

Plongée guidée à 40 m Certification de Plongeur Encadré 40 m (PE40)

PROFIL

La certification de Plongeur Encadré à 40 m (PE40) permet de réaliser des plongées d'exploration :

- Jusqu'à 40 m de profondeur, au sein d'une palanquée, avec un Guide de Palanquée (GP) qui prend en charge la conduite de la plongée.

Ces plongées sont réalisées dans le cadre d'une organisation sécurisée, mise en place par un Directeur de Plongée (DP), selon les règles définies par le Code du Sport (CdS).

ACCESSIBILITE - DEROULEMENT DE LA FORMATION

Ce brevet est accessible à partir de 16 ans (autorisation d'un responsable légal pour les mineurs).

Le brevet de plongeur Niveau 1 (N1) FFESSM (ou certification dont les aptitudes sont jugées équivalentes) ainsi qu'au moins 4 plongées validées en milieu naturel sont requis pour suivre cette formation.

Un certificat médical de non contre-indication à la préparation et à la délivrance du brevet visé, établi par tout médecin datant de moins de 1 an est requis.

La formation à la certification de Plongeur Encadré à 40 m (PE40) se déroule dans le cadre des règles générales des certifications de la FFESSM. Plus d'informations dans la partie « Règles générales des certifications de la FFESSM (formation et délivrance) ».

CONTENU DE LA FORMATION - COMPETENCES

A l'issue d'une formation progressive et adaptée, le Plongeur Encadré à 40 m (PE40) possède les compétences suivantes :

Plongée guidée à 40 m Certification de Plongeur Encadré 40 m (PE40)



C1 UTILISER L'EQUIPEMENT DE PLONGEE

- S'équiper, vérifier, adapter son équipement de façon autonome :
 - Combinaison, lestage, bloc, gilet, détendeur, Octopus, pression.
- Aider, vérifier l'équipement d'un équipier :
 - Bloc, gilet, détendeur, Octopus, pression.
- Diagnostiquer, remédier aux pannes courantes :
 - Bloc, gilet, détendeur, Octopus.
- Entretien le matériel :
 - Bloc, gilet, détendeur, Octopus.
- Embarquer sur un navire support de plongée :
 - Précaution de manipulation et de portage du matériel, rangement sur le bateau.



C2 EVOLUER EN ENVIRONNEMENT AQUATIQUE ET SUBAQUATIQUE

- Se mettre à l'eau ; s'immerger :
 - Saut droit, bascule arrière, équipement dans l'eau, échelle ; phoque, canard.
- Se déplacer ; s'équilibrer :
 - Palmage ventral - dorsal (50 m) ; lestage, poumon-ballast, stabilisation (dynamique et statique).
- Se ventiler :
 - Ventilation contrôlée (expiration active), lâcher/reprise d'embout, vidage de masque.
- Descendre, remonter :
 - Méthodes d'équilibration, régulation vitesse (gilet), prévention des incidents ; remontée contrôlée (palmes/gilet).



C3 EVOLUER EN PALANQUEE GUIDEE

- Respecter les consignes, se positionner :
 - Maintien profondeur, poumon-ballast, gilet de stabilisation ; distance d'évolution, reste à vue.
- Surveiller et signaler ses paramètres :
 - Manomètre, ordinateur, consommation.

Plongée guidée à 40 m Certification de Plongeur Encadré 40 m (PE40)



C4 PARTICIPER A LA SECURITE EN PLONGEE

- Demander l'aide du Guide de Palanquée (GP) :
 - Communication, reconnaissance et prise du détenteur secours.
- Identifier une situation anormale ; aider un équipier :
 - Surveillance équipiers (consommation, position, palmage.), interprétation de signes, utilisation de l'Octopus.
- Adapter, contrôler son évolution :
 - Suivre l'évolution, rester dans le champ visuel du Guide de Palanquée (GP), éventuellement mettre le parachute de signalisation.



C5 CONNAITRE ET RESPECTER L'ENVIRONNEMENT MARIN

- Découvrir et identifier les principales espèces rencontrées :
 - Principales espèces rencontrées dans la zone d'évolution.
- Avoir une attitude de plongeur responsable :
 - Approche, poumon-ballast, gilet de stabilisation, palmage, éclairage, positionnement, discrétion.



C6 CONNAISSANCES EN APPUI DES COMPETENCES

- Connaître la réglementation relative à la pratique, aux prérogatives et la FFESSM :
 - Licence, certificat médical, carte de niveau, Code du Sport (CdS) ; le club, informations fédérales.
- Comprendre et appliquer les mesures de prévention :
 - Barotraumatismes, Accident De Décompression (ADD), essoufflement, narcose, froid, dangers du milieu.
- Connaître et appliquer les procédures de décompression :
 - Conditions d'utilisation (ordinateur - tables), planification et conservatisme (ordinateur), procédures de remontées anormales.
- Calculer une quantité d'air disponible et déterminer les paramètres de plongée :
 - Notions simples de physique.