

## Fiche de compétence Niveau 2

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

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

**Adresse :** .....

.....

*L'enseignement et la validation des compétences s'effectue dans l'espace 0-20m par un E2 minimum.*

### Compétence 1 : "UTILISER L'EQUIPEMENT DE PLONGEE"

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
S'équiper du matériel individuel				
Gréer/dégréer un ensemble bloc-gilet-détendeur				
*Tester, vérifier le fonctionnement de l'équipement, outils de décompression *Entretien du matériel				
Embarquement sur un navire support de plongée				

### Compétence 2 : " EVOLUER EN ENVIRONNEMENT AQUATIQUE & SUBAQUATIQUE"

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
*Se mettre à l'eau ( <i>saut droit, bascule arrière, descente/remontée d'échelle</i> ) <i>Décapelage / recapelage en surface</i> *S'immerger ( <i>canard, phoque, valsalva,...</i> ) *Se déplacer en surface et en immersion ( <i>palmage ventral, dorsal, une distance d'environ 250m doit pouvoir être parcourue</i> )				
*Se ventiler en surface et en immersion ( <i>lâcher/reprise d'embout, REC de 10m</i> ) *Eliminer l'eau du masque en immersion				
*S'équilibrer en surface et à toute profondeur, en dynamique et en statique ( <i>poumon-ballast, palmage sustentation, équilibrage au gilet</i> ) *Adapter sa ventilation à la profondeur				
Maitriser la vitesse de descente et de remontée				

### Compétence 3 : "EVOLUER EN PALANQUEE GUIDEE"

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
Comprendre et respecter les consignes du GP ( <i>signes de communication</i> )				
*Surveiller son stock d'air *Se positionner en fonction des situations et conditions				

**Compétence 4 : "PLANIFIER ET ORGANISER LA PLONGEE EN AUTONOMIE"**

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
Comprendre le site de plongée et les conditions environnementales				
Comprendre et respecter les directives du DP				
Prendre connaissance de l'expérience, de l'équipement et des attentes de chaque membre de la palanquée				
Décider, selon les directives du DP, du profil de la plongée, des procédures d'immersion, de descente et de remontée et prévoir les variantes utiles				

**Compétence 5 : "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  *Appliquer les bonnes pratiques d'évolution en immersion et les procédures définies ( <i>tour d'horizon, contrôle du gilet lors de la remontée</i> )				

**Compétence 6 : "PARTICIPER A LA SECURITE DES EQUIPIERS"**

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
* Se rappeler les mesures de prévention des risques avant l'immersion  * Identifier les comportements et circonstances susceptibles de générer des situations anormales et/ou potentiellement dangereuses ( <i>signes de communication, respiration sur détendeur de secours, respiration à deux sur un embout [en simulation]</i> )				
Réagir individuellement et collectivement aux situations anormales ou potentiellement dangereuses # ( <i>remontée contrôlée d'un plongeur aux gilets</i> )				

**Compétence 7 : "CONNAITRE ET RESPECTER L'ENVIRONNEMENT MARIN"**

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	# Exercice	# Exercice	# Exercice	# Validation
*Evoluer en limitant son impact sur le milieu *Développer sa capacité d'observation  *Connaitre la charte internationale du plongeur responsable *Découvrir et apprendre à reconnaître les principales espèces rencontrées				

# Critères de réalisation: Effectue les actions adaptées à la situation avant d'initier la remontée (lorsqu'elle est nécessaire): Fournir de l'air, Faire cesser tout effort si essouffement, apporter de l'aide (crampe, malaise...) Important: promptitude et pertinence de la réaction, évite la redescente

Si remontée nécessaire: 1. Remontée: Prend l'initiative, remontée au gilet, contrôle la vitesse, surveillance de toute la palanquée, gestion de la déco, arrêt 3-5m - 2. Signale au support surface la situation - 3. Aide à la sortie de l'eau.

LE RESPONSABLE DE LA FORMATION	
Date	Signature