

## Qualification de plongeur PE40

| Moniteur | Date | Commentaires sur la séance | Pour la prochaine séance |
|----------|------|----------------------------|--------------------------|
|          |      |                            |                          |
|          |      |                            |                          |
|          |      |                            |                          |
|          |      |                            |                          |
|          |      |                            |                          |
|          |      |                            |                          |
|          |      |                            |                          |
|          |      |                            |                          |
|          |      |                            |                          |

Les compétences sur fond bleu sont communes avec la formation PA20.

Les compétences sur fond jaune sont spécifiques à la formation PE40.

|                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| Théorie validée le : | Cachet du Moniteur : |
|----------------------|----------------------|



## Fiche de suivi

## Qualification de Plongeur PE40



NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Les compétences doivent être obtenues en milieu naturel (mer, lac, carrière, ...) à l'exclusion des piscines et fosses de plongée, quelle qu'en soit la profondeur. L'enseignement et la validation des compétences s'effectuent dans l'espace de 0 à 20 m par un encadrant E2 minimum.

La compétence « Intervenir en relai sur un équipier en difficulté » (PE40) doit être validée spécifiquement et en fin de formation.

## A remettre au moniteur avant chaque plongée

### Entrée en formation

Fiche de suivi remise le : .....

Par : ..... qui atteste que le futur stagiaire a effectué 10 plongées après le PE20.

La plongée d'évaluation a été effectuée le ..... à .....

Le stagiaire est apte à suivre la formation.

Signature du moniteur :

|                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Initiales du moniteur : |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Date de la séance :     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

| S'EQUIPER, SE DESEQUIPER, SE METTRE A L'EAU ET A EN SORTIR                                                                       |  |  |  | Compétence Validée le : |  |  | Cachet Moniteur : |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|-------------------------|--|--|-------------------|--|--|--|
| Gréer / Dégréer (Montage sans erreur)                                                                                            |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Capeler / Décapeler (Perfectionnement PE20)                                                                                      |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Saut droit et bascule arrière, Remontée à l'échelle (Respect Consignes DP)                                                       |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| S'IMMERGER, SE PROPULSER, SE VENTILER                                                                                            |  |  |  | Compétence Validée le : |  |  | Cachet Moniteur : |  |  |  |
| Canard et Phoque (Rapidité et Maintien de la cohésion de palanquée)                                                              |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Palmages (optimisation de la technique pour limiter les risques d'essoufflement)                                                 |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Remontée en expiration Contrôlée (trajet vertical de 10m, embout en bouche)                                                      |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Descente et remontée (Contrôle des vitesses, Maintien cohésion de palanquée)                                                     |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| RESPECTER L'ENVIRONNEMENT                                                                                                        |  |  |  | Compétence Validée le : |  |  | Cachet Moniteur : |  |  |  |
| Aisance aquatique (déplacement équilibré sans appui avec palmage et stabilisation maîtrisés)                                     |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Attitude respectueuse à l'égard de la faune et de la flore (éclairage, nuisances sonores, refus du nourrissage)                  |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| SE VENTILER, S'EQUILIBRER                                                                                                        |  |  |  | Compétence Validée le : |  |  | Cachet Moniteur   |  |  |  |
| Adaptation de la ventilation et de la gestion de l'effort en profondeur (20m)                                                    |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Vidage de masque (20m, maintien ventilation et stabilisation)                                                                    |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Perfection de la stabilisation à 20m                                                                                             |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| COMMUNIQUER AVEC LE GUIDE DE PALANQUEE                                                                                           |  |  |  | Compétence Validée le : |  |  | Cachet Moniteur   |  |  |  |
| Est attentif à l'évolution de ses paramètres et en informe le GP (stock d'air, décompression)                                    |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Analyse ses propres sensations et son comportement, et prévient le GP (narcose, essoufflement...)                                |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| RETOURNER EN SURFACE                                                                                                             |  |  |  | Compétence Validée le : |  |  | Cachet Moniteur   |  |  |  |
| Communique au palier les paramètres utiles à son GP                                                                              |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Tenue du palier en toute circonstance                                                                                            |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Gère une remontée isolée en toute sécurité (vitesse, paliers, approche surface, sortie de d'eau)                                 |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| INTERVENIR EN RELAIS SUR UN EQUIPIER EN DIFFICULTE                                                                               |  |  |  | Compétence Validée le : |  |  | Cachet Moniteur   |  |  |  |
| Intervient sur son équipier en maintenant le niveau d'immersion, en présentant si nécessaire son second détenteur embout fusant. |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |
| Prise en charge jusqu'à intervention du GP                                                                                       |  |  |  |                         |  |  |                   |  |  |  |

Renseignement de cette fiche : [R] Exercice réussi / [T] => Exercice travaillé / [NT ou /] => Non travaillé