

# PLONGEUR SOUTERRAIN 1 (PS1)

Version 28/03/2015

## RAPPEL : LES ZONES DE PLONGEE

Z1 : Zone sous plafond éclairée par la lumière du jour

Z2 : Cavité équipée. Durée maximale des paliers 30 mn, durée maximale d'immersion 1h30.

La profondeur est limitée à 40 m à l'air.

Z3 : Toute cavité, pas de limite de durée, la profondeur est limitée par les gaz utilisés.

## OBJECTIFS ET PREROGATIVES :

La qualification de **Plongeur Souterrain 1 (PS1)** atteste la capacité d'un plongeur souterrain en cours d'apprentissage à évoluer en sécurité, accompagné, dans les galeries noyées équipées en zone 2.

Il sera accompagné par un plongeur souterrain au moins **Plongeur Souterrain 3 (PS3)** afin d'acquérir de l'expérience en toute sécurité et de progresser vers l'autonomie.

## CONDITIONS DE CANDIDATURE :

- Être titulaire de la licence FFESSM en cours de validité et du niveau 2 de la FFESSM (ou d'un diplôme admis en équivalence).
- Présenter un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la plongée subaquatique de moins de 1 an.
- Avoir souscrit une assurance complémentaire prévoyant entre autres un volet individuel accident et assistance rapatriement prenant en compte l'activité.
- Une autorisation parentale est nécessaire si le stagiaire est mineur

## ORGANISATION DE LA FORMATION :

- Participation à un stage d'initiation à la plongée souterraine.
- Les compétences sont acquises au cours de plongées techniques dédiées à cette formation et attestées par un cadre de plongée souterraine sous la responsabilité d'un responsable pédagogique.
- Les plongées sont consignées sur le livret du candidat par le cadre qui l'a accompagné.

Ce livret accompagne le plongeur souterrain jusqu'à la qualification de **PS3**.

## MODE DE VALIDATION DU BREVET :

- Pour prétendre au **PS1** le candidat doit acquérir et faire valider les 5 Groupes de Compétences requises.
- Le cadre de plongée souterraine qui valide la dernière UV atteste l'obtention du **PS1** sur le livret du candidat. L'enregistrement du PS1 auprès de la fédération donne lieu à la délivrance de la carte de **Plongeur Souterrain 1 (PS1)**.
- En absence d'équivalence reconnue par la FFESSM, les plongeurs certifiés par d'autres organisations seront évalués par un cadre de plongée souterraine selon les mêmes critères, au cours d'autant de plongées souterraines qu'il jugera nécessaire (une au moins).

## LES COMPETENCES A DEVELOPPER :

Les techniques enseignées portent sur la sécurité du plongeur dont les 5 groupes de compétences (GC) sont détaillés ci-dessous :

1. Utilisation du matériel.
2. Suivi d'un fil.
3. Gestion de l'autonomie.
4. Réaction aux situations particulières.
5. Connaissances théoriques.

Les compétences acquises pendant la formation portent essentiellement sur les champs des « savoirs » et des « savoirs faire ». Les « savoirs être » seront limités à la sécurité du plongeur dans le cadre des plongées accompagnées qui suivront la qualification. Ce sont les situations concrètes rencontrées au cours de ces plongées qui développeront les « savoirs être » conduisant à l'autonomie du stagiaire.

### GC1 : Utilisation du matériel

<i>Connaissances, savoir-faire et savoir-être.</i>	<i>Commentaires et limites</i>	<i>Critères de réalisation</i>
Savoir gréer un scaphandre (maxi 2x12 litres), régler la position des détendeurs des manomètres.	Le même scaphandre est utilisé tout au long de la formation.	Le stagiaire doit être capable de gréer seul son équipement  Les détendeurs sont accessibles et protégés, les manos sont facilement lisibles
Régler et contrôler la flottabilité et l'assiette du plongeur	Ajuster le lestage : le gilet ne doit servir qu'en appoint.	Position correcte du plongeur dans l'eau, à toute profondeur.
Savoir se déplacer	Palmage adapté aux conditions.  Traction manuelle quand c'est possible.	Maintenir une vitesse de progression constante et adaptée au contexte. Eviter de troubler. Etre correctement positionné par rapport au fil.
Sensibilisation à la trilogie de sécurité (fil, sécateur, compas)	Le stagiaire aura tous ces éléments avec lui.	Le matériel est facilement accessible en toutes conditions.

### GC 2 : Suivi du fil

<i>Connaissances, savoir-faire et savoir-être.</i>	<i>Commentaires et limites</i>	<i>Critères de réalisation</i>
Suivre correctement un trajet qui peut comporter des fils secondaires	Veiller à repérer le trajet suivi à l'aller.  Mises en situation de franchissement du fil et intersections.	Le fil ne doit pas être lâché (vue ou main). Franchir le fil par-dessus et par-dessous sans accrochage,  Pas d'hésitation aux intersections
Savoir anticiper un emmêlement, même sans visibilité.	Etre attentif à toute sensation de résistance à la progression.  A faire masque obstrué.	Réactivité, capacité à identifier l'origine du blocage sans aggraver la situation, sobriété des gestes.

### GC 3 : Gestion de l'autonomie

<i>Connaissances, savoir-faire et savoir-être.</i>	<i>Commentaires et limites</i>	<i>Critères de réalisation</i>
Savoir gérer sa plongée en fonction de la pression réelle dans les blocs en appliquant la règle des 1/4	Tenir compte de la variation des manomètres et de la durée de la décompression	Calculer correctement la pression de retour et en tenir compte in situ.  Maintenir des pressions sensiblement identiques au cours de la progression et à l'issue de la plongée.
Savoir gérer son éclairage	Adapter à la plongée prévue	Choisir les puissances et la répartition des lampes.  Ressortir avec de la lumière

### GC 4 : Réactions aux situations particulières

<i>Connaissances, savoir-faire et savoir-être.</i>	<i>Commentaires et limites</i>	<i>Critères de réalisation</i>
Prévenir l'essoufflement	Mettre en relation avec l'équipement, l'environnement et la vitesse de palmage	Adapter la vitesse de progression et la ventilation
Etre attentif au coéquipier	Garder le contact (visuel ou tactile) avec le coéquipier et intervenir si nécessaire	Rapidité de réaction. Efficacité de la communication. Ne doit pas se retrouver seul.

### GC 5 : Connaissances théoriques

<i>Connaissances, savoir-faire et savoir-être.</i>	<i>Commentaires et limites</i>	<i>Critères de réalisation</i>
Connaître et appliquer les règles d'autonomie	Les calculs porteront sur les plongées effectuées avec le matériel de l'élève et incluront la décompression	Calculs corrects de l'autonomie, en temps et en distance. Envisager la redondance de la déco.
Contrôler la décompression	En stage on choisira des plongées n'entraînant pas de longues décompressions.	Calculs corrects dans des cas simples intégrant la redondance des moyens de contrôle de la décompression
Interpréter le milieu souterrain	Notions basiques de karstologie.  Principaux risques liés au milieu.	Echanges avec le stagiaire
Connaître l'environnement administratif de l'activité	Réglementation, structures fédérales, prérogatives du PS.	Echanges avec le stagiaire