Cahier du savoir : Réussir ses épreuves sportives au concours des Pompiers

Référence : 10129



Vous souhaitez préparer le concours de Sapeurs-Pompiers ?

Ce cahier vous prépare à **réussir ses épreuves sportives !**

Destiné aux futurs caporaux, lieutenants et capitaines.

2 aspects du concours sont abordés :

- Le règlementaire.
- Le technique.

Objectif : Réussir le concours de sapeur-pompier !

Pour chaque épreuve du concours, découvrez :

- L'analyse des épreuves.
- La planification.
- La programmation.
- La récupération.
- Les fiches techniques.

Préparez vos shorts et vos chaussures de sport. Prêts, partez !

- Auteur : Mikaël SIMON.
- Éditeur : Éditions Carlo Zaglia.
- Format : 170x240 mm.
- Pages : 144.

Les épreuves sportives lors du concours de pompier revêtent une grande importance pour

BESOIN D'AIDE ... CONTACTEZ-NOUS
contact@ylea.eu • www.ylea.eu
Echangez avec nos conseillers par chat du lundi au vendredi de 8h à 17h45.

plusieurs raisons :

1. Évaluation de la condition physique : Les épreuves sportives permettent d'évaluer la condition physique des candidats, qui est un critère essentiel pour exercer le métier de pompier. Ils doivent être capables de faire face à des situations d'urgence qui exigent souvent des efforts physiques intenses.

2. Préparation aux tâches opérationnelles : Les épreuves sportives simulent certaines tâches opérationnelles que les pompiers sont susceptibles de rencontrer sur le terrain, comme porter des charges lourdes, grimper des échelles ou transporter des victimes. Elles permettent donc d'évaluer la capacité des candidats à accomplir ces tâches avec efficacité.

3. Développement de l'esprit d'équipe : Les épreuves sportives peuvent également être réalisées en équipe, ce qui favorise le développement de l'esprit d'équipe et de la collaboration entre les candidats. Ces compétences sont indispensables dans le cadre du travail des pompiers, où la coordination et la communication sont essentielles pour mener à bien les missions.

4. Gestion du stress et de la pression : Les épreuves sportives sont souvent réalisées dans des conditions de stress et de pression, ce qui permet d'évaluer la capacité des candidats à gérer ces situations. Cela reflète la réalité du métier de pompier, où ils doivent être capables d'agir efficacement sous pression lors d'interventions d'urgence.

5. Promotion d'un mode de vie sain : La participation aux épreuves sportives encourage les candidats à adopter un mode de vie sain et actif, ce qui est bénéfique pour leur santé physique et mentale. Être en bonne condition physique est un élément clé pour réussir les épreuves et pour exercer efficacement le métier de pompier.

? Préparez vos formations incendie efficacement grâce à nos **supports pédagogiques incendie conformes**.