



Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE : 9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

Programme de la Formation B.N.S.S.A.

SESSION 2019 -2020
du Samedi 14 septembre 2019 au 13 juin 2020

OBJECTIF : Examen final du BNSSA entre mi-avril et début Juin 2020
(Les dates sont fixées par la DDCSPP de la Dordogne)

La formation se compose de trois matières principales :

1. Activités aquatiques et de sauvetage :
 - Lieu de l'activité
 - Dates et horaires (hors vacances scolaires et stages)
 - Les différentes activités aquatiques et de sauvetage
 - Volume horaire global
 - Evaluations
 - Moyens pédagogiques
 - L'encadrement pédagogique

2. Règlementation du BNSSA
 - Lieu de l'activité
 - Dates et horaires (stage)
 - Les différents modules
 - Volume horaire global
 - Moyens pédagogiques
 - L'encadrement pédagogique

3. Premiers secours en équipe de niveau 1 (mention : secouriste)
 - Lieu de l'activité
 - Dates et horaires (stage)
 - Les différents compétences de la formation
 - Volume horaire global
 - Moyens pédagogiques
 - L'encadrement pédagogique





Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE : 9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

1. Activités aquatiques et de sauvetage

Lieu de l'activité : Centre aquatique l'Aquacap
Jarjoux
24750 Champcevinel

Dates et horaires d'entraînement et de perfectionnement

- Hors vacances scolaires
 - ✓ Tous les samedis de 9h00 à 11h00 / Lignes 4, 5 et 6
 - ✓ Soit 2 h00 par semaine (environ 80 heures d'entraînement et apprentissage des techniques de sauvetage)
- Pendant les vacances scolaires

Pas de séances prévues à ce jour

Les épreuves du BNSSA :

Epreuve N° 1 :

Elle consiste en un parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres, en bassin de natation, comprenant :

- un départ du bord du bassin ou d'un plot de départ, suivi de 25 mètres nage libre en surface ;
- deux parcours de 25 mètres, comprenant chacun 15 mètres en immersion complète sur un trajet défini (matérialisé au fond et sur les bords), sans que le candidat ne prenne appui ;
- une plongée dite « en canard », suivie de la recherche d'un mannequin qui repose entre 1,80 mètre et 3,70 mètres de profondeur ; le candidat remonte le mannequin en surface, puis le remorque sur 25 mètres, visage hors de l'eau. La position d'attente du mannequin au fond de l'eau est indifférente et est située à 5 mètres au plus de la fin du parcours ; le mannequin doit être de modèle réglementaire, c'est-à-dire d'un poids de 1,5 kg à une profondeur d'un mètre. Lors du remorquage le mannequin doit avoir les voies aériennes dégagées, pour cela la face visage du mannequin doit se trouver au-dessus du niveau de l'eau.

A chaque virage, le candidat doit toucher la paroi verticale du bassin ou un repère matérialisé. L'épreuve est accomplie sans que le candidat ne reprenne pied. Cependant, celui-ci est autorisé à prendre appui au fond, lors de la saisie et de la remontée du mannequin. Le candidat effectue l'épreuve en maillot de bain. Le port d'une combinaison, lunettes de piscine, masque, pince-nez ou tout autre matériel n'est pas autorisé.

Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve, dans les conditions prescrites ci-dessus, en moins de :

- 2 minutes et 40 secondes inclus, lors de l'examen ;



Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE :9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

Epreuve N° 2 :

Elle consiste en un parcours de sauvetage avec palmes, masque et tubas, en continu de 250 mètres, en bassin de natation :

- au signal du départ de l'épreuve, le candidat s'équipe dans ou hors de l'eau ;
- le candidat parcourt 200 mètres en palmes, masques et tuba en touchant le mur à chaque virage. A la fin du parcours de nage, il doit effectuer une immersion pour rechercher un mannequin situé à 5 mètres maximum du bord du bassin. Il repose sur une profondeur située entre 1,80 mètre et 3,70 mètres au plus.

Cette recherche se fait après avoir touché l'extrémité du bassin ;

- le candidat remonte le mannequin dans la zone des cinq mètres. Il le remorque sur le reste de la distance du parcours. Le contact à l'extrémité du bassin est obligatoire lors du virage (bassin de 25 mètres) et à l'arrivée ;

- la remontée et le remorquage du mannequin se font sans utiliser l'anneau de celui-ci. Le remorquage s'effectue en position dorsale. Le candidat peut ne plus utiliser le masque et tuba ;

- les 200 premiers mètres s'effectuent en utilisant l'ensemble du matériel (palmes, masque et tuba). Si le candidat rencontre une difficulté ou un défaut de matériel, il effectue la remise en place de celui-ci sans reprise d'appui ;

- lors du remorquage, le mannequin doit avoir les voies aériennes dégagées, pour cela la face visage du mannequin doit se trouver au-dessus du niveau de l'eau ;

- la position d'attente du mannequin au fond de l'eau est indifférente ;

- le mannequin doit être de modèle réglementaire, c'est-à-dire d'un poids de 1,5 kg à une profondeur d'un mètre. Pour être déclaré apte, le candidat doit réaliser l'épreuve en moins de 4 minutes et 20 secondes inclus, dans les conditions prescrites ci-dessus.

Epreuve N°3 :

Elle consiste à porter secours à une personne en milieu aquatique comprenant :

- le sauvetage d'une personne qui simule une situation de détresse se situant à 15 mètres au moins et 25 mètres au plus du bord ;

Les séances d'entraînement :

La Natation / Apprentissage des techniques et entraînement.

- ✓ Explications détaillées de l'épreuve (limites matérialisées en sus aquatique (lignes d'eau) et en subaquatiques (balises lestées).
- ✓ Apprentissage d'une nage ventrale « le crawl » par des éducatifs.
- ✓ Perfectionnement entraînements individualisés en améliorant les techniques de nage et amélioration de la vitesse de nage.

Objectifs à atteindre : Epreuve en rapport avec le temps demandé.





Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE :9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

Les Epreuves des apnées / Apprentissage et entraînement.

- ✓ Explications détaillées de l'épreuve (limites matérialisées en sus aquatique (lignes d'eau) et en subaquatique (balises lestées).
- ✓ Notions physiques et physiologiques sur la nage en subaquatique (contraintes pulmonaires, poussées hydrauliques et résistances hydrodynamiques).
- ✓ Perfectionnement et préparation mentale lors des entraînements prévus.

Objectifs à atteindre : exécuter le parcours en subaquatique dans les temps déterminés.

Nage avec palmes, masque et tuba / Apprentissage et entraînement.

- ✓ Evaluations (début de la session et ensuite tous les deux mois)
- ✓ Explications sur l'emploi optimal du matériel entraînement
- ✓ Perfectionnement (gestion de la distance et de l'allure).
- ✓ Explications des différentes phases de l'épreuve par des démonstrations pratiques.

Objectifs à atteindre : Cette épreuve doit être effectuée dans les temps impartis.

Mannequin / Apprentissage et entraînement.

- ✓ Explications des différentes phases de l'épreuve (plongeon, nage d'approche, plongeon de recherche dit « canard », prise du mannequin et différentes techniques de remorquages) par des supports vidéo.
- ✓ Démonstrations pratiques hors et dans l'eau et perfectionnement lors des entraînements prévus.

Objectifs à atteindre : Cette épreuve doit être effectuée dans les temps impartis.

Actions du sauveteur sur le noyé / Apprentissage des techniques et entraînement :

- ✓ Explications orales puis mise en situation hors et dans l'eau.
- ✓ Perfectionnement lors des entraînements.

Objectifs à atteindre : Evaluation de l'aisance du candidat dans l'eau.



Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE : 9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

Les évaluations pendant la formation :

En janvier et mars deux évaluations auront lieu, les stagiaires sont mis en condition d'examen et doivent effectuer toutes les épreuves aquatiques sanctionnées par un chronométrage comme prévu à l'examen. Ces évaluations sont mises en place pour que les candidats apprennent à contrôler leur stress lors de l'examen final.

Moyens pédagogiques :

Entraînement piscine : 2 lignes d'eau sont réservées par l'association. Explications hors et dans l'eau de la technique de nage, apprentissage, et perfectionnement lors de chaque entraînement (matériel utilisé: planche de natation, plaquettes et pull-boy, palmes-masque-tuba, mannequin)

Encadrement pédagogique :

Deux titulaires du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif des Activités de la Natation :

- Damien FOURNIER
Formateur de Formateurs & Concepteur d'Encadrement et d'Action de Formations
- Yannick RIVET
Formateur aux Premiers Secours

Deux titulaires du Brevet National de Sécurité et Sauvetage Aquatique dont 1 Formateurs de formateurs, assistants des BEESAN:

- Cyril LAMBERT
Formateur de Formateurs
- Loane RIVET



Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE : 9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

2. Règlementation du BNSSA

Lieu de l'activité : Centre aquatique l'Aquacap
Jarijoux
24750 Champcevinel

Dates et horaires :

- ✓ Cours de réglementation :
Samedi : 11 janvier 2020 / Horaires 8h30 – 11h30 et 14h30 – 17h30
- ✓ Révision / Préparation au QCM
Samedis : 15 février et 28 mars 2020 / Horaires : 08h30 à 11h30

Le volume horaire nécessaire à l'étude de ce programme de la réglementation du BNSSA est de **10 heures minimum...**

Un fascicule de réglementation BNSSA est remis au stagiaire.

Les dates ont la possibilité d'être modifiées en fonction de la progression des stagiaires.

Les différents modules de la réglementation :

1° Partie :

Aspects Réglementaires :

- Les Textes généraux sur l'examen du BNSSA
- Les Domaines de compétence
- Les Obligations du maire
- Les Catégories de baignade
- Les Signalisations des lieux de baignades
- Le Balisage en bordure de littoral
- Le Poste de secours
- Le Matériel des sauveteurs
- Les Titres de navigation
- Les Catégories de navigation
- Les Baignades en centre de vacances et de loisirs
- La Surveillance sanitaire des eaux de baignades

2° Partie :

Organisation des Secours :

- Les Secours en France
- Le P.O.S.S.
- Météo – Piscine



Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE :9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

- Les Informations météorologiques
- Les Dispositions matériel d'organisation en piscine

3° Partie:

Conduite à tenir en cas d'accident :

- L'Activation d'un poste de secours
- La Surveillance et la prévention
- Les Intervention à la plage
- Les Relations humaines
- La Plongeon et la nage d'approche
- Le Plongeon canard et la recherche de victime
- Les Saisies de la victime, les prises de dégagement
- Le Remorquage
- Les Sorties de l'eau
- La Prévention des accidents de la baignade

4° Partie :

Responsabilité pénale du sauveteur.

5° Partie :

Organisation des secours :

Protocoles Opérationnels d'Interventions :

- L'embarcation et le Scooter des mers
- Le Filin
- La Planche de sauvetage
- La Bouée tube
- L'Hélicoptère

Principaux Risques Liés à la Plage et à la Baignade :

- La Noyade
- Les Morsures et les piqures
- Les Baïnes / Bâches / Courants
- Les Accidents de Plongée et de scaphandres

Un contrôle de présence sera mis en place à chaque séance (feuille de présence à émarger).

Les moyens pédagogiques :

- ✓ PC portable, Vidéoprojecteur, Ecran,
- ✓ Cours sur support Powerpoint,
- ✓ Photocopies de textes : lois, arrêtés, circulaires...
- ✓ Livret BNSSA
- ✓ Divers documents : test QCM...

PSS24

 0616892337

 asso.pss24@gmail.com



Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE : 9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

3. Premiers Secours en Equipe de niveau 1 (Le secouriste)

Lieu de l'activité : Centre aquatique l'Aquacap
Jarjoux
24750 Champcevinel

Dates et horaires :

Du Lundi 18 février au Vendredi 22 février 2019 inclus
« De 8h30 à 12h00 et de 14h00 à 17h30 »

Les différentes compétences de la formation : Être capable :

1. D'évoluer dans le cadre juridique applicable à l'action de secours dans le respect des procédures définies par son autorité d'emploi.
2. D'assurer une protection immédiate, adaptée et permanente, pour lui-même, la victime et les autres personnes des dangers environnants.
3. De réaliser un bilan et d'assurer sa transmission aux services appropriés.
4. De réaliser les gestes de premiers secours face à une personne :
 - 4-1. victime d'une obstruction des voies aériennes;
 - 4-2. victime d'un saignement abondant;
 - 4-3. ayant perdu connaissance;
 - 4-4. en arrêt cardiaque;
 - 4-5. victime d'une détresse respiratoire, circulatoire ou neurologique ;
 - 4-6. présentant un malaise;
 - 4-7. présentant un traumatisme des membres ou de la peau.
5. D'assister des équipiers secouristes, lors de manœuvres d'immobilisation, de relevage ou de brancardage.
6. D'adapter son comportement à la situation ou à l'état de la victime.



Association affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secours
N° d'Agrément Préfectoral 24-2019-03-26-001
N° SIRET : 83882992700014 APE : 9499Z
Déclaration d'activité N°W243005466

Volume horaire global de la formation

Le volume horaire de cette formation est de **35 heures minimum** conformément aux Recommandations relatives aux premiers secours émis par la Direction Générale de la Sécurité Civile et de la Gestion des Crises, de face à face pédagogique.

Les moyens pédagogiques :

- Matériels
 - ✓ Ecran
 - ✓ PC portable
 - ✓ Vidéoprojecteur
 - ✓ Cours support « Powerpoint »
 - ✓ Matériel nécessaire aux premiers secours (Oxygénothérapie / D.A.E. etc....)
 - ✓ Maquillage de mise en situation etc...

L'encadrement pédagogique :

Damien FOURNIER
Formateur de formateurs « Conception et encadrement d'actions de formations »

Cyril LAMBERT
Formateurs de formateur

Yannick RIVET
Formateurs aux Premiers Secours.

Monsieur FOURNIER Damien, Président de l'association « Périgord Sauvetage Secourisme » Agrément préfectoral numéro 24-2019-03-26-001, certifie l'exactitude du programme de formation 2019-2020, sous réserve de nouvelle modification nationale en cours d'année.

