



Dispositions relatives à l'examen de moniteur-trice des sports aquatiques B

1 Généralités

L'examen de moniteur-trice de sports aquatiques B comprend les parties suivantes :

- Comprendre les sports aquatiques - Théorie
- Comprendre sports aquatiques - Technique et Good Practice
- Enseigner les sports aquatiques

L'échelle de notation va de 1 à 4, 4 étant la meilleure note, 1,99 et moins étant insuffisants. Chaque matière d'examen doit être au moins suffisante (2,0).

2 Comprendre les sports aquatiques - théorie (écrit et oral)

- L'examen écrit porte sur le contenu du manuel J+S des sports aquatiques.
- L'examen oral porte sur l'ensemble des connaissances théoriques issues des modules Sports aquatiques - Moniteur-trice de sports aquatiques B 1 + 2.

3 Comprendre les sports aquatiques – pratique

L'examen porte sur les sports aquatiques suivants :

- Natation
- Plongeon
- Artistic Swimming
- Water-polo
- Natation de sauvetage

L'évaluation d'une discipline peut comporter plusieurs parties.

Les notes attribuées sont indiquées pour chaque discipline.

Pour que l'épreuve pratique soit considérée comme réussie, la note globale de natation doit être suffisante.

Aucun commentaire n'est fait pendant l'examen et aucune note n'est communiquée.

4 Enseigner les sports aquatiques

La note pour « Enseigner les sports aquatiques » comprend la préparation/planification écrite d'une leçon, qui est évaluée selon les critères suivants :

- | | |
|--|--|
| ▪ Objectifs : | concrète, réaliste, vérifiable (SMART) |
| ▪ Structure : | introduction, partie principale, conclusion |
| ▪ Contenu : | Le choix des exercices est attrayant, pertinent et adapté à l'objectif. Il permet un temps d'apprentissage ou de mouvements élevé. |
| ▪ Temps : | Planification correcte et réaliste du temps |
| ▪ Aperçu : | Planification claire, écriture lisible |
| ▪ Organisation : | Formes d'organisation judicieuses présentées de manière compréhensible, utilisation judicieuse du matériel, la sécurité étant à tout moment garantie |
| ▪ Contrôle des objectifs d'apprentissage : | Un contrôle des objectifs d'apprentissage est prévu |

Les thèmes seront annoncés lors de l'examen.

5 Dispositions finales

Dans tous les cas non mentionnés dans les dispositions, la décision revient à la commission d'examen.



Ihre Rettungsschwimmer swimSports

Dispositions relatives aux examens de formation continue J+S 1, moniteur-trice de sports aquatiques B, version octobre 2025



Les examens peuvent être repassés à des dates d'examen (de rattrapage). Les parties insuffisantes doivent alors être repassées dans leur intégralité. À partir d'une deuxième répétition, certaines conditions supplémentaires peuvent être exigées avant que la reprise de l'examen ne soit autorisée.



Comprendre les sports aquatiques - Pratique

1 Natation

1.1 Contenu de la Natation :

La natation est évaluée à l'aide de trois notes techniques.

1.1.1 Technique de natation

La technique de natation est évaluée comme suit :

- 25 m papillon (dauphin) en nage complète ou combinaison papillon (2x gauche, 2x droite, 1x nage complète OU 1x gauche / 1x droite 1x nage complète → voir aussi ici : mobilesport.ch) y compris virage et phase sous l'eau
- Démonstration de deux des trois autres styles de nage tirés au sort :
 - Démonstration et évaluation, y compris les virages et la phase sous l'eau correspondante. Un départ dans l'eau est effectué.
 - Styles de nage et longueurs de parcours : 25 m dos, brasse, crawl

Critères :

Conformément aux règles AQUA.

Virage : conformément aux règles AQUA. Exécution correcte/toucher, y compris la phase sous-l'eau ; dynamique

Les virages ouvert et culbute sont autorisés.

1.2 Notation natation

1.2.1 Note technique :

Les trois styles de nage sont évalués séparément, les notes sont additionnées puis divisées par trois, ce qui donne une note technique.

Technique 1 + Technique 2 + Technique 3 / 3 = note finale Technique natation

2 Plongeon

2.1 Contenu du Plongeon

Le domaine du plongeon est évalué à l'aide des exercices ci-dessous :

- 200a : Chandelle arrière droite, corps tendu, avec mouvement d'élan du tremplin de 1m

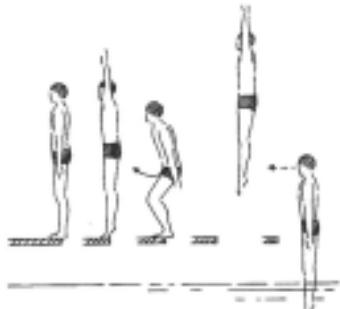


Illustration1: MNB Plongeon 200a

- 101b Chute avant de la position carpée du tremplin de 1 m

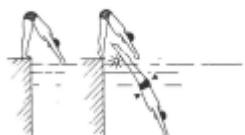


Illustration2: MNB Plongeon 101b

Critères :

- 200a Mouvement correct des bras ; tension du corps ; entrée dans l'eau
- 101b Position correcte des mains et de la tête ; tension du corps ; pas de saut : entrée dans l'eau

2.2 Notation du plongeon

Les deux plongeons sont évalués séparément, les notes sont additionnées puis divisées par deux, ce qui donne une note technique.

Le plongeon le moins réussi peut être répété une fois. C'est le meilleur plongeon qui compte pour la note finale. Si la note du deuxième plongeon est inférieure, c'est la note du premier essai qui est prise en compte.

Technique 1 + Technique 2 / 2 = note finale Technique plongeon



3 Artistic Swimming

3.1 Contenu de l'Artistic Swimming

Le domaine de l'Artistic Swimming est évalué à l'aide des exercices suivants :

- Pagayage par la tête sur 12,5 m, les mains placées sous les hanches et mouvements de pagayage à hauteur des hanches sous/à côté des fesses.
- Figure imposée : Zuber avec rotation à 360°

Les deux exercices sont effectués **à la suite**, mais évalués séparément.

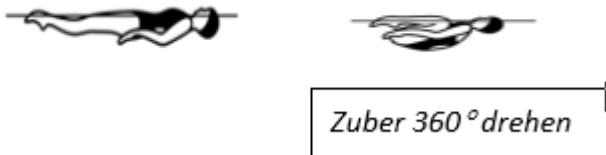


Illustration 3: MNB Artistic Swimming Zuber

Critères :

- *Pagayage, tension corporelle et position des mains ;*
- *Zuber sur place, , avec un angle de 90° entre la cuisse et le mollet, les tibias à la surface de l'eau.*

3.2 Notation en Artistic Swimming

Les deux exercices sont évalués séparément, les notes sont additionnées et divisées par deux. Cela donne la note finale en Artistic Swimming.

Note finale en Artistic Swimming : technique 1 + technique 2 / 2 = note en Artistic Swimming



4 Water-polo

4.1 Contenu du water-polo

Le water-polo est évalué à l'aide des deux exercices ci-dessous :

- Rétropédalage avec ballon, min. 10 sec., puis poser le ballon sur l'eau, prise du ballon en mode cuillère, puis tir direct (sans cible).
- Démarrage dans l'eau/dribble/virage au milieu de l'eau (avec ballon):
 - Démarrage dans l'eau avec ballon à 2 m du bord du bassin (départ rapide, contrôle du ballon), dribbler sur 8 m, virage au milieu de l'eau avec ballon, retour en dribblant sur 10 m jusqu'au bord du bassin.

Critères: Rétropédalage correct, prise et tir du ballon, démarrage correct de waterpolo avec ballon ; technique crawl de waterpolo avec ballon, le virage doit être montré dans le bon ordre (arrêt, virage, redémarrage).

4.2 Notation water-polo

Les deux notes techniques sont additionnées et divisées par deux.

Note finale water-polo : technique 1 + technique 2 / 2 = note finale water-polo



5 Natation de sauvetage

5.1 Contenu de la natation de sauvetage

Le domaine de la natation de sauvetage est évalué à l'aide des exercices ci-dessous :

- Nager 50 m avec des palmes, dont au moins 12,5 m en plongée sous-marine avec des descentes et des remontées en toute sécurité.
- Transporter au moins 12,5 m un mannequin vide ou plein en position ventrale. Veiller à ce qu'il soit tiré et non poussé.

Critères :

- *Exercice 1:*
 - *12,5 m de plongée sous marine sans interruption*
 - *Battements de jambes continus sous l'eau (battements de jambes crawl ou papillon) avec les bras allongés devant.*
 - *Remontée contrôlée et transition fluide vers la position de nage*
- *Exercice 2:*
 - *Le mannequin est transporté sur le ventre dans le respect des consignes.*
 - *Le mannequin ne doit pas être perdu pendant le remorquage*

Consignes pour le transport du mannequin :

- Le mannequin est transporté avec au moins une main et/ou un bras et reste en contact permanent avec la personne qui le transporte.
- La tête du·de la participant·e se trouve devant la tête du mannequin.
- La tête du mannequin est orientée dans le sens du transport et ne doit pas être saisie par une fermeture.
- Si le mannequin est tiré sous l'eau, les participant·e·s doivent briser la surface de l'eau avec une partie de leur corps, par exemple la tête ou le bras, pendant le transport.
- Il est permis de saisir ou de tenir le mannequin par le cou, la bouche, le nez ou les yeux, ou de le porter avec un bras au-dessus ou autour du cou du mannequin. Il est également permis de presser le visage du mannequin contre le corps.

5.2 Notation de la natation de sauvetage

Les deux exercices sont évalués selon le principe « réussi / échoué ».