BILAN DE LA VALIDATION DES COMPETENCES PRATIQUES

Au niveau 1

|  |  |
| --- | --- |
| NOM PRENOM | Plongeur encadré 20 M  |
| S’équiper / se déséquiper  | Se mettre à l’eau et sortir  | Communiquer  | Evoluer dans l’eau | Milieu | Retourner en surface | Evoluer en sécurité  |
| Gréage et dégréage  | Capelage et décapelage | Savoir choisir son matériel  | Saut droit  | Bascule arrière  | Départ de la plage  | Sortir de l’eau  | Exécution des signes conventionnels  | S’immerger | Se propulser  | Se ventiler  | S’équilibrer | Aisance aquatique  | Maitrise la vitesse de remontée  | Tenue d’un palier  | Tour d’horizon | Gonflage du gilet en surface  | Remontée en expiration contrôlée  | Applique les procédure mise œuvre par le GP  | Intervention en relai  |
| Canard  | Phoque  | Palmage ventral surface  | Palmage dorsal | Palmage de sustentation | Palmage en immersion | Nage capelé 50 M  | 100 m PMT  | Ventilation en immersion | Ventilation sur tuba et vidage tuba  | Vidage du masque  | Lâcher et reprise d’embout  | Poumon ballast  | Gestion du gilet de stabilisation  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |