

ORGANISATION GENERALE ET OBJECTIFS DE LA FORMATION EN APNEE

DEFINITIONS:

Autonomie sous responsabilité:	L'apnéiste est autonome avec son binôme mais la "sortie" ou "séance" est sous la responsabilité de l'encadrant qui donne ou pas cette prérogative "d'autonomie"
Autonomie complète:	L'apnéiste est autonome avec son binôme même en ce qui concerne le lieu et l'organisation de sa "sortie" ou "séance". Il pratique avec des apnéistes du même niveau que lui ou supérieur
Profondeur de certification:	Profondeur à laquelle l'élève est certifié par l'encadrant; c'est la profondeur "garantie" d'une pratique avec une aisance pour celle-ci. C'est aussi la compétence minimale requise de la pratique en profondeur pour l'accès à un niveau d'encadrement
Objectif:	C'est le but à atteindre en fin de formation du niveau concerné, pour y parvenir l'encadrant met en œuvre 5 compétences par niveau, qui constituent les outils de la formation
	* Compétence n°1: Utilisation du matériel
	* Compétence n°2a: Capacités techniques en surface
Liste des compétences commune au 5 niveaux:	* Compétence n°2b: Capacité techniques en immersion
	* Compétence n°3: Capacités en apnée et condition physique
	* Compétence n°5: Connaissances théoriques

CURSUS GENERAL DE LA FORMATION APNEE - FFESSM													
PROGRESSION	THEME	NIVEAU	Condition d'accès	SECOURISME	SAUVETAGE	Série de CERTIFICATION	Temps de certification	Distance de certification	PROFONDEUR DE CERTIFICATION	ZONE DE PRATIQUE	PREROGATIVES	OBJECTIF	
DECOUVERTE	RANDONNEE SUBAQUATIQUE	Attestation de connaissances élémentaires pour la randonnée subaquatique								Espace proche (6m maximum)	Autonomie sous responsabilité dans l'espace proche (6m) si majeur et zone surveillée par au minimum un initiateur	* Information sur le milieu et l'utilisation du matériel utilisés * Consignes élémentaires de sécurité et de prévention et l'utilisation du matériel utilisés * Information sur les formations proposées par la FFESSM	Carte d'attestation de randonnée subaquatique
FORMATION GENERALISTE	PRATIQUANT	Niveau 1			Etre capable de repérer un problème et de donner l'alerte		1 mn	25m		En autonomie sous responsabilité: espace proche (6m) Encadré: Limitée à l'appréciation de l'encadrant et aux prérogatives de celui-ci	Autonomie sous responsabilité dans l'espace proche (6m) si majeur et zone surveillée par au minimum un initiateur-Entraîneur	* Découverte et pratique de l'activité "apnée" * Familiarisation avec le matériel spécifique * Apprentissage des "outils" de base: propulsion, immersion, * Découverte et pratique des différentes disciplines: statique, dynamique, séries, sans palme, etc...	
	PERFECTIONNEMENT	Niveau 2	16 ans N1	RIFAA (en condition d'autonomie complète)	Etre capable de repérer un problème et de donner l'alerte et d'aller chercher un anéiste au fond d'une piscine	4x 25m départ 1'15"	2 mn	50m		En autonomie complète: espace proche (6m) Encadré: Limitée à l'appréciation de l'encadrant et aux prérogatives de celui-ci	Autonomie complète dans l'espace proche si majeur	* Confirmation des gestes spécifiques * Perfectionnement de la ventilation spécifique * Recherche de qualité dans les techniques et gestion de l'exercice * Gestion de la sécurité dans l'espace proche * Performances physique en adéquation avec la sécurité d'un groupe dans l'espace proche.	Niveau accès initiateur-Entraîneur C1
SPECIALISATION "APNEE PURE"	EXPLORATION DE LA PROFONDEUR	Niveau 3	16ans N1 ou N2	RIFAA	SAUVETAGE à 10m	4x 25m départ 1'15"	2 mn	50m	15m	En autonomie sous responsabilité: espace médian (20m) Encadré: Limitée à l'appréciation de l'encadrant et aux prérogatives de celui-ci	Autonomie sous responsabilité dans l'espace médian (20m) si majeur et zone surveillée par au minimum un MEF1 apnée	* Approche de la pratique en profondeur dans l'espace médian. * Confirmation et connaissances de toutes les techniques . * Affirmation d'un niveau de performance "moyen" * Gestion de la sécurité dans l'espace "médian"	Niveau accès initiateur-Entraîneur C2
	EXPERT	Niveau 4	18 ans N3	RIFAA	SAUVETAGE à 15m	4X 50m départ 2'00"	3 mn	75m	25m	En autonomie complète: espace lointain (40m) Encadré: Limitée à l'appréciation de l'encadrant et aux prérogatives de celui-ci	Autonomie complète	* Certification de la pratique en profondeur . * Maîtrise de toutes les techniques * Affirmation d'un niveau de performance compatible: - avec la sécurité et l' encadrement dans l'espace lointain - avec la notion "d'expertise" et d' entraînement spécifique	Niveau accès MEF1 apnée C3