

LIVRET D'ACCUEIL EN FORMATION



FORMATION INITIALE

Brevet **N**ational de **S**écurité et de **S**auvetage **A**quatique



www.ffss.fr

ALASCA VO AQUATIQUE

Piscine Olympique – 145 route de Léognan 33140 Villenave d'Ornon
Tél : 06 23 46 00 35 - alascavoaquatique@outlook.fr - www.alascavo-aquatique.com

SAUVETAGE SPORTIF - FORMATIONS - NAGE AVEC PALMES ET APNEE - POSTES DE SECOURS



BIENVENUE EN FORMATION AVEC ALASCA VO AQUATIQUE

Vous avez postulé pour la formation au Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique.

Il s'agit d'un diplôme d'état qui permet d'assurer la surveillance des lieux de baignades aménagés et réglementairement autorisés, mis en application en France par le décret 77-117 du 20 Octobre 1977.

ALASCA est affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme – FFSS, qui nous octroie l'agrément pour cette formation.

Ce livret vous rappelle les points importants du déroulé de la formation ainsi que les compétences nécessaires pour obtenir ce diplôme.

L'enseignement dispensé comporte une partie d'apprentissage théorique et une partie pratique, avec de la nage, de l'apnée et du sauvetage.

A l'issue de la formation, vous serez présenté à une session d'examen afin que vos aptitudes soient évaluées par un jury.

Rappelez-vous qu'il s'agit d'une formation en équipe, demandant du travail personnel, de l'investissement et de la rigueur. Soyez dynamique et curieux !

Bonne formation.

LIEU DE FORMATION

Piscine Olympique de Villenave d'Ornon

145 Route de Léognan
33140 Villenave d'Ornon

DUREE DE LA FORMATION

Le volume d'heure en face à face pédagogique est d'environ 72h, découpé sur 2 semaines. Le contenu de la formation oscillera entre préparation physique et apport théorique.

Suivant l'avancement de la journée, les heures de fin peuvent varier.

Étant donnée la densité du programme, **aucun retard ne pourra être accepté**, votre présence est indispensable sur l'ensemble de la formation.

Le planning est à titre indicatif, susceptible de modification selon l'équipe pédagogique.

A la suite de ces 2 semaines aura lieu une **dernière mise au point** concernant le QCM, la date reste encore à déterminer tout comme celle de l'examen. De la même manière que le reste de la partie théorique celle-ci se tiendra dans la salle de formation de la piscine de Villenave d'Ornon.

Présence obligatoire pour l'ensemble des candidats.



N°SIRET : 422 940 353 00028 – Code APE : 9312Z

Association de loi 1901, affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme – N° 4014,

Organisme de sécurité civile - Reconnue d'utilité publique.

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75331256833 auprès de la préfète de région Nouvelle-Aquitaine

Association sportive agréée, délégataire du Ministère chargé des Sports - Déclarée auprès de la DRDJS 33 – N° ET000973

ALASCA VO AQUATIQUE

Piscine Olympique – 145 route de Léognan 33140 Villenave d'Ornon
Tél : 06 23 46 00 35 - alascavoaquatique@outlook.fr - www.alascavo-aquatique.com

SAUVETAGE SPORTIF - FORMATIONS - NAGE AVEC PALMES ET APNEE - POSTES DE SECOURS



EQUIPE PEDAGOGIQUE

Responsable pédagogique : (à prévenir en cas de problème durant la formation)
Romain VERON – BPJEPS AAN et formateur PSC/PSE/BNSSA – 06.66.73.02.05

MATERIEL A APPORTER

Liste du matériel à avoir sur l'ensemble de la formation :

- Maillot de bain, lunettes de piscine, bonnet obligatoire
- Palmes (type Mares conseillé), masque, tuba (Easybreath interdit)
- Un tee-shirt et short de bain pouvant aller dans l'eau
- Une tenue de sport pour la journée + chaussures adaptées
- Papiers, stylo
- Montre
- 1 jeton de casier
- Livret de formation BNSSA – OFFERT en début de formation
- Collation et bouteille d'eau
- Ordinateur et clé USB (facultatif)

COMPETENCES A ATTEINDRE

A l'issue de sa formation par un organisme habilité ou une association agréée, le candidat au BNSSA doit être capable de :

1. Situer son rôle et sa mission.
2. Mettre en œuvre les matériels qu'il est susceptible d'utiliser.
3. Respecter le cadre légal dans lequel il est amené à conduire sa mission.
4. Situer les rôles des différents acteurs du secours intervenant dans le domaine du sauvetage en milieu aquatique
5. Évaluer les risques spécifiques au milieu aquatique.
6. Identifier les différents risques liés aux pratiques et adopter les attitudes de surveillance adaptées.
7. Identifier les conduites accidentogènes et mener les actions de préventions adaptées.
8. Adopter une conduite à tenir appropriée en présence d'une personne en situation de difficulté ou de détresse dans sa zone de surveillance, en ou hors milieu aquatique.



www.ffss.fr

N°SIRET : 422 940 353 00028 – Code APE : 9312Z

Association de loi 1901, affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme – N° 4014,

Organisme de sécurité civile - Reconnue d'utilité publique.

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75331256833 auprès de la préfète de région Nouvelle-Aquitaine

Association sportive agréée, délégataire du Ministère chargé des Sports - Déclarée auprès de la DRDJS 33 – N° ET000973



VALIDATION

Dans un souci de simplification administrative et tout en préservant la capacité du préfet à connaître les acteurs de terrain ainsi que les ressources du département en terme de sauveteurs aquatiques BNSSA formés, l'examen du jury est désormais piloté par les organismes de formation au BNSSA.

Des ratios d'encadrement, de stagiaires sont également déterminés et une définition qualitative de l'encadrement est également précisée. L'ensemble de ces mesures vise à permettre un enseignement de qualité dont la seule certification est désormais de la responsabilité des organismes de formation.

Quatre épreuves constituent cet examen ; l'ordre de déroulement de ces dernières est laissé à libre appréciation du jury. Pour être déclaré admis, le candidat doit être jugé apte à chacune des épreuves ci-dessous :

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 :
 - o 2 minutes et 40 secondes inclus, lors de l'examen ;
 - o 3 minutes, lors de la vérification de maintien des acquis.

Un délai minimum de 10 minutes de récupération doit être laissé au candidat avant de prendre part à une autre épreuve.

ALASCA VO AQUATIQUE

Piscine Olympique – 145 route de Léognan 33140 Villenave d'Ornon
Tél : 06 23 46 00 35 - alascavoaquatique@outlook.fr - www.alascavo-aquatique.com

SAUVETAGE SPORTIF - FORMATIONS - NAGE AVEC PALMES ET APNEE - POSTES DE SECOURS



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.

Un délai minimum de 10 minutes de récupération doit être laissé au candidat avant de prendre part à une autre épreuve.

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 ;
- La victime saisit le sauveteur de face ; après s'être dégagé de la situation, le sauveteur transporte la victime vers le bord en sécurité ; pendant le parcours le sauveteur rassure la victime ;
- Le sauveteur sort la victime de l'eau sans utiliser les échelles ou tout autre moyen matériel ;
- Après avoir sécurisé la victime, le candidat effectue une vérification des fonctions vitales et ensuite, il explique succinctement sa démarche.

Le candidat effectue l'épreuve en short et tee-shirt. Le port d'une combinaison, lunettes de piscine, masque, pince nez ou tout autre matériel n'est pas autorisé.

Pour être déclaré apte, le candidat doit réaliser correctement l'ensemble de l'épreuve.



N°SIRET : 422 940 353 00028 – Code APE : 9312Z

Association de loi 1901, affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme – N° 4014,

Organisme de sécurité civile - Reconnue d'utilité publique.

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75331256833 auprès de la préfète de région Nouvelle-Aquitaine

Association sportive agréée, délégataire du Ministère chargé des Sports - Déclarée auprès de la DRDJS 33 – N° ET000973

ALASCA VO AQUATIQUE

Piscine Olympique – 145 route de Léognan 33140 Villenave d'Ornon
Tél : 06 23 46 00 35 - alascavoaquatique@outlook.fr - www.alascavo-aquatique.com

SAUVETAGE SPORTIF - FORMATIONS - NAGE AVEC PALMES ET APNEE - POSTES DE SECOURS



Epreuve n° 4 :

Elle consiste en un questionnaire à choix multiple (QCM) d'une durée maximale de 45 minutes durant lequel les questions posées doivent permettre d'appréhender les connaissances du candidat dans les domaines réglementaires et pratiques, faisant l'objet de diverses réglementations édictées par plusieurs départements ministériels.

Le QCM est composé d'un ensemble de quarante items portant sur les domaines suivants :

- Secourisme ;
- Aspects juridiques et réglementaires concernant la sécurité et le sauvetage aquatique ;
- Textes sur l'organisation et la sécurité des lieux de baignade ;
- Signalisation d'un poste de secours ;
- Signalisation des aides et matérialisation des lieux de baignade ;
- Balisage ;
- Règlements sur la conduite des embarcations et la pratique des sports nautiques et subaquatiques dans la
- Zone littorale ;
- Organisation des secours ;
- Dispositions matérielles d'organisation et d'activation des postes de secours ;
- Mise en œuvre des moyens d'alerte ;
- Connaissance et diffusion des informations météorologiques ;
- Observations du champ de surveillance, diffusion des incidents, modalités d'alerte du poste de secours ;
- Connaissance de l'organisation des structures publiques de secours, conduite à tenir en cas d'accident ;
- Mesures conservatoires ;
- Premiers soins d'urgence ;
- Alerte des secours publics ;
- Mise en œuvre de moyens supplémentaires de secours.

Chaque item, formulé sous forme de question ou de propositions, est accompagné de trois à cinq réponses, dont une au moins est juste.

La réponse est considérée comme correcte, dès lors que le candidat a choisi les seules bonnes réponses à la question posée.

La réponse est considérée comme fautive lorsqu'elle est incorrecte ou incomplète ou en l'absence de réponse de la part du candidat.

Pour chaque réponse correcte, un point est attribué. Pour chaque réponse fautive, aucun point n'est attribué ou retiré.

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.



www.ffss.fr

N°SIRET : 422 940 353 00028 – Code APE : 9312Z

Association de loi 1901, affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme – N° 4014,

Organisme de sécurité civile - Reconnue d'utilité publique.

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75331256833 auprès de la préfète de région Nouvelle-Aquitaine

Association sportive agréée, délégataire du Ministère chargé des Sports - Déclarée auprès de la DRDJS 33 – N° ET000973

ALASCA VO AQUATIQUE

Piscine Olympique – 145 route de Léognan 33140 Villenave d'Ornon
Tél : 06 23 46 00 35 - alascavoaquatique@outlook.fr - www.alascavo-aquatique.com

SAUVETAGE SPORTIF - FORMATIONS - NAGE AVEC PALMES ET APNEE - POSTES DE SECOURS



FORMATION CONTINUE

Le titulaire du BNSSA qui souhaite prolonger la validité de son diplôme est soumis, tous les 5 ans, à une vérification de maintien des acquis, comprenant les seules épreuves n° 1 & 3.

Cette validité et l'attestation de maintien des acquis sont à prendre en compte d'année en année (année d'obtention + 5 ans, jusqu'au 31 décembre de l'année N+5) et non de date à date.

Si le titulaire du Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique n'est plus à jour de sa formation continue, il n'est plus en droit d'exercer, mais il ne perd pas son diplôme. Il retrouvera ses prérogatives professionnelles dès qu'il aura pu satisfaire à l'épreuve de révision.

Attention, dans tous les cas de figure l'exercice de l'activité du titulaire du BNSSA est subordonnée à la justification du maintien des acquis qui résulte de la présentation :

- D'un diplôme de BNSSA datant de moins de 5 ans ou de l'attestation nominative de maintien des acquis
- De l'attestation de formation continue annuelle des premiers secours en équipe.

L'équipe pédagogique d'ALASCA VO AQUATIQUE vous souhaite une bonne formation et vous remercie de votre confiance !



N°SIRET : 422 940 353 00028 – Code APE : 9312Z

Association de loi 1901, affiliée à la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme – N° 4014,
Organisme de sécurité civile - Reconnue d'utilité publique.

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75331256833 auprès de la préfète de région Nouvelle-Aquitaine
Association sportive agréée, délégataire du Ministère chargé des Sports - Déclarée auprès de la DRDJS 33 – N° ET000973