

BREVET NATIONAL DE SECURITE ET DE SAUVETAGE AQUATIQUE **B.N.S.S.A** **CONTENU PEDAGOGIQUE**

La préparation physique proposée par le CROS de Corse dans le cadre de cette formation a pour but de préparer le candidat aux épreuves suivantes :

Épreuve 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 mètres et 3,70 mètres de profondeur ; le candidat remonte le mannequin en surface, puis le remorque sur 25 mètres, visage hors de l'eau.

Position du mannequin :

- 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 règlementaire, 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 dessus, en moins de :

- **2 minutes et 40 secondes incluses, 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.

Épreuve 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 d'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 mètres 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 ;

Position du mannequin :

- 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.

Épreuve 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.

Épreuve 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 ;
- Connaissances et diffusion des informations météorologiques ;
- Observations du champ de surveillance, diffusion des incidents, modalités d'alerte du poste de secours ;
- Connaissances 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 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.