



## JEUNES PLONGEURS

## CADRE FEDERAL ET ORGANISATION DES PRATIQUES

# UN CADRE SPECIFIQUE



Version 2020



Comme vous le constatez, le MFT change de forme. Il s'agit de moderniser notre outil de formation, pour une meilleure lisibilité et une utilisation plus facile. Vous le constaterez, il n'y a que peu d'évolutions sur le fond. Cette première version, sera accompagnée d'une évolution plus performante avec la rénovation du site internet de la FFESSM dans les prochains mois.

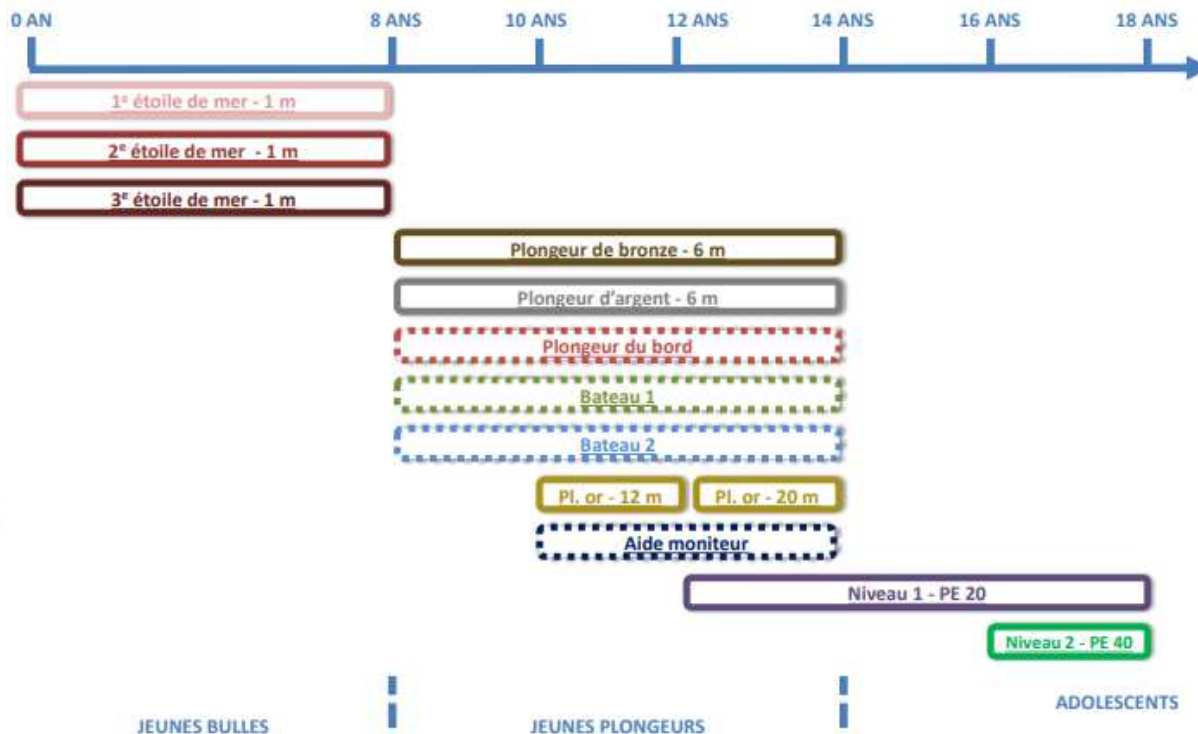
Bonne découverte,  
L'équipe de la Commission Technique Nationale

Cursus Jeunes bulles  
Jeunes plongeurs  
Adolescents

*Le plaisir est sous l'eau!*



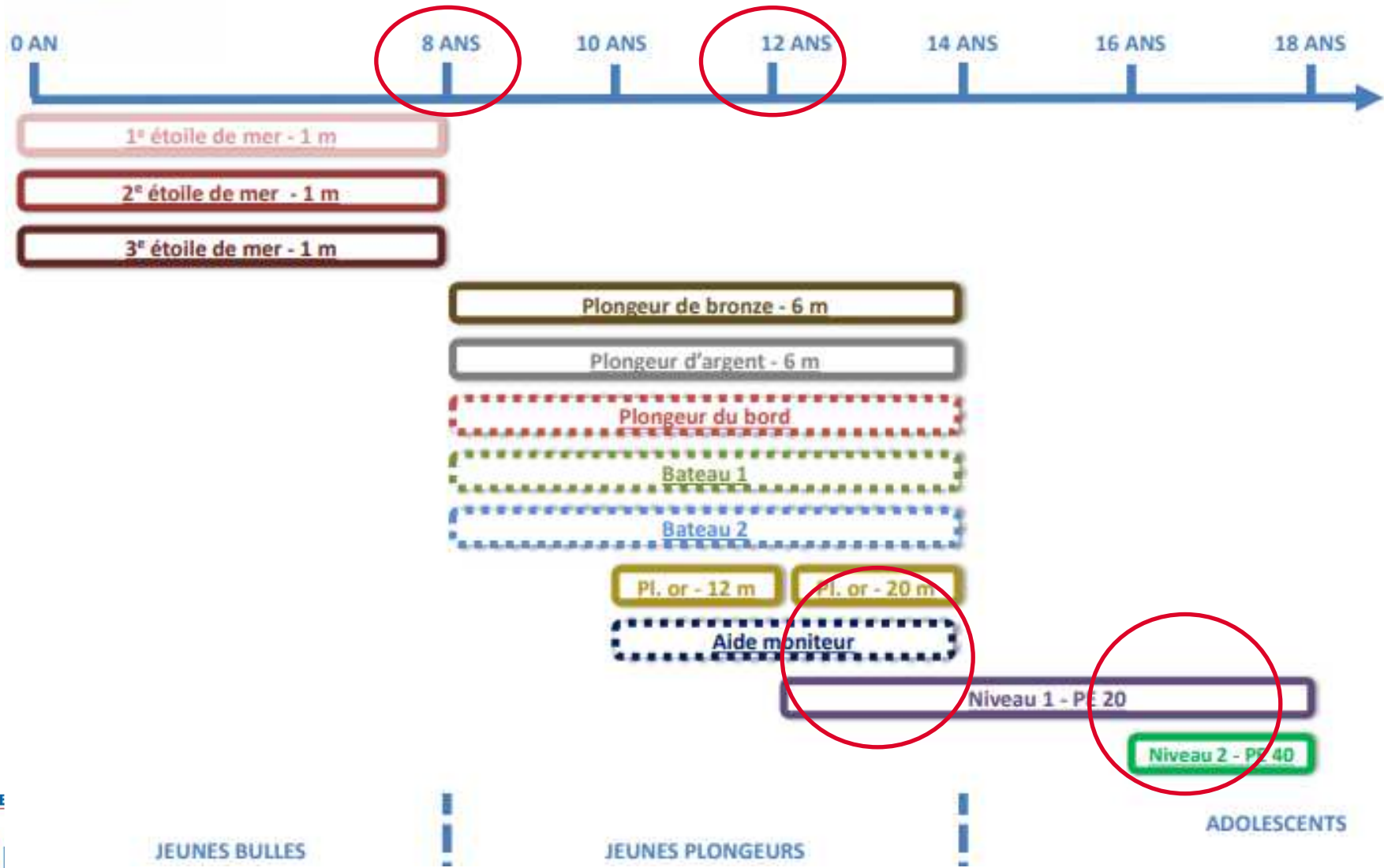
## BREVETS ET QUALIFICATIONS JEUNES



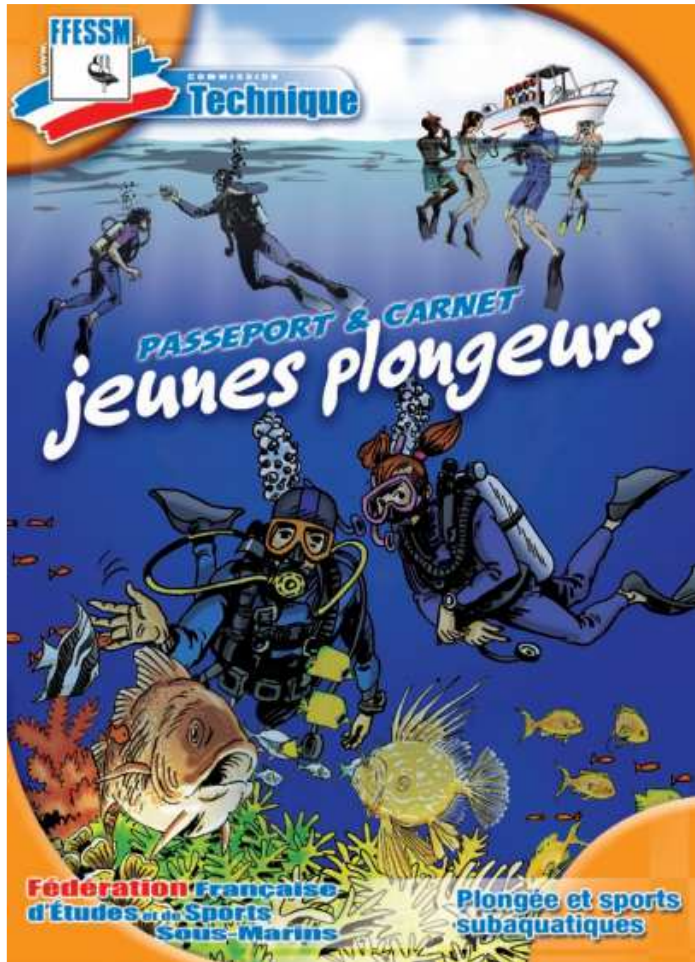
# UN CADRE SPECIFIQUE



## BREVETS ET QUALIFICATIONS JEUNES



# UN CADRE SPECIFIQUE



## PRÉSENTATION GÉNÉRALE DE LA FORMATION

### PLONGÉE «LIBRE»

- Sans bouteille.
- Pas d'âge minimum.

**RandoSub**

- 1<sup>re</sup> étoile ★
- 2<sup>ème</sup> étoile ★★
- 3<sup>ème</sup> étoile ★★★

### SPECIALITÉS

- Bio
- Image
- Nage avec palmes
- Nage en eau vive
- Hockey Sub
- Apnée Rando sub
- Tir sur cible
- Orientation
- Archéologie

### PLONGÉE «BOUTEILLE»

Jeunes plongeurs à partir de 8 ans

**Baptême**

NIVEAUX	QUALIFICATIONS
Plongeur Bronze	Plongée du bord
Plongeur Argent	Bateau 1 (borge et pneumatique)
Plongeur Or	Bateau 2 (chalutier)
	Aide moniteur

### PLONGÉE «ADOS»

À partir de 14 ans, 12 ans sous conditions

NIVEAUX	Conditions
Niveau 1	à partir de 16 ans
Niveau 2	à partir de 12 ans sous certaines conditions

PRÉSENTATION GÉNÉRALE DE LA FORMATION

## CONDITIONS DE PRATIQUE

La pratique de l'activité nécessite :

- l'autorisation écrite préalable du responsable légal du mineur
- la prise de la licence enfant de la FFESSM (excepté pour la 1<sup>re</sup> étoile qui est un niveau de découverte)
- un certificat d'absence de contre-indication à la plongée conforme à la réglementation fédérale en vigueur, se référer au chapitre « généralités » du manuel de formation technique

La visite médicale de non contre-indication n'est pas nécessaire pour le baptême, sauf pour les enfants en situation de handicap. Une information minimale sur les risques liés à l'activité doit cependant être communiquée au responsable légal du mineur.

Les plongées en bouteille doivent rester impérativement dans la courbe de sécurité des moyens de décompression utilisés. Jusqu'à l'âge de 12 ans, le jeune plongeur n'effectue qu'une plongée par jour.

La pratique de l'activité est prohibée lorsque la température de l'eau est inférieure à 12 degrés. Lorsque la température de l'eau est inférieure à 23°C, la durée de la plongée ne doit pas excéder 25 minutes.

Le matériel du jeune plongeur doit être adapté à sa morphologie.

Les éléments de la trousse de premiers secours doivent être adaptés à l'âge, à la morphologie, et au poids des plongeurs concernés (BAVU, dosages des médicaments ...).

## PLUSIEURS POINTS

Autorisation

Profondeur

Température

Pression

Matériel (plongée et premiers secours)

# Autorisation

Motivation ?

Profondeur

Température

Pression

Matériel (plongée et premiers sec

FÉDÉRATION FRANÇAISE  
D'ÉTUDES ET DE SPORTS  
SOUS-MARINS

**Certificat médical d'Absence de Contre-Indication  
à la pratique des activités subaquatiques**

Je soussigné(e) Docteur, Exerçant à, Rayer la mention inutile\*

médecin,	généraliste*	du sport*	fédéral* n° :
	diplômé de médecine subaquatique*		autre* :

Certifie avoir examiné ce jour : **NOM :**

**Né(e) le :** **Prénom :**

et ne pas avoir constaté, sous réserve de l'exactitude de ses déclarations, de contre-indication cliniquement décelable à la pratique :

de l'ensemble des activités subaquatiques EN LOISIR

Ou bien seulement (cocher) :

DES ACTIVITÉS DE PLONGÉE EN SCAPHANDRE AUTONOME

DES ACTIVITÉS EN APNÉE

DES ACTIVITÉS DE NAGE AVEC ACCESSOIRES

de la ou des activité(s) suivante(s) EN COMPÉTITION (spécifier en toute lettre) :

**Pour mémoire les particularités suivantes nécessitent un certificat délivré par un médecin fédéral, du sport ou qualifié :**

- TRIMEX Hypoxique
- APNÉE en PROFONDEUR > 6 mètres en compétition
- Pratique HANDSUB
- Reprise de l'activité après accident de plongée

**NOMBRE DE  COCHÉE(S)** (obligatoire) :

**Remarque(s) et restriction(s) éventuelle(s)** (en particulier pour l'encadrement en plongée subaquatique...) :

**Un certificat est exigible toutes les 3 saisons** (si renouvellement sans discontinuité de la licence) pour les disciplines : Nage avec Flotte, Nage en Eau Vive, Tir sur Cible, Hockey Subaquatique, Apnée jusqu'à 6 mètres, Pratique de l'activité jusqu'à expiration de la licence. **Un certificat est exigible tous les ans** pour la pratique de la Plongée Subaquatique (Plongée en Scaphandre en tout lieu et en Apnée au-delà de 6 mètres).

**Sauf en cas de modification de l'état de santé ou d'accident de plongée, qui suspend la validité de ce certificat.** Il est remis en main propre à l'intéressé ou son représentant légal.

Pour consulter la liste des contre-indications à la pratique des activités subaquatiques fédérales et les préconisations de la FFESSM relatives à l'examen médical, disponibles sur le site de la Commission Médicale et de Prévention Nationale : <http://www.iledefrance.fr>

**Fait à :** **Signature et cachet :**

**date :**

33500 NATION 4 - 34, OGD DE BIVE-HEUVE, 13018 MARSEILLE CEDEX 01 FRANCE T. : +33 (0)4 91 33 98 31 F. : +33 (0)4 91 54 71 41

FÉDÉRATION DÉLÉGUÉE PAR LE MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS | RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE JURIF  
BRET 715 509 908 CC012 - APE 93022 - TVA : FR 56 715 509 908 WWW.FFESSM.FR

Autorisation

**Profondeur**

**Très limitée, très encadrée en matière de décompression**

Température

Pression

Matériel (plongée et premiers secours)



## PRÉROGATIVES ENCADRANTS ET PLONGEURS, CODE DU SPORT

CONDITIONS DE PRATIQUE DE LA PLONGEE EN MILIEU NATUREL			
Espaces d'évolution	Niveaux de pratique des plongeurs	Compétence minimum de l'encadrant de palanquée/Niveau de plongeurs	Effectif maximum de la palanquée encadrement non compris
Espace de 0 - 6 mètres.	<b>Baptême</b> <b>Débutants</b>	<b>E 1/N 1</b>	1 <b>4 + 1 GP</b> éventuellement
Espace de 0 - 12 mètres.	<b>Débutant en cours formation PE-12 ou PA-12</b>	<b>E 2/N 1</b>	<b>4 + 1 GP</b> éventuellement
Espace de 0 - 20 mètres.	<b>Débutant ou PE-12 en cours de formation PE-20 ou PA-20</b>	<b>E 2/N1</b>	<b>4 + 1 GP</b> éventuellement
Espace de 0 - 40 mètres.	<b>PE-20 ou PA-20 en cours de formation PE-40 ou PA-40</b>	<b>E 3/N2 et N3</b>	<b>4 + 1 GP</b> éventuellement
Espace de 0 - 60 mètres.	<b>PE-40 ou PA-40 en cours de formation PE-60 ou PA-60</b>	<b>E 4/N 3</b>	4

# PRÉROGATIVES PLONGÉE ENFANT, MANUEL TECHNIQUE FFESSM

CONDITIONS DE PRATIQUE DE LA PLONGEE ENFANT EN MILIEU NATUREL				
Espaces d'évolution	Age des plongeurs	Niveaux de pratique des plongeurs	Compétence minimum de l'encadrant de palanquée	Effectif maximum de la palanquée encadrement non compris
0 – 2 mètres	8-10 ans	Baptême	<b>E 1</b>	<b>1</b>
0 - 3 mètres	10-14 ans			
0 - 6 mètres	8-14 ans	Formation Plongeur Bronze	<b>E 1</b>	<b>1</b> (2 en fin de formation)
		Plongeur Bronze	<b>E 1</b>	<b>2</b>
		Plongeur Argent	<b>E 1 ou P4</b> en explo	<b>2 + 1</b> plongeur P1 minimum ou 1 + 2 P1
0 - 12 mètres.	10-12 ans	Plongeur Or	<b>E 2 ou P4</b> en explo	<b>2 + 1</b> plongeur P1 minimum ou 1 + 2 P1
0 - 20 mètres	12-14 ans			

Autorisation

Profondeur

## Température

La pratique de l'activité est prohibée lorsque la température de l'eau est inférieure à 12 degrés. Lorsque la température de l'eau est inférieure à 23°C, la durée de la plongée ne doit pas excéder 25 minutes

Pression

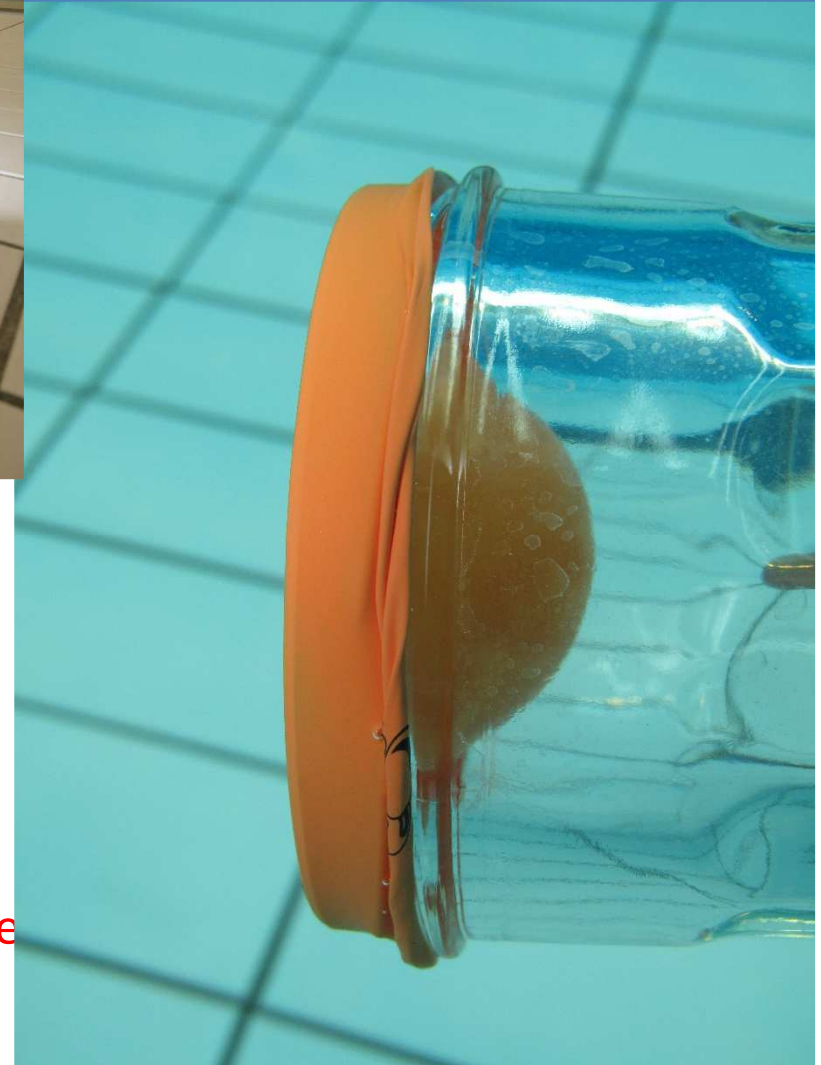
Matériel (plongée et premiers secours)

## PLUSIEURS POINTS

Autorisation

Profondeur

Température



## Pression (les BT)

Une démonstration des effets de la pression

Les oreilles : « Le » risque

Des manœuvres d'équilibrage difficiles à faire

Matériel (plongée et premiers secours)

Autorisation

Profondeur

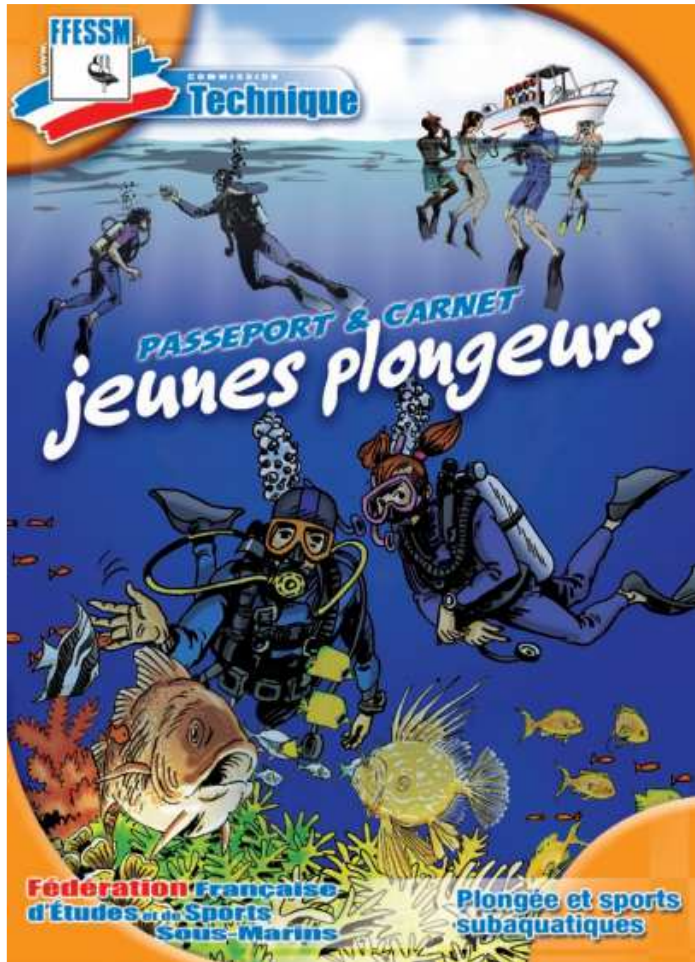
Température

Pression

**Matériel (plongée et premiers secours)**

A-dap-té !

# UN CADRE SPECIFIQUE



Commission technique nationale

PASSEPORT JEUNES PLONGEURS

## MON ÉQUIPEMENT

Préparer sa plongée, c'est déjà ne rien oublier !..

Complète la liste de ton matériel :

Ma

Tu

Gi

Com

Or

Dé

Pa

Chaussons

Autre matériels :

Après plongée :

MON ÉQUIPEMENT

## — JEUNE EN SITUATION DE HANDICAP

Un jeune plongeur en situation de handicap peut intégrer les cursus « **jeunes bulles** » et « **jeunes plongeurs** » en utilisant les dispositions fédérales et réglementaires à disposition :

1. l'encadrement doit être réalisé par un enseignant titulaire de la formation qualification HANDISUB
2. la réalisation des actes techniques peut être réalisée grâce à l'aide d'une assistance en encadrement (en référence à l'article A. 322-77 du code du sport, « les personnes en situation de handicap peuvent bénéficier, dans l'espace de 0 à 40 mètres, d'une assistance adaptée en encadrement ou en matériel pour évoluer en palanquée encadrée en justifiant des aptitudes PE-12 à PE-40 et, le cas échéant, des aptitudes à plonger au nitrox »).