

Contrôle de sécurité aquatique (CSA)

Planification de l'enseignement

Contrôle de sécurité aquatique

La baignade et la natation comptent parmi les activités sportives préférées des enfants en Suisse. Ludiques, elles permettent également de développer la condition physique et la coordination. En intégrant la natation dans le plan d'études, l'école apporte une contribution notable au développement des élèves.

L'objectif principal de la natation scolaire est de garantir une sécurité aussi élevée que possible et d'éviter les noyades. Bien que celles-ci soient rares, elles engendrent une souffrance importante et une charge émotionnelle inimaginable chez les personnes concernées. Pour éviter les noyades, il est essentiel que l'enseignant·e assure une surveillance compétente et que les élèves apprennent à se sauver eux·elles-mêmes en cas de chute inopinée dans l'eau.

Chère enseignante, cher enseignant,

Dans la mesure du possible, le BPA, Bureau de prévention des accidents, recommande de se rendre dans une piscine (en plein air ou couverte) ou une plage surveillée avec les élèves. Les conditions pour la pratique de la natation y sont en effet optimales: les zones pour nageur-euses et non-nageur-euses sont clairement signalées et délimitées. Dans les piscines, les différentes profondeurs d'eau sont indiquées visiblement au bord des bassins. Dans l'idéal, l'établissement dispose d'un système de détection des noyades. Informez-vous au préalable pour savoir si la piscine en question est dotée d'un tel dispositif. Pensez également à prévenir l'établissement concerné de votre venue avec la classe.

Renseignez-vous sur la validité de vos formations en matière de sécurité aquatique et suivez, si nécessaire, le module recommandé par la Société Suisse de Sauvetage (SSS). Il est conseillé de disposer d'un Brevet Base Pool de la SSS pour les piscines surveillées et d'un Brevet Plus Pool de la SSS pour les piscines non surveillées. Pour les lacs également, la SSS propose un module correspondant.

Le BPA recommande d'intégrer le contrôle de sécurité aquatique (CSA) dans le cadre des cours de natation obligatoires à l'école primaire. Le CSA est synonyme de compétences aquatiques de base. Il atteste que les enfants sont capables de se sauver eux-mêmes après une chute (inopinée) dans l'eau. Le BPA est soutenu dans son projet par ses partenaires: swimsports.ch, la SSS, J+S, Swiss Aquatics, l'Association suisse des maîtres de bain (AMB), l'Association Romande des Maîtres de Bains (ARMB).

Lien avec le Plan d'études romand

CM 23 – Mobiliser des techniques et des habiletés motrices

Pourquoi et comment les enfants se noient-ils-elles?

- **Noyade silencieuse**
Les enfants se noient de manière soudaine et sans un cri. En l'espace de quelques secondes, ils-elles disparaissent de la surface de l'eau. Si on les repère tardivement au fond du bassin, ils-elles sont souvent déjà mort-es ou ont subis de graves lésions cérébrales.
- **Chute dans l'eau**
Il arrive que les enfants tombent dans l'eau alors qu'ils-elles jouent au bord d'une étendue d'eau ou qu'ils-elles se trouvent à proximité. Ces accidents ne se produisent pas uniquement lors de la saison estivale, mais aussi en hiver.

Au moment de la noyade, presque tou-tes les enfants n'étaient pas ou pas suffisamment surveillé-es.



Plus d'informations
à ce sujet sur
bpa.ch/safetytool-csa

Sommaire

Le CSA en bref	5
Organisation des trois leçons	6
Déroulement	7
Leçon 1	8
Leçon 2	10
Leçon 3	12
Le BPA informe	14
Cours de natation: qui est responsable?	14
Matériel complémentaire	15

Le CSA en bref

Lien avec
le PER:
CM23

Objectifs didactiques

- Aider les élèves à parvenir à se sauver eux-mêmes.
- Préparer les élèves au CSA de manière ciblée.
- Rendre un maximum d'élèves aptes à réussir le CSA.
- Réaliser le test du CSA et remettre une attestation aux élèves qui le réussissent.
- Informer les parents du résultat du test et, en cas d'échec, proposer des cours de rattrapage.

Prérequis

Pour préparer une classe au CSA, les élèves doivent être habitués à l'eau et en mesure de nager 50 m. L'enseignant-e doit disposer des compétences aquatiques nécessaires et être à même d'assurer la chaîne de sauvetage.

1. Champ d'application du CSA

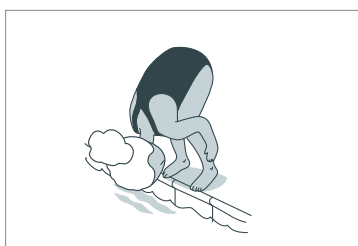
Les compétences requises en vue de la réussite du CSA permettent aux enfants de regagner seul-es le bord du bassin ou la rive en cas de chute dans l'eau et d'acquies plus d'assurance en eau profonde. Les enfants ne doivent toutefois jamais se baigner ou nager seul-es et sans surveillance.

2. Préparation au CSA

Les élèves sont préparés au CSA de manière ludique, en trois leçons, p. ex. en passant entre les jambes d'un-e camarade sous l'eau ou en plongeant pour récupérer un anneau au fond du bassin.

3. Les trois éléments du CSA

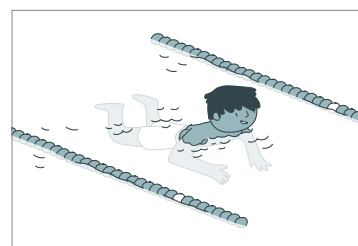
Pour réussir le CSA, il faut enchaîner sans pause les éléments suivants:



Effectuer une roulade/culbute du bord du bassin dans une eau profonde



Se maintenir sur place à la surface de l'eau pendant une minute



Nager 50 m et sortir de l'eau

Organisation des trois leçons

10'
Tou-tes

Introduction

Indiquer aux élèves que les trois prochaines leçons de natation seront consacrées au CSA. Commencer chaque leçon par un élément ludique.

Eau à hauteur de poitrine:

- requin blanc
- plonger et passer à tour de rôle entre les jambes de son ou sa camarade de jeu
- aller chercher un, deux puis trois objets (anneaux de plongée, etc.) au fond du bassin
- se tenir au bord du bassin et, en position ventrale puis dorsale, battre des jambes aussi fort que possible
- en position ventrale puis dorsale, se repousser du bord du bassin avec les pieds et glisser le plus loin possible
- petite course de relais: mouvements libres (marcher, plonger, nager)

30'
Tou-tes /
en groupes

Partie principale

Réaliser une combinaison des trois éléments du CSA pour chacune des trois leçons:

- effectuer une roulade/culbute du bord du bassin dans une eau profonde
- se maintenir sur place à la surface de l'eau pendant une minute
- nager 50 m et sortir de l'eau

Les pages 8 à 13 comportent des propositions d'exercices. La troisième leçon se termine par le CSA.

5'
Tou-tes

Conclusion

Les attestations CSA sont remises à la fin de la leçon.

bfu **bpa** **upi** Contrôle de sécurité aquatique **CSA**

Prénom _____

Nom _____

Date de naissance _____

a réussi le CSA

Date/signature _____



Si les conditions préliminaires précitées sont remplies, il faut prévoir trois leçons pour préparer les élèves au CSA et leur faire passer le test.

Matériel

- SafetyTool
- «Boîte à trésors»
- Tapis de natation
- Frisbees
- Planches de natation
- Frites aquatiques
- Ballons
- Palmes
- Anneaux de plongée



Contrôle de sécurité aquatique (CSA)
Plus d'informations et la vidéo
«Contrôle de sécurité aquatique (CSA):
Les bases de la sécurité aquatique»
sur bpa.ch/csa

Vous pouvez commander les attestations auprès de votre canton (si celui-ci les fournit gratuitement), de swimsports.ch, swiss-aquatics.ch ou à l'adresse info@sss.ch.

Les élèves amènent une photo passeport.

Déroulement

Réalisation correcte du CSA

Les trois éléments du CSA doivent être enchaînés sans pause (port de lunettes de vue, de lunettes de natation ou d'un pince-nez non autorisé). Les enseignant-es effectuent le CSA en eau profonde avec leurs élèves, conformément aux instructions suivantes (selon la largeur du bassin, plusieurs enfants peuvent s'élancer simultanément):

Effectuer une roulade/culbute du bord du bassin dans une eau profonde

Debout au bord du bassin, les élèves s'accroupissent pour saisir leurs chevilles, puis exécutent une roulade avant dans l'eau, avec immersion complète du corps.

Se maintenir sur place à la surface de l'eau pendant une minute

La technique utilisée peut être choisie librement (p. ex. flotter, pédaler).

Nager 50 m et sortir de l'eau

Au signal de l'enseignant-e, les élèves nagent sur une distance de 50 m. La technique utilisée peut être choisie librement. Les élèves ne doivent pas poser le pied au sol ni se tenir au bord lors du virage en bout de bassin.

Attestation CSA

Il est important de valider la réussite de l'élève à l'aide de l'attestation CSA. L'enseignant-e confirme par sa signature que les éléments requis ont été réalisés correctement. L'attestation peut être commandée auprès de swimsports.ch, de swiss-aquatics.ch ou de la SSS, au prix de 4 francs l'unité (prix indicatif). Certains cantons la remettent gratuitement. Les élèves qui n'ont pas réussi le CSA devraient avoir la possibilité de repasser le test ultérieurement.

Le CSA s'inspire du programme «Swim to Survive®» de la Société canadienne de sauvetage®.



Cinq conseils pour une organisation sûre

- Taille des groupes: travailler en général avec des demi-classes.
- Lorsque les élèves sont dans l'eau, l'enseignant-e reste au bord du bassin pour avoir une vue d'ensemble.
- Lorsque l'enseignant-e effectue une démonstration dans l'eau, les élèves restent debout au bord du bassin.
- Si un-e enfant quitte le groupe, il-elle doit en informer l'enseignant-e.
- Un code de conduite doit être défini avec les enfants.

Leçon 1



Bob

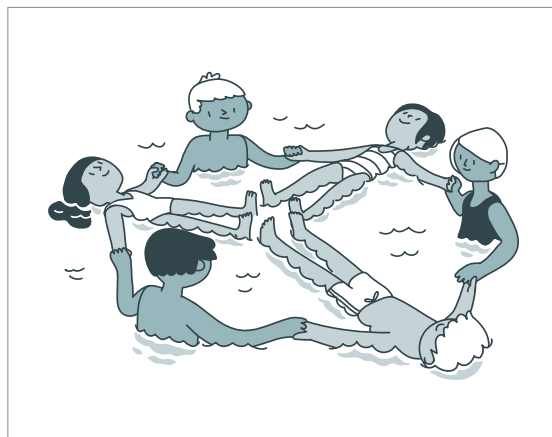
Effectuer une roulade/culbute du bord du bassin dans une eau profonde

Roulade avant autour d'un bâton (eau à hauteur de poitrine)

Deux élèves, debout dans l'eau, tiennent un bâton; un-e troisième fait une roulade autour de celui-ci.

Bob (eau profonde)

Tou-tes les élèves sont assis-es latéralement au bord du bassin, serré-es les un-es derrière les autres en tenant le-la camarade qui précède par le haut du corps, les jambes écartées pour former un grand bob. Celui-ci ou celle-ci prend des virages jusqu'au moment où le-la premier-ère de la file tombe dans l'eau, entraînant les autres enfants les un-es après les autres.



Carrousel

Se maintenir sur place à la surface de l'eau pendant une minute

Nénuphar (eau à hauteur de poitrine et eau profonde)

Flotter en position dorsale

Carrousel (eau à hauteur de poitrine)

Les enfants, debout dans l'eau, forment un cercle en se tenant par les mains. Un-e enfant sur deux s'allonge sur le dos (oreilles dans l'eau). Ceux-celles qui sont debout font tourner le carrousel en avançant latéralement. Inverser les rôles.

Tir sur cible (eau profonde)

Plusieurs objets disposés au bord du bassin tombent lorsqu'une balle les atteint. La moitié des enfants sont dans l'eau. Ils-elles ont chacun-e une balle dans la main et essaient, tout en pédalant avec les jambes, de toucher un maximum de cibles dans un temps imparti. L'autre moitié ramasse les balles, les renvoie régulièrement dans le bassin et replace les objets tombés. Chaque enfant compte son score.



Nage du phoque avec une planche

Nager 50 m et sortir de l'eau

Nage du phoque avec une planche ou des palmes (eau à hauteur de poitrine ou eau profonde)

Battements de jambes alternés en position dorsale avec

- une planche posée sur le ventre ou maintenue derrière la tête
- des palmes

Transport d'une perche ou d'une frite aquatique (eau profonde)

Trois enfants tiennent une perche ou une frite aquatique, bras tendus, et la transportent d'une extrémité du bassin à l'autre. Mouvements de jambes libres.

Conseils pour la natation scolaire

Plastifiez les documents pour pouvoir les utiliser à la piscine.

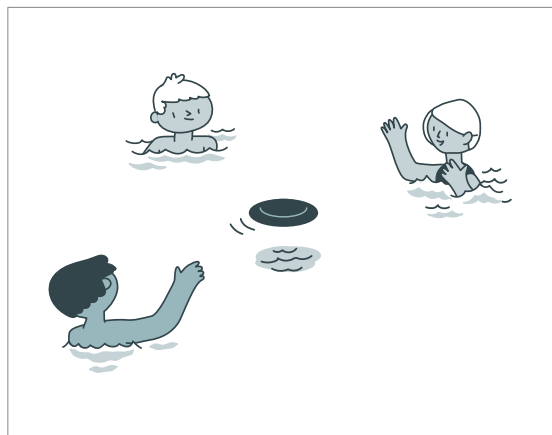
Le matériel didactique est également disponible en ligne sur bpa.ch/safetytool-csa



Leçon 2



Course sur tapis



Frisbee

Effectuer une roulade/culbute du bord du bassin dans une eau profonde

Course sur tapis (eau profonde)

L'extrémité d'un tapis est posée et fixée au bord du bassin (p. ex. un-e enfant se tient dessus); l'autre extrémité repose sur l'eau. À tour de rôle, les élèves marchent ou courent sur le tapis (instable) et sautent ou effectuent une roulade dans l'eau (uniquement possible avec une piscine dont le bord du bassin est plat).

Gardien de but (eau profonde)

Un-e enfant nage sur place, avec une balle, à environ 5 m du bord du bassin. Il-elle la lance à un-e autre enfant qui entre dans l'eau en effectuant une roulade tout en tenant le ballon. Les rôles sont ensuite inversés.

Se maintenir sur place à la surface de l'eau pendant une minute

Nénuphar (eau à hauteur de poitrine et eau profonde)

Flotter en position dorsale, bras tendus sur les côtés ou derrière la tête

Mouvements de jambes libres (en position verticale dans l'eau profonde)

P. ex. battements de jambes, pédalage ou mouvements de jambes de la brasse

Mouvements de bras «pagayage» (eau à hauteur de poitrine puis eau profonde)

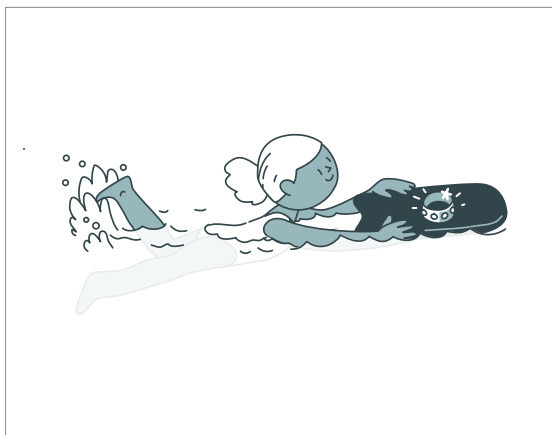
Des mouvements des bras et des mains vers l'intérieur et l'extérieur permettent de se maintenir à la surface de l'eau (les mains et les avant-bras décrivent un 8 horizontal). Les élèves se tiennent d'abord debout dans l'eau à hauteur de poitrine avec les pieds au sol et essaient ensuite de décoller les pieds du sol; finalement, ils-elles effectuent l'exercice en eau profonde.

Frisbee (eau profonde)

Les enfants se répartissent dans l'eau profonde et s'envoient un ou plusieurs frisbees. L'objectif est de réaliser un maximum de passes sans que le frisbee ne tombe dans l'eau.

Patate chaude (eau profonde)

Un groupe de cinq à six enfants forment un cercle ouvert et s'envoient la «patate chaude» (la balle). Au moment où l'un-e des enfants réceptionne la balle, il-elle doit crier «patate chaude» et la renvoyer le plus vite possible (afin de ne pas se brûler les doigts).



Chasse au trésor

Nager 50 m et sortir de l'eau

Nage du phoque sur le dos

(eau à hauteur de poitrine ou eau profonde)

Effectuer des battements de jambes en position dorsale. Les mains peuvent pagayer dans l'eau à côté du corps.

Chasse au trésor (eau profonde)

À l'aide d'une planche, les élèves nagent une longueur de bassin en position ventrale, prennent un objet parmi les «trésors» déposés au bord du bassin, le mettent sur la planche et le ramènent de l'autre côté du bassin sans le faire tomber dans l'eau.

Leçon 3

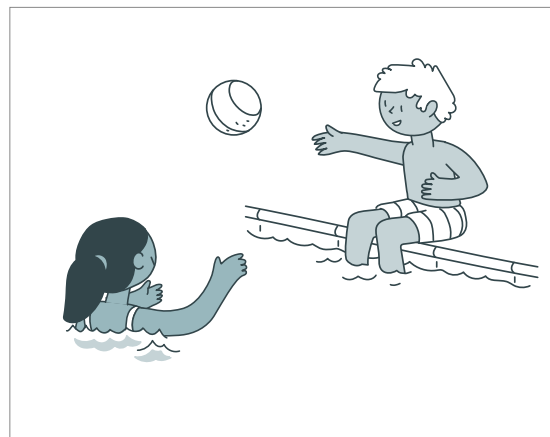


Effectuer une roulade/culbute du bord du bassin dans une eau profonde

Effectuer une roulade/culbute du bord du bassin dans une eau profonde

Roulade avant depuis le bord du bassin (eau profonde)

Effectuer une roulade dans l'eau depuis le bord du bassin, avec une immersion complète. D'abord en position accroupie (orteils au bord du bassin), puis en position debout. Pour plus de sécurité, un tapis peut être placé à cheval sur le bord du bassin.



Jeu de balle à deux

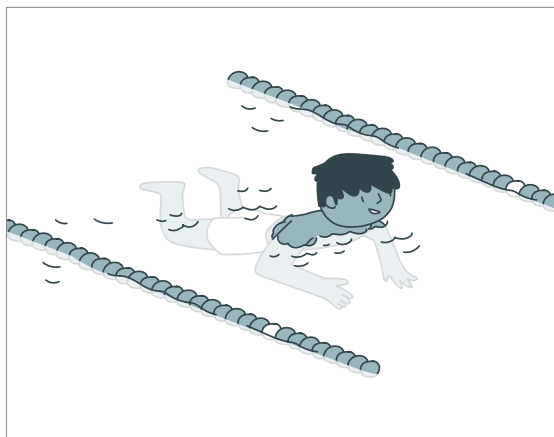
Se maintenir sur place à la surface de l'eau pendant une minute

Nénuphar (eau à hauteur de poitrine et eau profonde)

Flotter en position dorsale, bras tendus sur les côtés ou derrière la tête

Jeu de balle à deux (eau profonde)

Un·e enfant assis·e au bord du bassin lance une balle à un·e autre qui se trouve dans l'eau et se maintient sur place en faisant les mouvements de jambes de son choix. Inverser les rôles.



Combinaison crawl-brasse en position ventrale

Nager 50 m et sortir de l'eau

Combinaison crawl-brasse en position ventrale (eau profonde)

Avec les jambes, effectuer des battements alternés ou pédaler; avec les bras, effectuer des mouvements de brasse ou reproduire la nage du chien. D'abord éventuellement à l'aide de palmes, puis sans.

Conseils pour la natation scolaire

Après la réalisation du CSA:

- effectuer des exercices de rafraîchissement pendant les leçons de natation scolaire
- approfondir les compétences aquatiques des élèves (cf. set de cartes «Water Safety» du BPA)

Le BPA informe

Cours de natation: qui est responsable?

Devoir de garde

Les enseignant-es ont un devoir de garde envers leurs élèves. Cela signifie qu'ils-elles assument la responsabilité de l'intégrité des enfants. Cette responsabilité implique également de prendre des mesures pour protéger les élèves, en particulier lors de sorties avec la classe, à la piscine couverte ou en plein air, par exemple. Les cours commencent et se terminent à l'école; le trajet aller et retour à la piscine se fait donc avec toute la classe. Tout écart à cette règle nécessite l'approbation de la direction de l'école. Les parents doivent en outre être informés en conséquence.

Outre le devoir de garde, les enseignant-es ont également un devoir de diligence accru pour certaines matières scolaires. Ce devoir accru de surveillance et de diligence découle de la dangerosité d'une activité, par exemple lors de la natation et de la baignade avec des enfants et des adolescent-es dans le cadre scolaire. Afin de remplir ce devoir de diligence accru, les enseignant-es doivent prendre toutes les mesures raisonnablement exigibles pour protéger leurs élèves. Les précautions précises à prendre pour l'activité aquatique prévue doivent être définies pour chaque activité.

Si un accident survient alors que les élèves sont sous la garde de l'enseignant-e et qu'un-e enfant se blesse malgré toutes les précautions, il peut y avoir des conséquences juridiques pour l'enseignant-e, qui peuvent être d'ordre pénal, civil et/ou disciplinaire. Il n'est pas possible de dire au préalable de façon générale si et, le cas échéant, qui peut être tenu pour responsable. Les circonstances concrètes du cas sont déterminantes. En règle générale, un-e enseignant-e qui respecte les règles déontologiques, observe les instructions des supérieur-es et prend toutes les mesures de précaution raisonnablement exigibles dans le cas précis se voit reprocher peu de choses au cours d'une procédure.

Dans la mesure du possible, les classes sont réparties en deux groupes pendant le cours de natation (cf. les recommandations relatives aux tailles des groupes dans le set de cartes «Water Safety»). Chaque groupe (demi-classe ou groupe plus petit) est encadré par un-e enseignant-e ou un-e accompagnateur-riche. Veillez également à respecter les directives de sécurité des cantons et des directions d'école ainsi que les recommandations d'autres institutions. Une liste des directives cantonales est disponible sur edudoc.ch (sécurité en matière de natation: directives cantonales, état juillet 2022), consultation du 20 septembre 2023.

Seul le cas concret permet de déterminer si toutes les mesures de précaution requises ont été prises avant un accident. À cet égard, il convient de se pencher sur un certain nombre de questions auxquelles les tribunaux se réfèrent généralement¹:

- Le danger était-il prévisible?
- L'accident aurait-il pu être évité?
- Comment et à l'aide de quelles mesures l'accident aurait-il pu être évité?
- Pouvait-on raisonnablement exiger de l'enseignant-e de prendre ces mesures?

Informations complémentaires



Devoir de garde
Responsabilité des enseignant-es
bpa.ch/devoir-de-garde



Recommandations pour les enseignant-es
Société Suisse de Sauvetage (SSS)
bpa.ch/plus-dinformations

¹ Source: Rechtliche Verantwortlichkeit von Lehrpersonen im Beruf, 2021, p. 8 (uniquement disponible en allemand pour l'instant)

Matériel complémentaire

Set de cartes «Water-Safety»

Vous trouverez de plus amples informations sur les compétences aquatiques dans le set de cartes «Water-Safety» du BPA.



Commander sur
bpa.ch/commander
(référence: 4.078)

Modèles pour les écoles

Élaborez votre propre concept de sport scolaire.



bpa.ch/concept-de-sport

Lettre aux parents

Avec la lettre aux parents, rendez ces derniers attentifs à l'importance des compétences aquatiques.



bpa.ch/lettre-aux-parents-csa

Jeunesse et sport

Améliorez vos compétences aquatiques avec la séquence d'apprentissage numérique «Surveiller au bord, dans et sur l'eau».



bpa.ch/plus-dinformations



**Vous trouverez de plus amples informations
et du matériel pédagogique à télécharger
sur bpa.ch/safetytool.**

Impressum

© BPA 2024. Tous droits réservés. Utilisation autorisée avec mention de la source. Responsable du contenu: BPA, Bureau de prévention des accidents. Design: minz.ch. Illustrations: Christoph Frei, chragokyberneticks.ch. Matériel photo: istockphoto.com

Le BPA s'engage pour votre sécurité.

Centre de compétences depuis 1938, il vise à faire baisser le nombre d'accidents graves en Suisse, grâce à la recherche et aux conseils prodigués. Dans le cadre de son mandat légal, il est actif dans la circulation routière, l'habitat, les loisirs et le sport.

Partenaires: Société Suisse de Sauvetage SSS (sss.ch), Jeunesse + Sport (jeunesseetsport.ch), swimsports.ch, Swiss Aquatics (swiss-aquatics.ch), Association suisse des maîtres de bain AMB (badmeister.ch)



Vos nageurs sauveteurs



swimsports

swiss aquatics 



bfu
bpa
upi

Bureau de prévention
des accidents

Hodlerstrasse 5a, 3011 Berne
info@bpa.ch bpa.ch