

CERTIFICAT MÉDICAL DE NON-CONTRE-INDICATION

APPARENTE À LA PRATIQUE ET À L'ENSEIGNEMENT
DE LA NATATION, DU SAUVETAGE AQUATIQUE ET À LA
SURVEILLANCE DES USAGERS D'ÉTABLISSEMENT DE NATATION.

Je soussigné(e) ,
docteur en médecine, certifie avoir examiné ce jour

M./Mme ,

née le à

et avoir constaté que cette personne ne présente aucune contre-indication apparente à la pratique et à l'enseignement de la natation, et du sauvetage aquatique ainsi qu'à la surveillance des usagers de l'établissement de natation.

Ce sujet présente en particulier une intégrité fonctionnelle des membres supérieurs et inférieurs lui permettant :

- ▶ d'effectuer un sauvetage en utilisant les techniques de prises et dégagements ;
- ▶ de transporter la victime dans l'eau et hors de l'eau ;
- ▶ de pratiquer seul les gestes du massage cardiaque externe à la ventilation artificielle ;

Une faculté d'élocution normale, une acuité auditive lui permettant d'entendre une voix normale à 5 mètres (prothèse auditive tolérée) et une acuité visuelle conforme aux exigences suivantes :

ACUITÉ VISUELLE

- ▶ Sans correction : une acuité visuelle de 4/10 en faisant la somme des acuités visuelles de chaque œil mesurées séparément soit au moins 3/10 + 1/10, ou 2/10 + 2/10.

CAS PARTICULIER

- ▶ Avec correction :
 - ▷ soit une correction amenant une acuité visuelle de 10/10 pour un œil quelle que soit la valeur de l'autre œil corrigé (supérieur à 1/10) ;
 - ▷ soit une correction amenant une acuité visuelle de 13/10 pour la somme des acuités visuelles de chaque œil corrigé, avec un œil corrigé au moins à 8/10.

Cas particulier : dans le cas d'un œil amblyope, le critère exigé est : 10/10 pour l'autre œil corrigé.

La vision nulle à un œil constitue une contre-indication.

Certificat remis en mains propres à l'intéressé pour servir et valoir ce que de droit.

J'atteste avoir pris connaissance des 2 pages d'informations jointes

Fait à le

(Signature et cachet du médecin)

1 ACTIVITÉS PRATIQUÉES AU COURS DE LA FORMATION :

Le candidat au certificat de spécialisation « sauvetage et sécurité en milieu aquatique » est amené à :

- ▶ concevoir la sécurité dans les baignades ouvertes gratuitement au public aménagées et autorisées ainsi que dans les établissements de baignade d'accès payant ;
- ▶ gérer la sécurité d'un lieu de pratique des activités aquatiques ;
- ▶ porter secours à tout public en milieu aquatique ;
- ▶ gérer les secours en cas d'accident ;
- ▶ gérer le poste de secours ;
- ▶ gérer l'hygiène de l'eau et de l'air ;
- ▶ s'intégrer dans le milieu professionnel.

À ce titre, il doit être en capacité :

- ▶ d'intervenir en milieu aquatique en cas d'accident ou d'incident ;
- ▶ d'effectuer un sauvetage avec palmes masque et tuba ;
- ▶ de rechercher une personne immergée ;
- ▶ d'extraire une personne du milieu aquatique.

2 TESTS LIÉS AUX EXIGENCES PRÉALABLES À L'ENTRÉE EN FORMATION :

ÉPREUVE N°1 :

Elle consiste en un parcours 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 2 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 ;
- ▶ 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.

Cette épreuve doit être réalisée en moins de 2 minutes 40 secondes. À 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.

ÉPREUVE N°2

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

- ▶ le départ est donné par un coup de sifflet. Le candidat effectue une épreuve de sauvetage en moins de 4 minutes 20 secondes sur une distance totale de 250 mètres ;
- ▶ au signal du départ de l'épreuve, le candidat s'équipe dans ou hors de l'eau ;
- ▶ le candidat parcourt 200 mètres en palmes, masque et tuba en touchant le mur à chaque virage. À 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 2 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 ;

- ▶ 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.

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 de combinaison, de lunettes de piscine, masque, pince nez ou tout autre matériel n'est pas autorisé.

3 DISPOSITIONS PARTICULIÈRES POUR LES PERSONNES PRÉSENTANT UN HANDICAP :

La réglementation du diplôme prévoit que le directeur régional de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale peut, après avis d'un médecin agréé par la Fédération française handisport ou par la Fédération française de sport adapté, aménager le cursus de formation et les épreuves d'évaluation certificative pour toute personne justifiant d'un handicap.

Dans le cas où le médecin constate une contre-indication liée à un handicap, il le mentionne sur le certificat et oriente le candidat vers le dispositif mentionné ci-dessus.