

BAREME DE NOTATION DES EPREUVES DU BNJSP

HOMMES

NIVEAU	NOTE	Epreuve aquatique de sauvegarde individuelle	Epreuve d'endurance cardio- respiratoire	Epreuve d'évaluation de la force des membres supérieurs			Epreuve spécifique dénommée PSSP	
				Grimper de corde		Tractions	Cadets	Juniors
				5 m Bras simples	10 m Bras jambes			
A	20	37"	3400 m	7"5	10"	19	1'10"	1'35"
	19	40"	3300 m	8"	11"	18	1'13"	1'38"
	18	43"	3200 m	8"5	12"	17	1'15"	1'40"
	17	45"	3100 m	9"	13"	16	1'18"	1'43"
	16	47"	3000 m	9"5	14"	15	1'20"	1'45"
	15	50"	2900 m	10"	15"	14	1'25"	1'48"
	14	53"	2800 m	10"5	16"	13	1'30"	1'50"
	13	55"	2700 m	11"	17"	12	1'35"	1'53"
	12	57"	2600 m	11"5	18"	11	1'40"	1'55"
	11	1'00"	2500 m	12"	19"	10	1'45"	1'58"
	10	1'10"	2400 m	12"5	20"	9	1'50"	2'00"
	9	1'20"	2300 m	13"	21"	8	1'55"	2'03"
	8	1'30"	2200 m	13"5	22"	7	2'00"	2'05"
	7	1'40"	2100 m	14"	23"	6	2'05"	2'08"
	6	1'50"	2000 m	5 m	10 m	5	2'10"	2'10"
B	5	50 m > 1'50" et sort par ses propres moyens	< 2000 m	< 5 m	< 10 m	4	> 2'10"	> 2'10"
	4		> 1800 m	> 4 m	> 7,5 m	3	2'20"	2'20"
	3		> 1600 m	> 3 m	> 5 m	2	< 2'30"	< 2'30"
C	2	< 50 m ou non sortie par ses propres moyens						
	1		< 1600 m	< 3 m	< 5 m	< 2	> 2'30"	> 2'30"
	0							

En cas de performance située entre deux niveaux de barème, il convient de retenir la note inférieure.

CRITERES D'EVALUATIONS:

UV APS VALIDE SI 4A OU 3A et 1B MINIMUM