

---

# Programme de Formation

---

## BNSSA

### Organisation

---

**Durée :** 40 heures

**Mode d'organisation :** Présentiel

### Contenu pédagogique

---



#### **Public visé**

Toute personne désirant être affectée à la sécurité et la surveillance :

- principalement des zones de baignade aménagées d'accès public et gratuit, en bord de mer ou près des plans d'eau,
- à titre dérogatoire et secondaire, d'un établissement d'accès payant (piscine)



#### **Objectifs pédagogiques**

- Prévenir les usagers des risques de la baignade par une information explicite, et des conditions météorologiques permettant ou non la baignade.
- Surveiller la zone de baignade, en observant particulièrement les comportements des individus, et en essayant d'anticiper les dérives afin d'intervenir au plus vite.
- Intervenir rapidement et efficacement dans les cas de noyade , sans mettre en danger sa vie ni celle des autres.



#### **Description**

THÉORIE ET RÉGLEMENTATION :

Surveillance et responsabilités,  
Les lieux de surveillance,  
La réglementation nautique,  
La prévention des noyades,  
L'organisation des secours,  
Le vent et la mer.

TECHNIQUES DE SAUVETAGE AQUATIQUE :

Approche du noyé,  
Prise de la victime au fond de l'eau,  
Remontée à la surface,  
Maintien de la victime,  
Remorquage,  
Sortie de l'eau,  
Parades aux prises du noyé.



## ★ **Prérequis**

- Avoir 17 ans révolus au jour de l'examen
- Être reconnu apte médicalement
- Être titulaire du diplôme de premiers secours en équipe
- Savoir nager le crawl, le dos et la brasse



## **Modalités pédagogiques**

Il s'agit d'une formation essentiellement pratique, dispensée par des BEESAN / BPJEPS AAN.



## **Moyens et supports pédagogiques**

Les entraînements aquatiques se font en piscine.

Une formation à la réglementation est effectuée en salle de formation à l'aide d'un vidéoprojecteur et livret d'apprentissage.



## **Modalités d'évaluation et de suivi**

Un examen en fin de formation permet d'obtenir ou non le statut de Nageur Sauveteur.

### 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: Parcours 250 m de sauvetage avec palmes, masque et tuba.

- Au signal, le candidat s'équipe dans ou hors de l'eau (dans les 5 m).
- 200 m palmes, masque, tuba en touchant le mur à chaque virage.
- Immersion pour recherche le mannequin situé à 5 m maximum du bord du bassin.
- Remorquage sur 50 m

Le candidat doit réaliser l'épreuve en moins de 4 minutes et 20 secondes inclus.

ÉPREUVE 3: 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...

ÉPREUVE 4: QCM

- Questionnaire à choix multiple d'une durée maximale de 45 minutes.

La notation se fait sur un total de quarante points. Pour être déclaré apte, le candidat doit avoir obtenu une note supérieure ou égale à 30.