

Item 11 – Récupération et transport d'un objet

Activité 1 – Familiarisation brique

Brevet enseigné	Croix de bronze
Numéro de l'item	Item #11
Nom de l'item	Récupération et transport d'un objet
Sujets	
Durée de l'enseignement	15 minutes
Emplacement	Peu profond
Méthode de facilitation	Découverte guidée, méthode 3D
Objectif d'apprentissage	
Le candidat sera en mesure de démontrer sa condition physique.	
Critères d'évaluation	
Le candidat démontre 2 transports sur 5 mètres avec les voies respiratoires hors de l'eau.	

Activités d'apprentissage		
Durée	Description et contenu	Matériel
1 min.	<u>Introduction :</u> Le moniteur explique le test de récupération et transport d'un objet : En étant dans l'eau, nager 15 mètres pour se rendre à l'objet, faire un plongeon de surface, récupérer l'objet, remonter avec celui-ci et transporter l'objet sur 5 mètres en gardant les voies respiratoires hors de l'eau. Le moniteur questionne les participants : Pourquoi faut-il être en mesure de réussir ce test ? <i>Réponses attendues : Afin de démontrer la condition physique nécessaire à la récupération d'une victime submergée.</i>	-
3 min. 10 min.	- Le moniteur démontre diverses techniques de transport d'un objet. - Les participants essaient les techniques à tour de rôle en étant alignés face à face à 5 mètres de distance.	Objets de 10 lb
1 min.	<u>Conclusion :</u>	-

	Le moniteur questionne les participants : Quelle est la technique que vous préféreriez ? Le moniteur rappelle que la technique de transport importe peu, tant que la ligne de la mâchoire est à la surface de l'eau.	
Équipements et matériels		
Objets de 10 lb		
Ressources et références		
GCNB p.47		
Éléments de contenu		
Prise sur l'épaule : - Mettre l'objet sur l'épaule - Le tenir avec une main - Rester le plus assis possible - Faire un coup de pied de sauvetage - Utiliser la main libre afin de s'aider à nager Prise à la hanche : - Mettre l'objet sur la hanche - Le tenir avec une main - Rester le plus assis possible - Faire un coup de pied de sauvetage - Utiliser la main libre afin de s'aider à nager Couché sur le dos : - Mettre l'objet sur sa poitrine - Être couché sur le dos et bien gonfler les poumons - Faire un coup de pied de sauvetage - Utiliser les deux mains afin de s'aider à nager		

Activité 2 – Récupération et transport

Brevet enseigné	Croix de bronze
Numéro de l'item	Item #11
Nom de l'item	Récupération et transport d'un objet
Sujets	
Durée de l'enseignement	15 minutes
Emplacement	Couloir
Méthode de facilitation	Aucune
Objectif d'apprentissage	
Le candidat sera en mesure de démontrer sa condition physique.	
Critères d'évaluation	
Le candidat démontre : - 1 Départ dans l'eau - 1 Approche sur 15 mètres - 1 Plongeon de surface - 1 récupération d'un objet de 10 lb - 1 transport sur 5 mètres avec la mâchoire à la surface - En moins de 60 secondes	

Activités d'apprentissage		
Durée	Description et contenu	Matériel
1 min.	<u>Introduction :</u> Le moniteur rappelle les étapes du test et explique les consignes de sécurité. Le moniteur questionne les participants : Quelle était la technique de préférence utilisée pour transporter l'objet ? Le moniteur rappelle les techniques de transport.	-
13 min.	1. Les participants effectuent le test.	Objets de 10 lb Chronomètre Papier et crayon
1 min.	<u>Conclusion :</u> Le moniteur énonce les résultats et les pistes de solution. - Améliorer son coup de pied de sauvetage	-

	- Rester le dos droit - Garder son air lors de la descente et relâcher lors de la montée	
Équipements et matériels		
Objets de 10 lb Chronomètre Papier et crayon		
Ressources et références		
GCNB p.47		
Éléments de contenu		
Aucun		