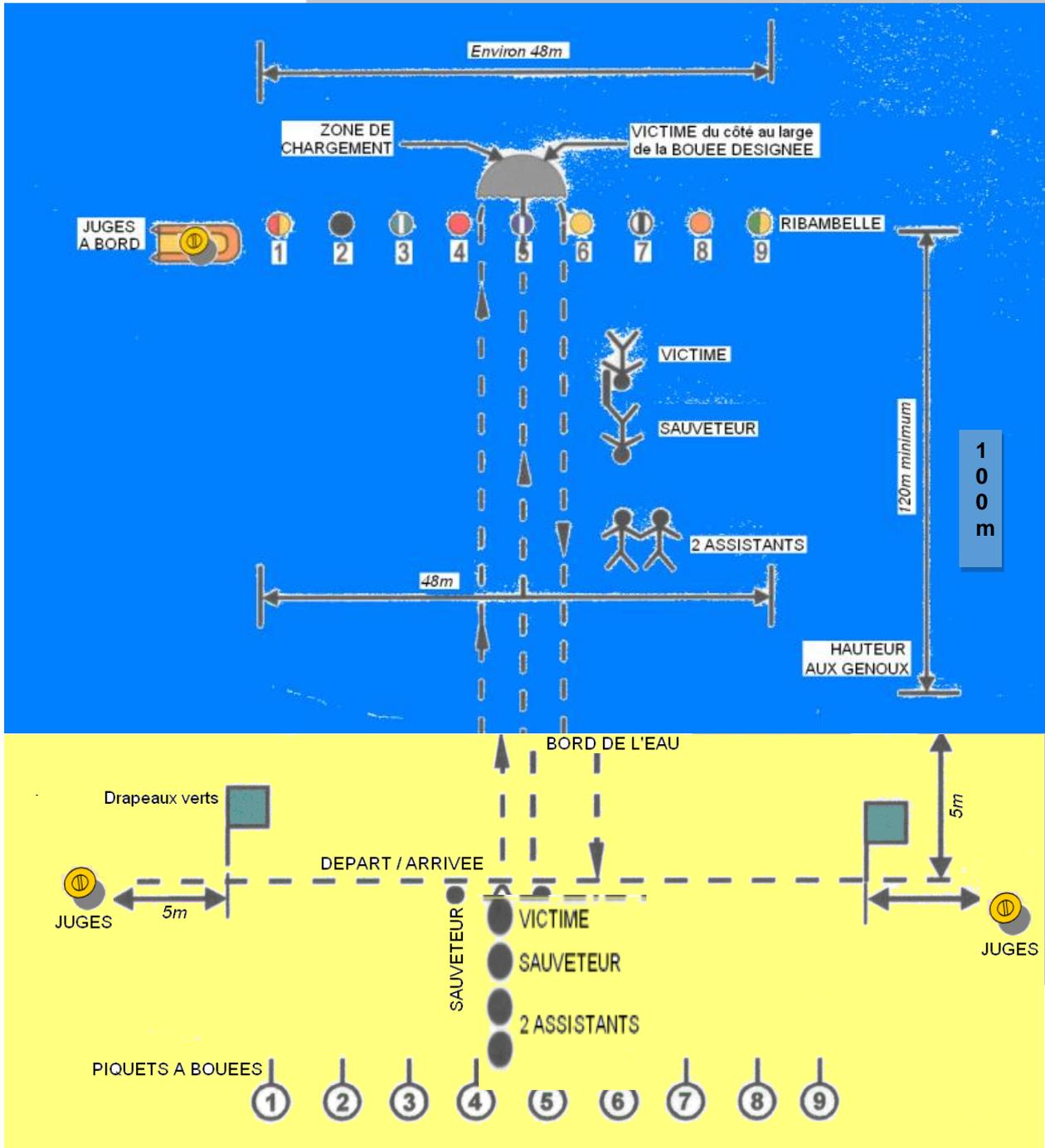


## Relais Sauvetage Planche



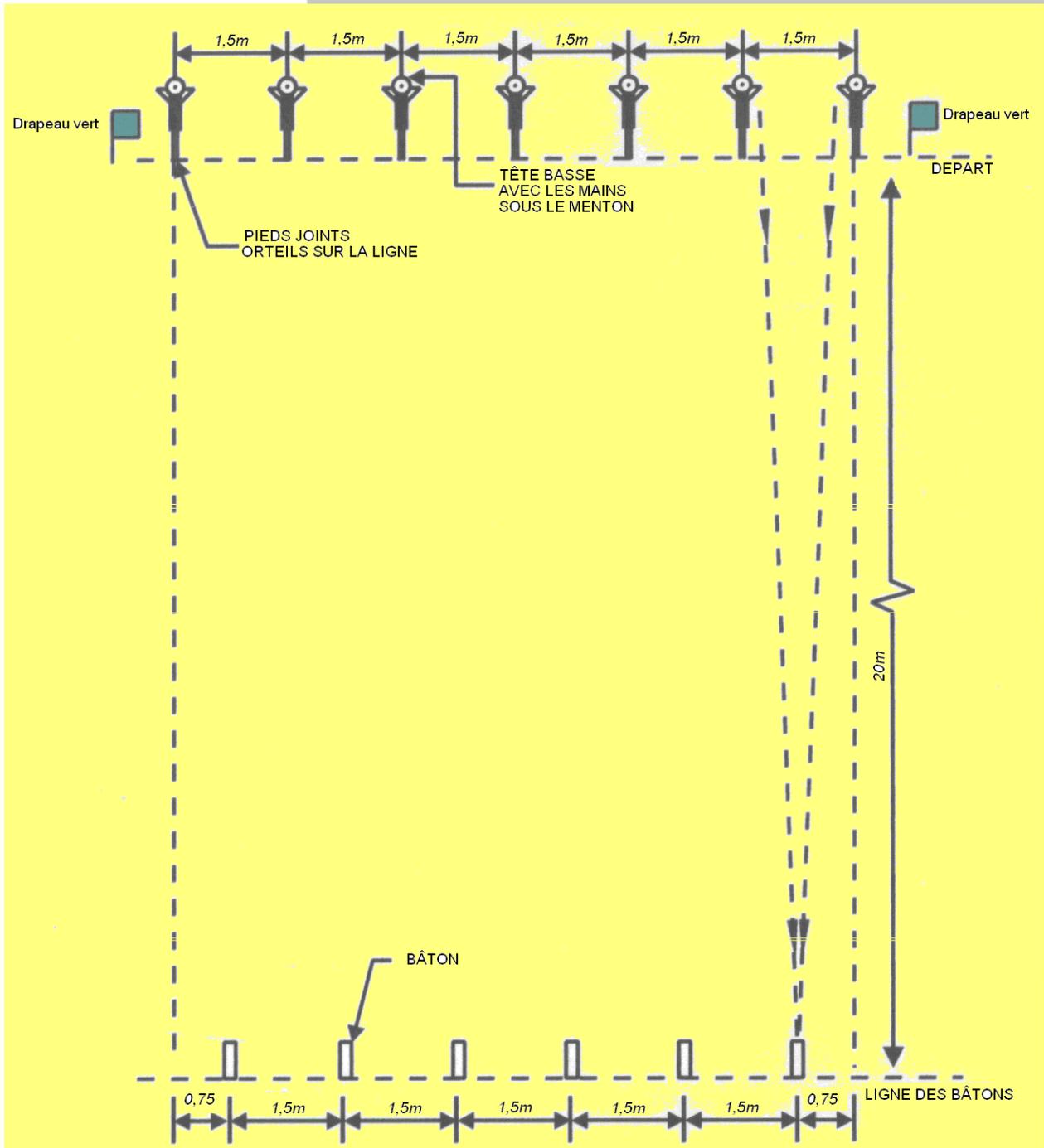


## Sauvetage bouée tube et secourisme





## Beach Flags





### **3. Sauvetage Sportif formule hybride (En projet)**