



**CHAMPIONNAT
DEPARTEMENTAL
UNSS
DE SAUVETAGE CÔTIER**



Mercredi 12 octobre 2016 Plage Centrale de Capbreton
(repli prévu à PORT D'ALBRET en cas de forte houle)

INSCRIPTION OBLIGATOIRE :

1. Avant le 6 octobre 23H sur OPUSS (nombre de participants par AS en comptant les JO, **attention cette année un JO par équipe**)
2. Avec la fiche d'inscription jointe à remettre au secrétariat dès l'arrivée sur le site de la compétition.

TRANSPORTS :

Retourner par mail à sd040@unss.org, la fiche transport jointe avant le 7 octobre 12H.

COMPOSITIONS DES ÉQUIPES:

Catégories : Benjamin, Collège établissement (benjamins et minimes possible), Collège excellence (benjamins et minimes possible), Lycée établissement, Lycée excellence .

Composition des équipes : équipes de 4 compétiteurs + 1 JO (par équipe)

- En collège : 2 FILLES + 2 GARCONS
- En lycée : Pour qu'une équipe puisse prétendre à 2 points (ou 4 points) de bonification sur le classement général, il faut qu'elle présente obligatoirement, dans chaque épreuve une fille (ou 2 filles).

Se référer à la fiche sport de l'activité.

Tout élève inscrit en section sportive (sauf catégorie benjamin) sauvetage sportif et/ou dans les 25 premiers de sa catégorie au classement général sur les France FFSS niveau interrégional doit être engagé en excellence (liste fournie par FFSS).

QUALIFICATIONS :

Suite à la décision de la CMD dans le but d'assurer un bon déroulement de la compétition, un quota par association sportive a été fixé à :

- 2 équipes par catégories et par association sportive (voir catégories ci-dessus)

RENDEZ-VOUS A 9H30 Plage Centrale de Capbreton
(si repli à Port d'Albret à Soustons l'information sera donnée aux AS le
lundi 10 octobre en début d'après-midi)

DEBUT DES EPREUVES A 10H

Une fiche d'organisation de la compétition parviendra ultérieurement dans les AS

REGLEMENTATION DES EPREUVES.

Suite à la Commission Nationale Mixte de Sauvetage Sportif du 25/09/2014, des modifications ont été apportées au niveau des épreuves

LES EPREUVES

- 1. Relais combiné**
- 2. Relais Sauvetage planche**
- 3. Sauvetage bouée tube et secourisme**
- 4. Bâtons musicaux**

Explication des Epreuves et Barèmes :

1 - Epreuve de relais combiné :

Les quatre sauveteurs vont se relayer en nage et planche sur un parcours délimité par des bouées et des drapeaux.

Au signal sonore de départ :

Le sauveteur N°1 effectue un parcours de nage autour des bouées et revient sur le sable pour passer le relais (tape dans la main).

Le sauveteur n°2 effectue un parcours de planche autour des bouées et passe le relais ;

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.

Sur le parcours planche, la planche doit être laissée sur le bord

Classement :

1^{er} 20pts ; 2^{ième} 18pts ; 3^{ième} 16pts ; 4^{ième} 14pts, puis 5^o 13pts, 6^o 12pts, 7^o 11pts etc. jusqu'au 20^{ième} 1pt et 0 pt au-delà du 20^{ième}

2 - Epreuve de relais sauvetage planche :

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

Une bouée par équipe sera disposée au large où sera effectué le chargement de la victime consciente (distance plage-bouée en fonction des conditions climatiques).

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 (**le sens peut être changé par l'organisation en fonction des conditions**) et charge sa victime derrière la bouée*

Tout départ anticipé entraînera une disqualification, sauf si le concurrent s'en rend compte et revient sur la ligne de départ avant de repartir.

L'équipe revient au bord en planche et court sur le sable pour venir donner le relais à la 2^{ème} victime (tape dans la main), en contact avec la planche. La deuxième victime s'élance à son tour, nage, donne le signal de départ au 2^{ème} sauveteur etc..

La deuxième équipe finit le même parcours en franchissant la ligne d'arrivée en contact avec sa planche (l'arrivée est jugée au franchissement de la poitrine de la première personne sur la ligne).

Classement :

1^{er} 20pts ; 2^{ième} 18pts ; 3^{ième} 16pts ; 4^{ième} 14pts, puis 5^o 13pts, 6^o 12pts, 7^o 11pts etc. jusqu'au 20^{ième} 1pt et 0 pt au-delà du 20^{ième}

3-Epreuve de sauvetage bouée tube :

L'équipe est constituée d'une victime, d'un sauveteur **sans palme sauf pour les lycées** (où les palmes sont autorisées mais pas obligatoires) et de deux assistants.
Une bouée 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 premiers secours,
- d'alerter les secours.

Au signal sur la ligne de départ :

① La victime attend sur une ligne de départ le signal sonore pour courir et nager vers sa bouée.

Arrivée à la bouée, elle la touche et lève l'autre bras pour donner le signal de départ à son sauveteur qui s'élance équipé de sa bouée tube, passe derrière la bouée, attache correctement la bouée tube autour de la poitrine de la victime, la tracte vers le bord. **La victime dans la phase de remorquage peut aider avec ses jambes mais ne doit exécuter aucune action avec les bras.**

A l'approche du sauveteur, les deux assistants prennent en charge la victime pour lui faire franchir la ligne d'arrivée, **tout cela le plus vite possible. (10 points).**

② Après avoir allongé la victime à 2, prudemment sur le sable

Le premier assistant effectue les gestes de premiers secours (1^{ère} partie : bilan sur la victime) : bilan de conscience, LVA, contrôle de la respiration et mise en PLS. Le deuxième assistant passe l'alerte (2^{ème} partie) à l'aide du téléphone mis à sa disposition sur la plage.

Dès que la victime est prise en charge par les assistants, elle ne doit faire aucune action (elle ne peut plus aider). (10 points).

Cette épreuve nécessitant la mise en place de postes de secours se déroulera avec des séries, 1/2 finales et finale en fonction du nombre de participants.

Classement :

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

Barème sauvetage bouée tube :

1^{er} 10pts ; 2^{ème} 9pts ; 3^{ème} 8pts ; 4^{ème} 7pts, etc. jusqu'au 10^{ème} 1pt et 0 pt au-delà.

Barème secourisme : un arbitre, encadré par un professeur d'EPS moniteur du premier secours et un jeune officiel qui, à terme devrait avoir son PSC1, juge l'attribution des points ci-dessous : Fiches secourisme lycée (cf fiche sport nov 2015//les 5 cas possibles)

Bilan sur victime épreuve collègue /5pts (assistant 1) :

-**allonger** prudemment la victime à 2 et vérifier que rien ne gêne la respiration (**col trop serré**,...) /1pt

-contrôle de la **conscience** : poser 3 questions simples en prenant la main ou en secouant doucement les épaules (*Est-ce que vous m'entendez ? Serrez- moi la main ! Clignez des yeux !*) /1pt

SI la victime ne répond pas, elle est **inconsciente**. Demander de l'aide si on est seul.

-Libérer les voies aériennes en **basculant prudemment la tête en arrière** avec 1 main sur le front et 2 ou 3 doigts de l'autre main sous le menton. /1pt

-**Apprécier la respiration** 10 secondes au plus, /1pt
-en conservant la position précédente avec l'élévation du menton
-en se penchant sur la victime, oreille et joue du secouriste au-dessus de la bouche et du nez de la victime puis :
-**ressentir** un flux d'air à l'expiration,
-**écouter** d'éventuels sons provoqués par la respiration,
-**regarder** si le ventre et la poitrine se soulèvent.

SI la victime est **inconsciente et respire**, il faut la placer en **position stable sur le côté**
(Position Latérale de Sécurité : PLS)

-**PLS** en 3 temps : /1pt

1-préparer le retournement :

- serrer les jambes / axe du corps,
- placer le bras de la victime situé côté secouriste à angle droit
 - plier le coude en gardant la paume de la victime vers le haut,
 - saisir le bras opposé, placer paume de la victime contre paume secouriste et amener le dos de la main de la victime sur son oreille, côté secouriste.
 - avec l'autre main, attraper la jambe la plus éloignée, sous le genou et relever la jambe en gardant le pied de la victime au sol.
 - placez-vous assez loin de la victime au niveau du thorax pour pouvoir la tourner sans avoir à vous reculer..

2- retournement :

- tirer sur la jambe de victime afin de la faire pivoter jusqu'à ce que le genou touche le sol, en un seul temps.
- avec la main du genou que l'on place sur le coude de victime, dégager la main située sous la tête de victime en préservant la bascule de la tête en arrière.

3- stabilisation :

- hanche et genou à angle droit
- ouvrir la bouche de la victime sans bouger sa tête

La mise en PLS va permettre à la victime de continuer à respirer et permettre aux liquides éventuels de s'écouler vers l'extérieur sans risque pour la victime.

Surveiller la respiration et couvrir la victime jusqu'à l'arrivée des secours

Alerte /5 pts :

- appeler les secours (SAMU : 15 ou 112) /1pt
- se présenter en donnant son nom et n° d'appel /1pt
 - donner l'adresse exacte où l'on est, /1pt
 - dire qui est la victime (*homme- 30 ans, jeune fille 12 ans...*), dire ce qui s'est passé, donner le bilan et dire ce qu'on a fait (*on a sorti V de l'eau, elle est inconsciente et respire, je l'ai mise en PLS*). /1pt
 - demander si on peut raccrocher /1pt

4 Epreuve des Beach Flags (bâtons musicaux) :

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 n'est pas mixte : épreuve filles, épreuve garçons.

Les sauveteurs sont allongés sur le ventre, les pieds (talons joints), mains superposées, doigts au niveau des poignets, coudes et poignets alignés, ventre et poitrine au sol sur une ligne (matérialisée par une corde).

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

Aux ordres du starter :

1^{er} commandement : Sauveteurs en position

2^{ème} commandement : Tête basse (menton touche les mains)

3^{ème} commandement : Coup de sifflet (0à3 secondes entre les deux derniers commandements)

Au signal sonore, 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 :

- **De creuser dans le sable ou de faire une bosse lors de la préparation à plat ventre**
- **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 duel entre les deux sauveteurs concernés (un contre un afin de départager les deux sauveteurs).

ATTENTION : un faux départ est autorisé à chaque série. Mais celui qui fait le 2^o faux départ est éliminé et on passe à la série suivante.

A chaque série, le sauveteur tire au sort dans un sac, un numéro correspondant à son emplacement pour la série, avant de pénétrer sur l'aire réservée aux beachs flags.

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

Au préalable, la constitution des séries se fait en répartissant les sauveteurs d'une même équipe dans des séries différentes

Comptage des points :

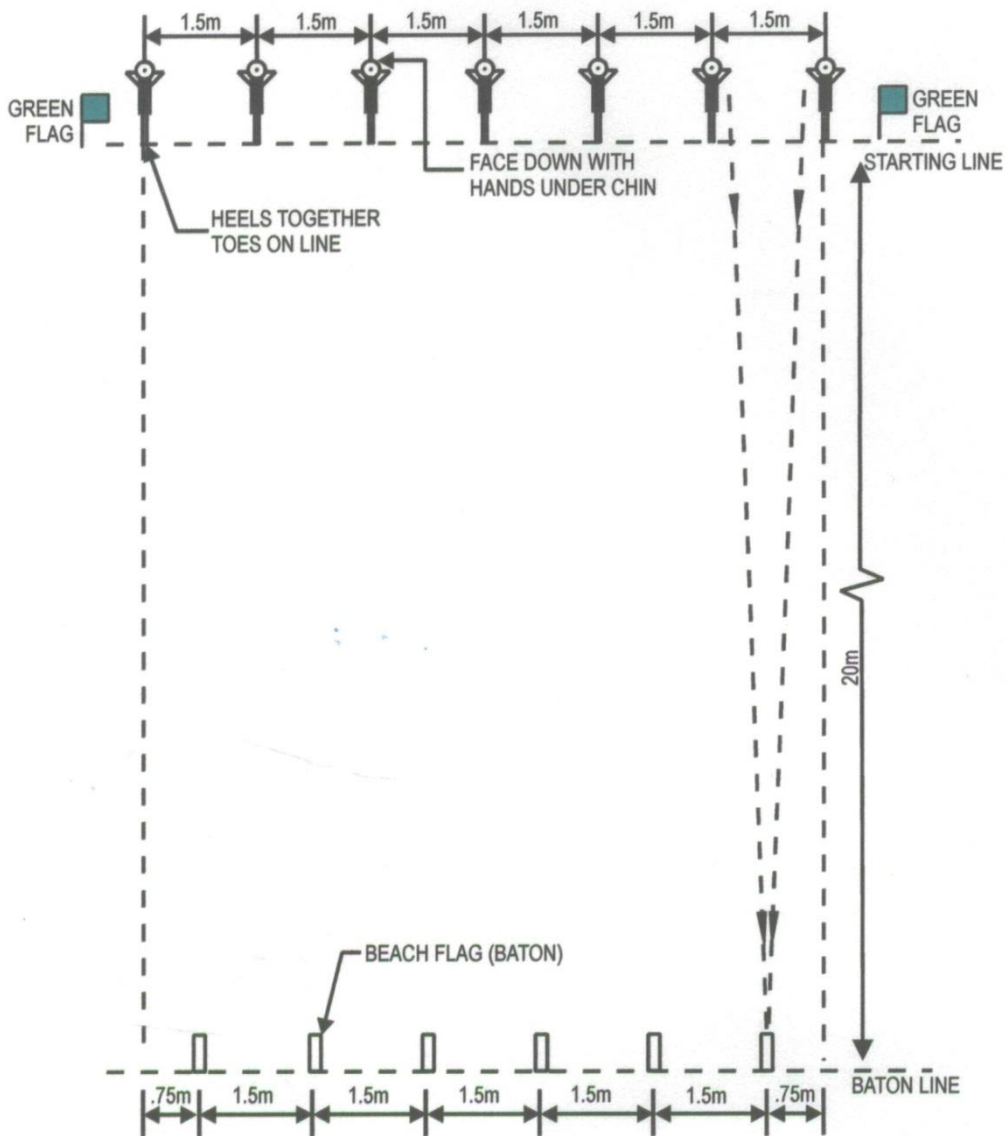
Classement :

EXEMPLE : 25 concurrents en BG : 1 série de 13 et une série de 12

Les deux premiers éliminés partagent les 2 dernières places (24^{ème} et 25^{ème}). Chacun marquera $49/2=24,5$ pts ; ainsi de suite

On fera le total obtenu par les 4 équipiers et un classement sera opéré (le 1^{er} sera l'équipe qui totalisera le moins de points)

Ensuite, nous attribuerons le nombre de points comme aux autres épreuves (1^{er} 20pts ; 2^{ème} 19pts etc..).



BEACH FLAGS

AGE GROUP	DISTANCE
Open	20m
Masters	15m

**POUR INFORMATION, RAPPEL DES TACHES A FAIRE AUX DIFFERENTS POSTES
TECHNIQUES AUX EPREUVES AQUATIQUES (pas tous mis en place au championnat
départemental)**

- **1 juge officiel A (juge principal)**: c'est la personne référent pour tout problème de règlement, contestation, décision de modification des parcours, du sens des parcours en adaptation aux conditions météorologiques, avant d'annoncer une disqualification ou élimination...
- Sécurité :
 - => **DPS** : 2 personnes ;
 - => **Sécurité à l'eau** : 4 personnes (2 liaison plage/bouées ; 2 au large) :
 - **1 juge de parcours** : au large qui vérifie que les élèves respectent bien passage derrière la bouée, vont à la bouée qui leur est attribuée, font le bon parcours ;
- **1 juge d'appel** :=> doit avoir la liste des équipes avec les numéros de tirage au sort ;
 - => mise en place des équipes sur la ligne de départ en fonction du tirage au sort (face à l'océan de la gauche vers la droite : du n°1 au n°10) ;
 - => 4 élèves par équipe (vérifie le nombre de filles au départ de l'épreuve) ;
 - => vérifie la bonne couleur de lycra attribuée à l'équipe ;
- **1 starter** :=> vérifie que les compétiteurs, juges, sécurité, matériel sont prêts ;
 - => 3 commandements au départ : « à vos marques » les compétiteurs prennent position sur la ligne de départ, « prêts » les compétiteurs se mettent immédiatement en position fixe, et quand tous les compétiteurs sont immobiles, le starter donne le signal sonore (sifflet) de départ ;
 - => pendant le départ, vérifie qu'il n'y a pas de faux départ ;
- **1 juge de départ**: aide le starter avant le départ, vérifie que tous les compétiteurs, matériel, juges sont prêts ; pendant le départ, vérifie qu'il n'y a pas de faux départ ; pendant l'épreuve (pas d'irrégularités) ;
- **2 ou 3 juges d'arrivée** : Ils déterminent l'**ordre d'arrivée** des concurrents pour les 3 épreuves aquatiques et leur donnent les plaquettes d'arrivée pour les 3 épreuves ; quand la poitrine du 1° compétiteur franchit la ligne d'arrivée debout, les 2 en contact avec la planche (sauvetage planche), 1 en contact avec la victime (sauvetage bouée tube) ; puis l'**arrivée est VALIDÉE** lorsque les compétiteurs ont complètement franchi cette ligne= les 2 avec la planche (sauvetage planche), tout le corps de la victime (sauvetage bouée tube) ; puis ils récupèrent à la fin de l'épreuve les plaquettes d'arrivée (numéros) auprès du secrétaire d'arrivée pour l'épreuve suivante ;
- **1 secrétaire d'arrivée** : note sur sa feuille les ordres d'arrivée des équipes= récupère les plaquettes d'arrivée données par les compétiteurs (1 par équipe) avant de les rendre aux juges d'arrivée pour l'épreuve suivante ;
- **Juges d'équipes (1 par équipe)** : Vérifient que les compétiteurs :
 - => partent au bon moment (pas de faux départ, une fois que le partenaire a tapé dans la main lors des relais, une fois que la victime a touché la bouée au large et levé l'autre bras tout en restant en contact avec la bouée),
 - => franchissent bien les zones de transition puis arrivée,
 - => chargent bien la victime en planche et clapsent bien la bouée tube derrière la bouée,

=> font le bon parcours (contournement des bouées dans le bon sens, sauf contre ordre, dans le sens des aiguilles d'une montre),

=> jugent les 1^o secours lors de l'épreuve de sauvetage bouée tube (cf feuille) ;

Les fautes observées et enregistrées durant une épreuve par n'importe quel juge seront rapportées au juge principal qui examinera la faute avec les juges concernés

- **2 juges pour la validation des JO**: font éventuellement passer un questionnaire avant les épreuves, récupèrent la liste des JO en amont des épreuves pour pouvoir organiser la rotation des JO sur les différents postes avant le début de la compétition, font le tour des différents postes, se concertent avec les collègues qui sont en binômes avec les JO pour juger de leur efficacité ;
- **1 JO** qui gère les lycras : =>vérifie que chaque équipe a bien ses 4 lycras ;
=>récupère les lycras à la fin de chaque série pour la série suivante ;

CLASSEMENT

Catégorie Benjamins :

Podium et médailles pour les 3 premières équipes

Catégorie Collèges :

Podium et médailles pour les 3 premières équipes d'établissement

Podium et médailles pour les 3 équipes excellence

Le classement est séparé championnat établissement et championnat excellence

Catégorie Lycées :

Podium et médailles pour les 3 premières équipes d'établissement

Podium et médailles pour les 3 premières équipes excellence ;

Le classement est séparé championnat établissement et championnat excellence

**FICHE D'INSCRIPTION
GENERALE
SAUVETAGE SPORTIF**

**A REMETTRE AU SECRETARIAT DES VOTRE ARRIVEE SUR LE SITE DE
COMPETITION**

ETABLISSEMENT :

COMMUNE :

CATEGORIE : BENJAMIN – COLLEGE - LYCEE EQUIPE : ETABLISSEMENT - EXCELLENCE

N°	NOM PRENOM	LICENCE UNSS N°	F -- G	DATE DE NAISSANCE ET CATEGORIE
1				
2				
3				
4				
JO				

**FICHE D'INSCRIPTION
GENERALE
SAUVETAGE SPORTIF**

**A REMETTRE AU SECRETARIAT DES VOTRE ARRIVEE SUR LE SITE DE
COMPETITION**

ETABLISSEMENT :

COMMUNE :

CATEGORIE: BENJAMIN – COLLEGE - LYCEE EQUIPE : ETABLISSEMENT – EXCELLENCE

N°	NOM PRENOM	LICENCE UNSS N°	F -- G	DATE DE NAISSANCE ET CATEGORIE
1				
2				
3				
4				
JO				