



***Institut provincial de Formation des Agents des
Services de Sécurité et d'Urgence***

Ecole des Cadets

REGLEMENT DES EPREUVES DE SELECTION

Conditions d'admission

Conformément à l'article 5 du Règlement d'Ordre Intérieur de l'Ecole des Cadets de la Province de Liège :

« Seuls les candidats dont le dossier de candidature est complet et retenu sont invités par écrit par l'école à participer à la sélection par concours comprenant des épreuves physiques, écrites et orales. »

Le dossier de candidature doit notamment comporter un certificat médical attestant de l'aptitude du candidat à participer aux tests de sélection physique de l'Ecole des Cadets. D'autre part, une autorisation parentale doit figurer au dossier de candidature.

Les épreuves de sélection sont organisées sous la forme d'un concours. Elles sont organisées **par section** en vue de qualifier un maximum de 16 candidats dans la section sélectionnée dans leur dossier de candidature.

Les épreuves comportent, dans l'ordre :

- Des épreuves d'aptitude physique éliminatoires ;
- Des épreuves écrites éliminatoires ;
- Une épreuve orale éliminatoire

Epreuves d'aptitude physique éliminatoires

Les épreuves d'aptitude physique comportent :

- 2 épreuves d'endurance (test Cooper et natation) ;
- 5 épreuves d'explosivité ;

1) Epreuves physiques d'endurance :

A) Epreuve de natation (intérieur): Maximum 20 points

- Départ dans l'eau ;
- Nage libre en surface sur une distance de 100 mètres sans arrêt ;
- Le chronomètre est enclenché au départ sur ordre ;
- Le chronomètre est arrêté lorsque le (la) candidat(e) touche le bord du bassin

Temps (sec)	3'10"	3'05"	3'00"	2'55"	2'50"	2'45"	2'40"	2'35"
Points	0	1	2	3	4	5	6	7
Temps (sec)	2'30"	2'25"	2'20"	2'15"	2'10"	2'05"	2'00"	1'55"
Points	8	9	10	11	12	13	14	15
Temps (sec)	1'50"	1'45"	1'40"	1'35"	1'30"			
Points	16	17	18	19	20			

B) Epreuve d'endurance (extérieur) : Maximum 30 points

- Epreuve collective permettant de mesurer la distance parcourue en courant ou en marchant pendant 12 minutes (Test Cooper) ;
- Le chronomètre est enclenché au départ sur ordre ;
- Un préavis est donné aux candidat(e)s après 10 minutes ;
- Le chronomètre est arrêté après 12 minutes ;
- Les candidat(e)s sont averti(e)s de la fin de course par un signal sonore ; Ils (elles) doivent s'arrêter et ne plus franchir de marquage hectométrique supplémentaire sous peine d'élimination

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
mètres	1300	1350	1400	1450	1500	1550	1600	1650	1700	1750	1800
Points	12	13	14	15	15.5	16	16.5	17	17.5	18	18.5
mètres	1850	1900	1950	2000	2050	2100	2150	2200	2250	2300	2350
Points	19	19.5	20	20.5	21	21.5	22	22.5	23	23.5	24
mètres	2400	2450	2500	2550	2600	2650	2700	2750	2800	2850	2900
Points	24.5	25	25.5	26	26.5	27	27.5	28	28.5	29	29.5
mètres	2950	3000	3050	3100	3150	3200	3250	3300	3350	3400	3450
Points	30										
mètres	3500										

2) Epreuves physique d'explosivité :

A) Exercice abdominal : maximum 10 points

- En suspension à l'espalier, les mains en pronation à une hauteur de main suffisante pour que les pieds ne touchent pas le sol ;
- L'exercice consiste à lever les cuisses (jambes fléchies) jusqu'à l'horizontale et à redescendre les jambes jusqu'à la verticalité initiale ;
- Départ sur ordre ;
- On compte le nombre de mouvements corrects en 30 secondes

Nbre	0	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
Points	0	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6
Nbre	22	24	26	28	30	32	34	36			
Points	6.5	7	7.5	8	8.5	9	9.5	10			

B) Saut en longueur sans élan : Maximum 10 points

- Deux essais sont accordés sans intervalle ;
- Départ : pieds joints derrière la ligne ;
- Pour que l'essai soit comptabilisé, la réception devra se réaliser en position stabilisée sur les deux pieds ;
- On mesure la distance séparant la ligne de départ de l'appui le plus proche ;
- La note sur 30 est divisée par 3 afin d'obtenir une note sur 10

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dist.	105 et -	110	115	120	125	130	135	140	145	150	155
Points	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Dist.	160	165	170	175	180	185	190	195	200	205	210
Points	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Dist.	215	220	225	230	235	240	245	250	255 et +		

C) Souplesse (sit and reach) : Maximum 10 points

- Assis au sol, jambes tendues, les pieds à plat contre la table de mesure ;
- Pencher le tronc vers l'avant en gardant les jambes tendues et avec le bout des doigts une réglette placée sur un caisson prévu à cet effet, le plus loin possible ;
- On note la distance maximale maintenue par les mains ;
- Le (la) candidat(e) a droit à deux essais sans intervalle

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dist.(cm)	-10	-8	-6	-4	-2	0	2	4	6	8	10

D) Shuttle run (vitesse de course) : Maximum 10 points

- Départ en position allongée à plat ventre, derrière la ligne de départ, les coudes sur le sol ;
- Au signal, courir vers une ligne située à 10 m de la ligne de départ, y ramasser un shuttle (petite pièce en forme cylindrique) qui se trouve sur une planchette de 30 cm sur 30 cm, retourner et déposer le shuttle derrière la ligne de départ sur une planchette de 30 cm sur 30 cm ; aller prendre le second shuttle et le rapporter pour le déposer sur la planchette ;
- Le chronomètre est arrêté quand le second shuttle est déposé sur la planchette derrière la ligne de départ

Temps (en sec)	+ de 15	15	14	13,5	13	12,5	12	11,5	11	10,5	10 et -
Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

E) Exercice de chute faciale (pompage) : Maximum 10 points

- Prendre la position de départ en s'appuyant sur les mains et les pieds ; bras perpendiculaires au sol avec les mains en ligne droite par rapport aux épaules et les doigts orientés vers l'avant ; le corps est rectiligne, également pendant l'exécution ; pieds joints ;
- Plier et tendre les bras (pompage complet) de sorte que lorsque les bras soient pliés, chaque épaule touche un mousse de 15cm d'épaisseur ;
- Départ sur ordre ;
- On compte le nombre de pompages complets sans limite de temps c'est-à-dire lorsque le (la) candidat(e) reprend la position de départ (bras tendu)

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nombre	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

3) Conditions de réussite des épreuves d'aptitude physique :

Pour satisfaire aux épreuves d'aptitude physique et être déclaré(e) apte à présenter les épreuves écrites, le (la) candidat(e) devra **obtenir au moins 50% des points au total des 7 épreuves.**

Epreuves écrites éliminatoires

Les épreuves écrites comportent deux parties :

- QCM afin d'évaluer vos connaissances générales noté sur **maximum 25 points**.
- Des calculs d'arithmétique (4 opérations de base) et résolution de problèmes simples (géométrie, volume, lecture de graphique) notés sur **maximum 25 points**.

Evaluation : un point par solution correcte.

Conditions de réussite des épreuves écrites :

Pour satisfaire aux épreuves écrites et être déclaré(e) apte à présenter l'épreuve orale, le (la) candidat(e) devra **obtenir 50 % des points au total des épreuves écrites**.

Epreuve orale éliminatoire

L'épreuve orale consiste en une interview individuelle du (de la) candidat(e) afin d'estimer sa motivation.

L'évaluation sera réalisée par un jury composé :

- Du Directeur-Coordinateur de l'Ecole du Feu ;
- Du Coodinateur de l'Ecole des Cadets ;
- Un expert désigné par l'Ecole du Feu
- De l'animateur responsable de la section sélectionnée

Cette évaluation est notée sur **maximum 50 points**.

Conditions de réussite de l'épreuve orale :

Pour satisfaire à l'épreuve et être déclaré(e) apte à participer au classement de l'ensemble des épreuves, le (la) candidat(e) devra **obtenir 50 % des points à l'épreuve orale**.

Classement et sélection des candidats

Les candidat(e)s ayant satisfait aux épreuves de sélection sont **classé(e)s dans l'ordre du total des points obtenus (sur un maximum 200 points) dans les différentes épreuves.**

Les lauréats seront informés des points obtenus et de leur position dans le classement du concours.

Seuls les 16 premiers lauréats d'une même section seront admis à participer à la formation de l'Ecole des Cadets.

Les lauréats malchanceux (non retenus) pourront compléter, dans l'ordre des points obtenus, une autre section dont le nombre maximum de candidats n'est pas atteint.

La candidature d'un candidat admis ne sera définitivement validée que lors du paiement de l'intégralité du droit d'inscription.

* * * *