
Programme de Formation

Recyclage BNSSA

Organisation

Durée : 8 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Personnes désirant recycler leurs diplôme du BNSSA (Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique) ainsi que leurs PSE1 (Premiers Secours en Equipe de niveau 1)



Objectifs pédagogiques

- Être capable de réussir les épreuve de l'examen recyclage BNSSA
- Surveiller, et intervenir sur une zone de baignade
- Mettre à jours ces compétences de secourisme



Description

- Secourisme adapté au sauvetage aquatique
- Entraînement aux épreuve et sauvetage en piscine

Il vous faudra pour participer à cette formation une tenue adapté à la pratique du secourisme ainsi qu'un maillot de bain, un short et un t-shirt pour l'épreuve n°3.



Prérequis

Pour cette formation vous devez :

- Être titulaire du BNSSA
- Être titulaire du PSE1
- Être capable de nager 250m avec palmes, masque et tuba en moins de 3 minutes
- Être capable de nager un 100m nage libre en moins de 2 minutes
- Être capable de nager un 100m sur le dos en moins de 3 minutes
- Être capable de plonger jusqu'à une profondeur de 4m
- Être capable de réaliser deux apnées consécutives de 15m



Modalités pédagogiques

Il s'agit essentiellement d'une formation pratique de secourisme avec un entraînement de 2 heures en piscine dispensée par un maître nageur formateur de secourisme.





Modalités d'évaluation et de suivi

Un examen en fin de formation permet d'obtenir ou non le recyclage du diplôme du BNSSA (chaque présentation supplémentaire à l'examen sera facturée 80€).

DÉROULEMENT DE L'EXAMEN

ÉPREUVE 1: Parcours de sauvetage aquatique de 100 m.

- Départ du port du bassin ou d'un plot de départ
 - 25 m nage libre
 - Deux parcours de 25 m, comprenant chacun 15 m en immersion complètes sur un trajet défini, sans que le candidat ne prenne appui.
 - Une plongée dite "en canard" suivie de la recherche d'un mannequin qui repose entre 1m80 et 3m70. Le candidat remonte le mannequin et le remorque sur 25m, visage hors de l'eau
- Le candidat doit réaliser l'épreuve en 2 minutes et 40 secondes inclus, lors de l'examen.

ÉPREUVE 2 : ASSISTANCE A PERSONNE

- Une personne situé à 15m au moins et 25m au plus du bord simule une situation de détresse.
 - La victime saisit le sauveteur, après s'être dégagé, le sauveteur remorque la victime vers le bord.
 - Le sauveteur sort la victime de l'eau et effectue une vérification des fonctions vitales.
- Le candidat effectue l'épreuve en short et tee-shirt sans lunette, masque...