



## JUGE DE NAGE ET CONTRÔLEUR DE VIRAGES – EXERCICE DE CONTRÔLE

1. Le juge de nage a la responsabilité de:
  - a) rapporter toute infraction aux règlements des styles qu'il observe dans sa zone de juridiction
  - b) si le juge-arbitre le lui demande, informer le nageur ou son entraîneur de chaque disqualification
  - c) aviser les nageurs de sa technique incorrecte/inefficace
  - d) informer le nageur avant qu'il complète sa course qu'il sera disqualifié
  - e) consulter avec le juge-arbitre si nécessaire
  - f) toutes ces réponses
  - g) a, b, e
  
2. Le contrôleur de virages a la responsabilité de:
  - a) observer et juger la légalité du virage dans les couloirs qui lui ont été assignés à partir du début du dernier mouvement de bras avant le contact, pendant le virage et jusqu'à la fin du premier mouvement de bras après le virage
  - b) rapporter les infractions aux règlements des virages qu'il observe dans sa zone de juridiction
  - c) servir de juge de prise de relais, s'il est affecté à faire cette fonction
  - d) toutes ces réponses
  
3. Le juge de nage doit être placé:
  - a) sur le côté de la piscine
  - b) à l'extrémité de départ ou de virage de la piscine, où il peut surveiller les couloirs du centre
  - c) à la table du commis de course
  
4. Le contrôleur de virages doit être placé:
  - a) à l'extrémité de départ ou de virage de la piscine, où il peut surveiller les couloirs qui lui ont été assignés
  - b) sur le côté de la piscine
  - c) à la table avec le juge à l'arrivée en chef



5. Dans les épreuves de BRASSE, le nageur peut légalement:
- a) avoir la tête submergée pendant toute la course
  - b) nager avec la tête au-dessus de l'eau en tout temps
  - c) avoir la tête submergée, à condition qu'elle coupe la surface de l'eau à chaque cycle complet du mouvement
  - d) plonger vers le mur, submergeant la tête lors de la touche
  - e) garder la tête submergée après le départ ou le virage, à condition qu'elle coupe la surface de l'eau avant que la phase la plus large de la seconde traction des bras soit atteinte
  - f) avoir les coudes au-dessus de l'eau pour la traction finale avant les virages, pendant les virages et lors de la traction finale à l'arrivée
  - g) toutes ces réponses
  - h) a, f
  - i) b, c, d, e, f
6. Dans les épreuves de BRASSE, le nageur peut légalement:
- a) toucher avec une main avant l'autre lors du virage
  - b) toucher avec les deux mains simultanément mais à des niveaux différents
  - c) toucher avec les deux mains simultanément au-dessus, en-dessous ou au niveau de la surface de l'eau
  - d) permettre aux épaules de quitter le plan horizontal avant de compléter la touche
  - e) toucher le mur avec une main par-dessus l'autre
  - f) toutes ces réponses
  - g) b, c, d
7. Dans les épreuves de BRASSE, l'officiel doit rapporter une infraction s'il observe le nageur:
- a) sur le côté en sortant d'un virage, après que les pieds quittent le mur et avant le début de la première traction de bras
  - b) faire deux mouvements complets (mouvements des bras et battements des jambes) avant de couper la surface de l'eau après le départ ou le virage
  - c) utiliser un unique battement de jambes papillon suivi d'un battement de jambes de brasse tout en étant entièrement submergé après le départ et chaque virage
  - d) briser la surface d l'eau avec ses talons
  - e) utiliser le battement de jambes du style libre
  - f) utiliser le battement de jambes papillon pendant toute la course
  - g) ramener les bras au-dessus de la surface de l'eau; à condition que les coudes demeurent sous la surface
  - h) étendre complètement les bras vers l'arrière jusqu'aux hanches pendant chaque cycle de nage
  - i) toutes ces réponses
  - j) a, c, d
  - k) b, e, f, h



8. Dans les épreuves de DOS, le nageur peut légalement:
- a) utiliser une traction simultanée des deux bras
  - b) faire un mouvement alternatif des bras
  - c) utiliser un battement de jambes inversé de la brasse ou un battement des jambes papillon
  - d) utiliser un battement des jambes alterné
  - e) après le départ et après chaque virage, être submergé à condition que la tête coupe la surface de l'eau à ou avant la ligne de 15m
  - f) se tourner sur la poitrine et amorcer un virage
  - g) après avoir amorcé un virage, lever la tête pour repérer le mur
  - h) toutes ces réponses
9. Dans les épreuves de DOS, le juge doit rapporter une infraction s'il observe le nageur:
- a) toucher le mur avec les deux mains lors du virage ou à l'arrivée
  - b) toucher le mur en étant sur le dos, se tourner sur le ventre, agripper le trop-plein et pousser sur le dos
  - c) effectuer un virage avant de toucher le mur avec la partie la plus avancée de son corps
  - d) tourner ses épaules au-delà la ligne verticale lors de la touche finale
  - e) plonger vers le mur, toucher sous la surface tout en étant toujours sur le dos et complètement immergé
  - f) être sur la poitrine en quittant le mur après un virage, mais revenir sur le dos avant de commencer le premier battement de jambes
  - g) effectuer un battement de jambes tout en étant encore submergé après un virage
  - h) toutes ces réponses
  - i) a, b, c, e, g
  - j) d, e, f
10. Dans les épreuves de PAPILLON, le nageur peut légalement:
- a) effectuer plus d'un battement de jambes papillon après le départ et chaque virage avant d'effectuer le premier mouvement des bras
  - b) utiliser les battements de jambes alternés
  - c) utiliser les battements de jambes de la brasse
  - d) alterner entre les battements de jambes papillon et de la brasse à volonté
  - e) nager avec une jambe constamment plus haute que l'autre
  - f) recouvrir les bras sous l'eau pendant le cycle normal de nage
  - g) alterner les mouvements des bras
  - h) trainer les jambes sans effectuer de battements
  - i) toutes ces réponses
  - j) a, e, h
  - k) b, c, d, f, g



11. Dans les épreuves de PAPILLON, l'officiel doit rapporter une infraction s'il observe le nageur:
- a) s'approcher du mur pour la touche au moyen d'un ou plusieurs battements de jambes légaux et les bras étendus
  - b) ramener les bras sous l'eau pour compléter une touche
  - c) toucher le mur sous l'eau
  - d) toucher le mur avec les mains à des niveaux différents
  - e) toucher le mur avec une main avant l'autre mais au même niveau
  - f) toucher le mur d'une seule main
  - g) se tourner sur le côté avant la touche
  - h) abaisser une épaule en amorçant le virage, avant la touche
  - i) être sur le côté en sortant d'un virage, avant de commencer la première traction de bras
  - j) faire plus d'une traction de bras sous l'eau avant de revenir à la surface après le départ ou un virage
  - k) effectuer un battement de jambes papillon en étant sur le côté avant de commencer la première traction de bras
  - l) au départ et après chaque virage, nager submergé jusqu'à ce qu'une partie de la tête coupe la surface de l'eau à ou avant la ligne de 15m
  - m) b, e, f, j
  - n) a, c, d, g, h, i, j, k, l
12. Dans les épreuves de STYLE LIBRE, le nageur peut légalement:
- a) toucher le mur avec une main
  - b) toucher le mur avec un pied
  - c) toucher le mur avec les deux mains
  - d) utiliser la brasse
  - e) utiliser la nage du chien
  - f) se pousser sur le dos après un virage
  - g) alterner les styles à volonté
  - h) au départ et après chaque virage nager submergé jusqu'à ce la tête coupe la surface de l'eau à ou avant la ligne de 15m
  - i) nager le papillon, puis la brasse, puis le style libre, puis revenir au papillon
  - j) toutes ces réponses
13. Dans le QNI, en changeant d'un style à l'autre, le nageur doit:
- a) exécuter le style selon les règles jusqu'à ce qu'une touche légale ait été complétée
  - b) en quittant le mur, exécuter le style suivant selon les règlements
  - c) pouvoir effectuer un virage de n'importe quelle manière après qu'une touche légale a été effectuée pour ce style
  - d) toutes ces réponses



14. Le dernier quart de la distance dans le QNI ou le RELAIS QUATRE NAGES:
- a) peut-être le crawl
  - b) peut-être la marinière
  - c) doit être dans n'importe quel style sauf le papillon, le dos ou la brasse
  - d) toutes ces réponses
15. L'ordre des styles pour le RELAIS QUATRE NAGES est:
- a) papillon, dos, brasse, libre
  - b) dos, brasse, papillon, libre
  - c) dos, papillon, brasse, libre
  - d) papillon, brasse, dos, libre
16. L'ordre des styles pour le QNI est:
- a) papillon, dos, brasse, libre
  - b) dos, brasse, papillon, libre
  - c) dos, papillon, brasse, libre
  - d) papillon, brasse, dos, libre
17. Un juge de nage/contrôleur de virages peut rapporter une infraction pour n'importe quel style ou infraction de virage qu'il observe personnellement:
- a) que le nageur soit ou non dans sa zone de juridiction
  - b) uniquement si le nageur est dans sa zone de juridiction
18. À moins d'avis contraire, un juge de nage/contrôleur de virages doit rapporter une infraction directement au:
- a) juge à l'arrivée en chef
  - b) juge-arbitre
  - c) chronométrateur en chef
19. L'officiel doit rapporter une infraction s'il a observé le nageur:
- a) marcher au fond de la piscine dans la direction de la course
  - b) tirer sur une ligne d'eau de couloir dans la direction de la course
  - c) se propulser du côté de la piscine dans la direction de la course
  - d) quitter l'eau et ensuite y retourner pour compléter la course
  - e) nuire à la progression d'un nageur dans un autre couloir
  - f) se pousser du fond dans la direction de la course
  - g) toutes ces réponses



20. Dans une épreuve de relais, quand un juge de prises de relais observe un départ hâtif, il doit:
- a) immédiatement informer les autres membres de l'équipe de la disqualification
  - b) attendre à la fin de la course avant d'informer l'équipe de la disqualification, si le juge-arbitre lui en donne la directive
  - c) informer immédiatement le juge-arbitre
  - d) informer le juge-arbitre à la fin de la course
  - e) a et c
  - f) b et d
21. Lors des prises de relais, le nageur suivant:
- a) peut-être en mouvement avant que la touche soit effectuée en autant que les orteils soient en contact avec le plot de départ
  - b) peut revenir et toucher au mur s'il croit que son départ a été trop hâtif
  - c) toutes ces réponses
22. En jugeant les prises de relais, le contrôleur de virages doit:
- a) observer la touche et le départ au-dessus du couloir
  - b) garder un doigt en contact avec l'orteil du nageur sur le plot
  - c) observer la prise de relais depuis le côté de la piscine
23. Un contrôleur de virages ou un juge de nage doit:
- a) rapporter toutes les infractions potentielles qu'il croit qui se sont produites au juge-arbitre et laisser le juge-arbitre décider
  - b) rapporter toutes infractions qu'il a personnellement observées dans sa zone de juridiction
  - c) toujours donner le bénéfice du doute au nageur
  - d) toutes ces réponses
  - e) b et c