

## Fiche de compétence du Plongeur Autonome 40 m (PA40)

**NOM :** ..... **Date & Lieu de naissance :** .....

**Prénom :** ..... **N° Licence :** .....

**Adresse :** .....

.....

*L'enseignement et la validation des compétences s'effectue dans l'espace 0-40m par un E3 minimum.*

*L'accoutumance progressive à la plongée profonde est un élément de sécurité important.*

### Compétence 1 : "PLANIFIER & ORGANISER LA PLONGEE EN AUTONOMIE"

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
*Evaluer les caractéristiques du site et les conditions de plongée				
*S'approprier et respecter les directives du DP				
S'intéresser au profil des équipiers ( <i>expérience, équipement et attentes</i> )				
Prévoir les différentes phases de la plongée ( <i>procédures d'immersion, descente et remontée et prévoir les variantes utiles</i> )				

### Compétence 2 : "MAITRISER, ADAPTER L'EVOLUTION EN IMMERSION"

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
*Tant en surface qu'en immersion: - Utiliser le milieu pour se diriger - Utiliser les instruments				
Respecter des pratiques de plongée et des procédures d'évolution en immersion sécurisantes ( <i>tour d'horizon, contrôle du gilet lors de la remontée</i> )				

### Compétence 3 : "PARTICIPER A LA SECURITE DES EQUIPIERS"

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
*Se préparer à prévenir les risques avant l'immersion				
*Identifier les situations susceptibles de générer des situations anormales et des demandes d'aide des équipiers ( <i>signes de communication, assistance évolutive</i> )				
Intervenir pour un équipier en difficulté # ( <i>respiration sur détendeur de secours, respiration à deux sur un embout [simulation], remontée contrôlée d'un plongeur aux gilets</i> )				

#### **Compétence 4 : "CONNAITRE ET RESPECTER L'ENVIRONNEMENT MARIN"**

<b>Connaissances, savoir-faire et savoir-être</b>	<b># Exercice</b>	<b># Exercice</b>	<b># Exercice</b>	<b># Validation</b>
Evoluer en limitant son impact sur le milieu				
Développer sa capacité d'observation				
*Connaître la charte internationale du plongeur responsable *Connaître et identifier les grands groupes d'animaux et de végétaux à partir de critères morphologiques				

# Critères de réalisation: 1. Apport immédiat d'air si besoin - 2. Apport d'aide et ex: faire cesser tout effort si essoufflement - 3. Remontée: Prend l'initiative, remontée au gilet, contrôle la vitesse, surveillance de toute la palanquée, gestion de la déco, arrêt 3-5m - 4. Signale au support surface la situation - 5. Aide à la sortie de l'eau.

<b>LE RESPONSABLE DE LA FORMATION</b>	
<b>Date</b>	<b>Signature</b>