



## COMPTE RENDU DU DEPLACEMENT A DINARD DU 29 mai 2015

Ce déplacement avait pour but l'observation des championnats de France de sauvetage côtier en vue de proposer et mettre en place l'activité dans notre académie, et pourquoi pas organiser à notre tour des championnats de France.

Notons que nous avons découvert partiellement ou totalement cette activité. Ce compte rendu contient donc des informations pratiques destinées à l'installation et la mise en place concrète sur une plage (relevé non exhaustif pouvant être complété).

Les épreuves en sauvetage côtier sont les suivantes :

### 1. RELAIS -COMBINE :

#### **Règlement :**

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

Au signal 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 relais que le sauveteur N°1 et le N°4 le même que le N°2.

Durée de 15 à 22 minutes .

- ⇒ Place sur la Ligne de départ tirée au sort .
  - ⇒ Les équipes sont identifiées grâce à des brassières ( de l'académie )
  - ⇒ Le relais lycée débute à marée descendante ainsi il est placé pour les collègues pour un parcours plus court .
  - ⇒ Pour la distance entre la sortie de l'eau et la zone parcours, les bouées sont resserrées mais laissées à même distance du bord .
  - ⇒ Attention au coefficient des marées et horaires des marées.
  - ⇒ SECURITE : appui local nécessaire
1. Poste de secours ouvert
  2. Ligue FFSS prête le matériel , les balises et des bénévoles sur Zodiacs et planches .
  3. 3 zodiacs



#### ASTUCES :

- Mettre les piquets et la rubalise dans une poubelle à roulette
- Ficelle de départ entre les piquets
- Sono proche , prévoir un mégaphone ( ici beaucoup trop loin ,on n'entend rien ...)
- Planche à récupérer sur le chariot .Une planche attribuée par équipe .( aller ensuite avec sa planche à la chambre d'appel ).



## 2. RELAIS SAUVETAGE PLANCHE



### ***Règlement :***

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

Une bouée par équipe est disposée au large où sera effectué le chargement de la victime consciente.(distance bouée plage 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 et charge sa victime derrière la bouée ;

L'équipe revient au bord en planche et court sur le sable pour venir donner le relais à la 2<sup>ème</sup> victime (tape dans la main ) ...

Durée environ 15 minutes .

Plusieurs techniques observées :

⇒ A la sortie de l'eau :

1. Un de chaque côté de la planche
2. Deux du même côté

⇒ « ramage »

1. à l'aller ( concurrent seul ) on constate deux postures ,soit allongé sur le ventre rame alternative , soit à genoux rame de manière simultanée.
2. Au retour : trois techniques : à deux alternativement , à deux décalés , à deux simultanés , avec un élève allongé sur le ventre et un à genoux ...

## 3.BEACH FLAG :

### ***Règlement :***

Course entre 15 et 20 m , dans le sable pour tester le temps de réaction des sauveteurs et leur rapidité à intervenir . Sur le principe d'une australienne , avec donc élimination du dernier de chaque course .

Vidéo ci-dessous (cliquer pour activer )



Prévoir de délimiter les terrains en couleur.

Prévoir les tickets pour placement sur la ligne.

SECU : prévoir un rateau pour aplanir le sable notamment sur la ligne de pose des bâtons.

### **3. SAUVETAGE BOUÉE TUBE ET SECOURISME**

#### ***Règlement :***

L'équipe est constituée d'une victime , d'un sauveteur et de deux assistants . 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 premiers secours .

REM : nous n'avons pas pu observer cette épreuve .Toutefois une équipe de l'académie ayant participé à cette compétition pourra sans doute nous faire part de ses observations .

### **Réflexions collectives /perspectives :**

Cette activité pourrait être mise en place en mutualisant les moyens concernant :

1. Les transports
2. Les combinaisons ( shortys au comité régional ? )
3. Les planches de SUP ( il en faudrait au moins 6 )



4. Les bouées tubes ( une bouée par établissement intéressé ? )

Enfin une formation des profs pourrait avoir lieu avant les vacances de la Toussaint (à Sallenelles ? ) en sachant qu'il faut une plage assez grande pour pouvoir à la fois mettre en place deux activités en parallèle sur l'eau mais également mettre en place deux terrains de beach-flag en parallèle ( un terrain filles ,un terrain garçon ) donc au moins 100 m .

Une journée de promotion pourrait également être envisagée auprès des élèves , en sachant qu'il faudrait la placer suffisamment tôt dans l'année pour permettre à la fois une pratique et une découverte dans des conditions climatiques favorables (notamment température de l'eau ) et un engagement pour la compétition au printemps .

Elise Cormier clg Pasteur Caen

Pour l'ensemble de l'équipe :Marie  
Bellaunay , Jean Max Scouarnec , et Nathalie  
Valognes .