

## Curriculum Examen d'admission au cours de moniteurs J+S Sports aquatiques

<b>Idée</b>	Chaque fédération (Swiss Swimming avec ses disciplines natation, plongeon, waterpolo et natation synchronisée, swimsports.ch, SSS) recense ses futurs entraîneurs et moniteurs et les prépare à leur activité moniteur J+S Sports aquatiques.
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recevoir une évaluation de ses habiletés personnelles en natation</li> <li>• Savoir, à l'issue de l'examen, quelles possibilités permettent de travailler sur les points faibles repérés dans les domaines des sports aquatiques et/ou de la personnalité du moniteur</li> <li>• Pouvoir imaginer ce que signifie être moniteur</li> <li>• Obtenir des informations sur les possibilités de formation dans les sports</li> </ul>
<b>Contenu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Examen aquapolysportif</li> <li>• Aperçu du modèle technique Sports aquatiques</li> <li>• Informations sur les diverses formations dans le domaine des sports aquatiques en Suisse</li> <li>• Personnalité du moniteur</li> </ul>
<b>Moyens didactiques</b>	Brochure examen d'admission au cours de moniteur J+S
<b>Public cible</b>	Futurs moniteurs J+S Sports aquatiques
<b>Conditions d'admission et inscription</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Age minimum : 15 ans (durant l'année du cours)</li> <li>• Inscription par le coach J+S du club via la banque de données nationale J+S (BDNJS)</li> </ul>
<b>Durée</b>	1-2 jour(s), au minimum 6 heures
<b>Exigences préalables</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disposer de bonnes capacités en natation fin de pouvoir réussir l'examen (critères -&gt; Examen d'admission)</li> <li>• Etre motivé à enseigner la natation</li> <li>• Etre motivé à suivre les formations appropriées pour devenir moniteur J+S Sports aquatiques</li> </ul>

<b>Examen d'admission</b>	<p>L'examen aquapolysportif suivant doit être réussi:</p> <p>Natation:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 100m 4 nages Sur les 25 premiers mètres on peut nager soit du dauphin complet, du dauphin à un bras ou de la brasse dorsale. Objectif: Compétences moyennes minimales en natation</li> </ul> <p>Natation synchronisée:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 10m pagayage sur le dos, 10m pagayage sur le ventre. Pullbuoy au-dessous des genoux autorisé Objectif : Stabilité, mouvement, sensation de l'eau</li> </ul> <p>Water-polo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 15m crawl de water-polo avec une balle. Tête stable et calme hors de l'eau Objectif: Garder la vue d'ensemble</li> </ul> <p>Plongeon:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Roulade avant depuis le bord du bassin (voir CSA). Pas de pince-nez Objectif: Orientation</li> </ul> <p>Sauvetage:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 15m sous l'eau, départ dans l'eau. Objectif: Contrôle de la respiration (hypoxie).</li> </ul>
<b>Reconnaissance</b>	<p>Examen d'admission réussi et inscription dans la banque de donnée nationale J+S (BDNJS) si :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• le cours a été suivi dans son intégralité (théorie, pratique : participation active dans l'eau et durant l'évaluation personnelle)</li> <li>• les épreuves dans l'eau ont été réussies.</li> </ul> <p>Si les résultats sont insuffisants, l'examen n'est pas réussi. Le candidat doit alors le repasser ultérieurement afin de pouvoir accéder au cours de moniteur J+S..</p> <p>Si l'insuffisance des résultats pratiques peut être justifiée par des circonstances particulières (p. ex. handicap) et/ou si le candidat dispose de capacités hors du commun, il peut néanmoins être autorisé exceptionnellement à accéder au cours de moniteurs J+S.</p>
<b>Validité</b>	<p>5 ans pour une formation complémentaire (année civile).</p>
<b>Frais</b>	<p>Fr. 125.- par jour de formation. Chaque fédération organisatrice peut accorder un rabais à ses membres.</p>
<b>Remarque</b>	<p>L'examen d'admission au cours de moniteur J+S ne compte pas comme formation Sports aquatiques. Il ne permet pas non plus au candidat d'enseigner à un groupe.</p>