



[WWW.AFSA84.COM](http://WWW.AFSA84.COM)

Présentation de la formation

**BNSSA Accéléré**

**LIVRET D'ACCUEIL**



# BREVET NATIONAL DE SÉCURITÉ ET DE SAUVETAGE AQUATIQUE

## BNSSA Accéléré





## OBJECTIFS DE LA FORMATION

Formation diplômante ayant pour objectifs :



Devenir nageur sauveteur et assurer la surveillance et la sécurité des baigneurs sur plages, les piscines et tous types de plans d'eau.



Savoir mettre en application ses compétences acquises dans la surveillance, le sauvetage et le secourisme lors des baignades sur les plages, piscines, lacs.

### À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- 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.



## PUBLICS ET PRE-REQUIS



### POUR QUI ?

Un bon nageur souhaitant devenir sauveteur aquatique et assurer des missions de surveillance et sauvetage dans les lieux de baignades d'accès gratuits et aménagés (mer, lac) ainsi que les établissements à accès payant (piscines, campings)

Toute personne souhaitant passer la formation BPJEPS AAN, afin de devenir Maître Nageur Sauveteur et enseigner la natation.

Pour plus de renseignements : <https://www.afsa84.com/bpjepsaan-educateur-sportif-aquatique-natation-vacluse>



### PRÉ-REQUIS ?

Avoir 17 ans révolus ou plus au jour de l'examen.

Avoir 16 ans ou plus l'entrée en formation.

Le diplôme ne sera remis à l'apprenant qu'au jour de ses 18 ans.

Être reconnu apte médicalement.

Un certificat type est à fournir avant l'examen, il doit être daté de moins de trois mois au jour de l'examen, l'entraîneur vous dira quand nous le fournir.

Être titulaire du PSE1 minimum au jour de l'examen.

La formation PSE1 est incluse dans le tarif de la formation BNSSA Accéléré si vous n'en êtes pas déjà titulaire.

Attention, vous devrez passer un test d'entrée afin d'attester d'un niveau de natation suffisant. A défaut de réussite du test, la formule classique du BNSSA vous sera proposée.



## DURÉE

Le BNSSA se prépare plus ou moins rapidement en fonction du niveau du candidat.

10 heures à minima de préparation physique en piscine

4h de cours de réglementation

35 heures de face à face pédagogique à minima pour la formation PSE 1



## ORGANISATION DE LA FORMATION



### PRÉPARATION AUX ÉPREUVES PHYSIQUES EN PISCINE

Afin de vous préparer à présenter les trois épreuves en piscine:  
Place Charles de Gaulle  
84400 Apt

### PRÉPARATION À L'ÉPREUVE THÉORIQUE

Afin de préparer l'épreuve du QCM, des cours sur la réglementation vous seront proposés.  
Il vous faudra aussi travailler l'épreuve de votre côté via le lien suivant :



<https://www.nageur-sauveteur.com/qcm-bnssa-ligne>



### FORMATIONS DE PREMIERS SECOURS EN ÉQUIPE

La formation PSE1 est obligatoire dans le cadre du BNSSA, elle dure 28h et une partie de 7h en QCM en distanciel, soit 4 jours en présentiel et un travail en amont vous sera demandé.

Pour plus d'informations sur le contenu de la formation PSE1, je vous invite à voir la page PSE1 de notre site : <https://www.afsa84.com/pse1-formation-premiers-secours-equipe-vacluse>



## PROGRAMME DE LA FORMATION



### UNE PRÉPARATION PHYSIQUE EN PISCINE

- Parcours de sauvetage combiné.
- Parcours de sauvetage avec palmes, masque et tuba.



### APPRENTISSAGE DES TECHNIQUES OPÉRATIONNELLES DE SAUVETAGE.

- Porter assistance à un nageur en difficulté ou noyé :
- Approche du noyé, prise de la victime au fond, remontée à la surface, maintien de la victime
- Apprentissage des techniques de remorquage.
- Apprentissage des techniques de sortie de l'eau d'une victime.
- Apprentissage des prises de dégagement face à une victime agitée ou agressive.
- Mettre en œuvre les gestes de premiers secours adaptés.



### UNE PRÉPARATION THÉORIQUE À L'ÉPREUVE DU QCM RÉGLEMENTAIRE.

- Réglementation des baignades.
- L'organisation et la surveillance de la baignade.
- Reconnaître un nageur en difficulté et lui porter assistance.
- Connaissance des activités nautiques.
- Connaissance des lieux de surveillance.
- Sensibilisation au milieu aquatique et à son respect.



# MATÉRIEL NÉCESSAIRE



Palmes :



Tuba :



Masque :



Lunette :



Bonnet :



Tee-shirt :



short :





## MODALITÉS DE CERTIFICATION



L'apprenant devra participer à l'ensemble des modules de formation :

- Posséder à minima l'unité d'enseignement PSE1 (compris dans la formation)
- Satisfaire aux épreuves éliminatoires (un délai minimum de 10 minutes de récupération doit être laissé au candidat avant de prendre part à l'épreuve suivante) :
  - 100m combiné avec apnée et remorquage du mannequin.  
Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve, dans les conditions prescrites, en moins de :
    - 2 minutes et 40 secondes inclus, lors de l'examen.
    - 3 minutes, lors de la vérification de maintien des acquis.
  - 250m avec palmes, masque, tuba.  
Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve, dans les conditions prescrites, en moins de :
    - 4 minutes et 20 secondes inclus, lors de l'examen.
  - Sauvetage d'une victime en détresse.  
Pour être déclaré apte, le candidat doit réaliser correctement l'ensemble des items de l'épreuve.
  - Questionnaire à Choix Multiple (QCM).  
Pour être déclaré apte, le candidat doit avoir obtenu une note supérieure ou égale à 30 sur 40 questions.



## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Examen final organisé par l'association ( 3 épreuves pratiques et 1 épreuve théorique )

Vous passez l'examen à la fin de la formation.



## MAINTIEN DES ACQUIS ET DES COMPÉTENCES

Pour conserver sa validité, le diplôme BNSSA doit être renouvelée tous les 5 ans afin de maintenir ses compétences et ses connaissances à jour.

Attention, la formation continue (recyclage) PSE1 est indépendante du recyclage BNSSA. Un maintien des acquis, pour conserver la validité du diplôme, est obligatoire tous les ans.

## ÉVOLUTION

Formation SSA  
Personnes titulaires ou en cours de formation au PSE 2 et au BNSSA.

Formation BPJEPS AAN  
Devenir Maître Nageur Sauveteur

## QUALIFICATION DES FORMATEURS / EVALUATEURS

BEESANN / BPJEPS AAN (Maître Nageur Sauveteur)  
Formateur aux premiers secours  
BNSSA expérimenté  
Stagiaires BPJEPS AAN

## QUALIFICATION DES FORMATEURS / EVALUATEURS

BEESAN / BPJEPS AAN (Maître Nageur Sauveteur)  
Formateur aux premiers secours  
BNSSA expérimenté  
Stagiaires BPJEPS AAN

# ÉPREUVES DU BNSSA

Source : <http://www.nageur-sauveteur.com>



## ÉPREUVE 1 - PARCOURS DE SAUVETAGE DE 100 M

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.

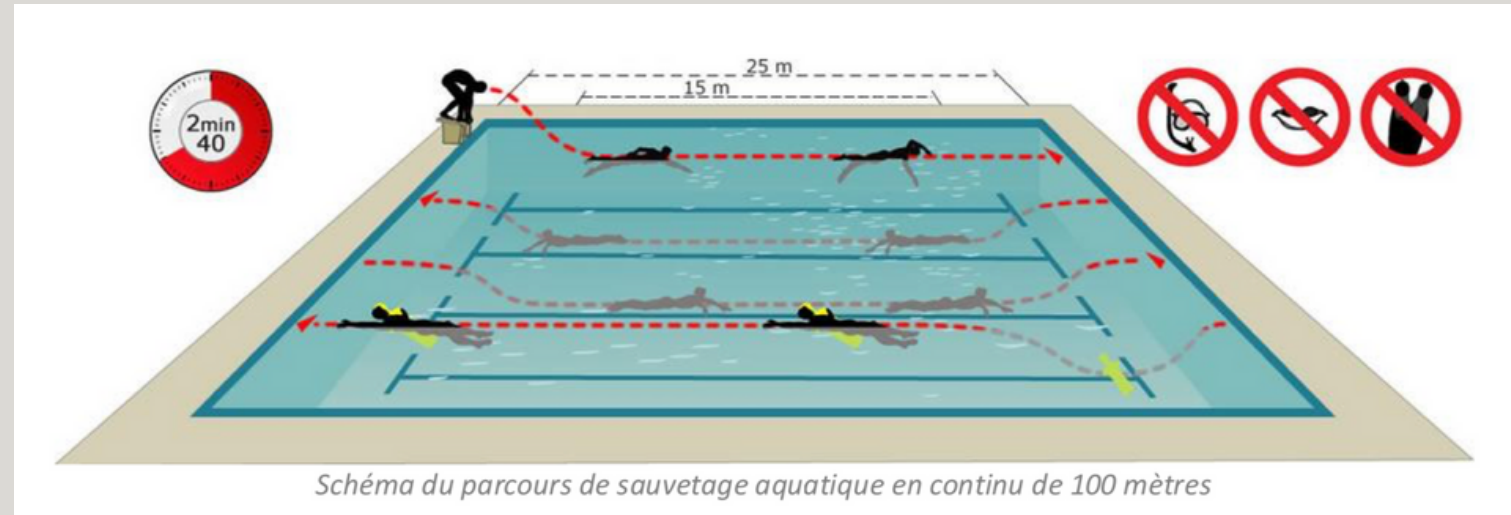


Schéma du parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres

1. 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.
2. 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.
3. 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 ;
  - 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.

# ÉPREUVES DU BNSSA

Source : <http://www.nageur-sauveteur.com>



## ÉPREUVE 2 - PARCOURS DE SAUVETAGE DE 250 M

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.

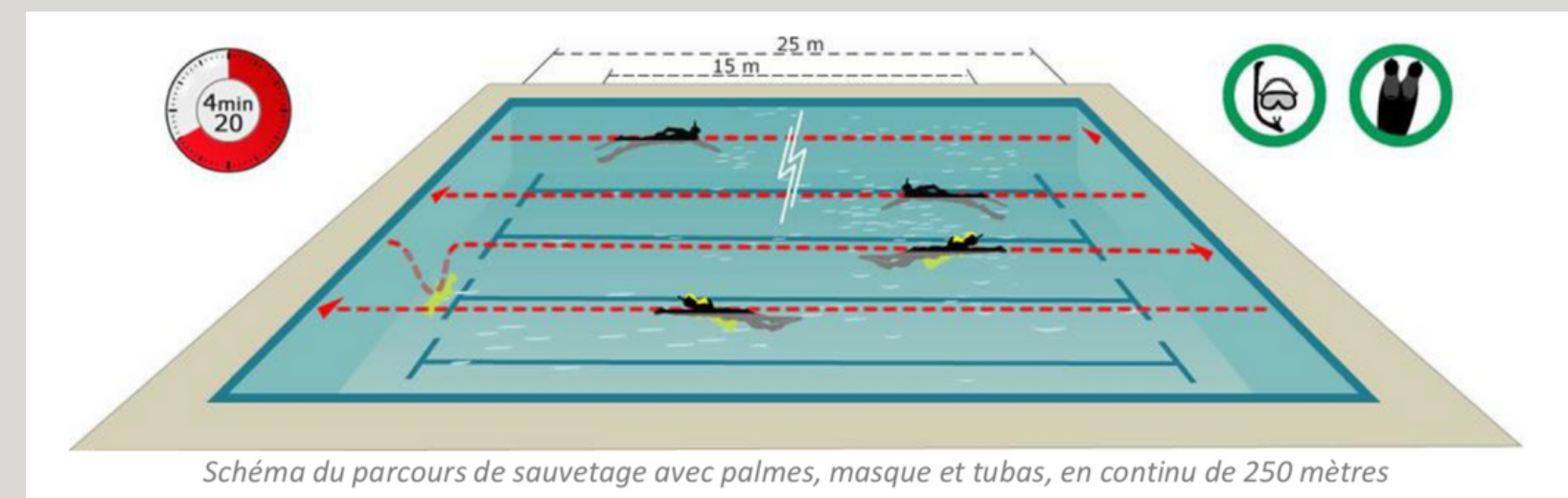


Schéma du parcours de sauvetage avec palmes, masque et tubas, en continu de 250 mètres

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.

# ÉPREUVES DU BNSSA

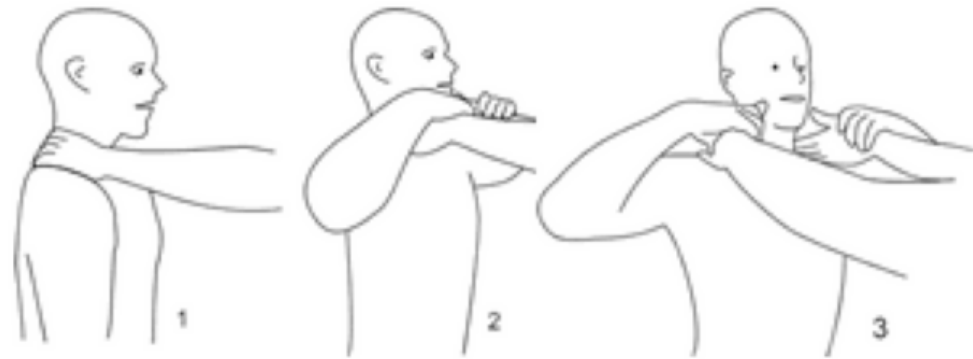
Source : <http://www.nageur-sauveteur.com>



## ÉPREUVE 3 - ASSISTANCE À PERSONNE EN DIFFICULTÉ

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 site du nageur sauveteur vous propose sur la page prises de dégagement, quelques techniques utiles pour cette épreuve

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.

# ÉPREUVES DU BNSSA

Source : <http://www.nageur-sauveteur.com>



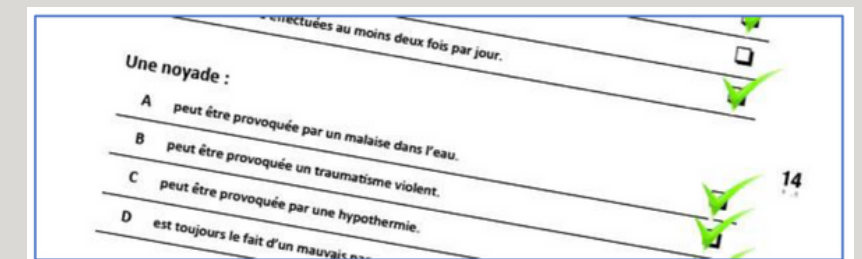
## ÉPREUVE 4 - QCM

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.



## MODALITÉ D'ACCES À LA FORMATION

À réception des documents demandés et du paiement de la formation.

## MODALITÉS D'ADMISSION

Des tests de niveau sont réalisés afin de situer la faisabilité de la formation.

Les Tests de niveau sont physiques : CF au document PDF.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ADAPTÉS AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Aucune disposition réglementaire prévue, vous pouvez nous contacter afin d'évaluer la faisabilité et l'adaptabilité nécessaire.

Accessibilité de l'action dans les locaux prévue : rampes

## MODALITÉ D'INSCRIPTION

Remplir le formulaire d'inscription en ligne

Se présenter pour un test d'entrée : Prendre RDV auprès de l'association.  
Après validation du test, compléter votre dossier administratif.

Pièces à fournir :

**- Photocopie de carte d'identité**

**- Convention de BNSSA signée**

**- Certificat médical type (avant l'examen seulement)**

**- Le paiement de la formation (possibilité de régler en 3 fois)**



## CONTACTS DE LA FORMATION



**Direction :**

BRAVAIS Thibaut - 06.62.72.17.23 - [contact@afsa84.com](mailto:contact@afsa84.com)



**Gestion administrative :**

GAUTIER Jodie - 06.16.24.12.03 - [formations.afsa84@gmail.com](mailto:formations.afsa84@gmail.com)