

# Le cursus de formation Formation plongeur autonome N3

*Le plaisir est sous l'eau !*

Julien LAFFINEUR

Le plan de la séquence:

LES PREREQUIS - LES PREROGATIVES

LA PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA CERTIFICATION



PRÉREQUIS -  
PRÉROGATIVES

LA  
PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA  
CERTIFICATION

# LES PREREQUIS LES PREROGATIVES

## Quels sont les prérequis pour entrer en formation ?

### **Conditions générales :**

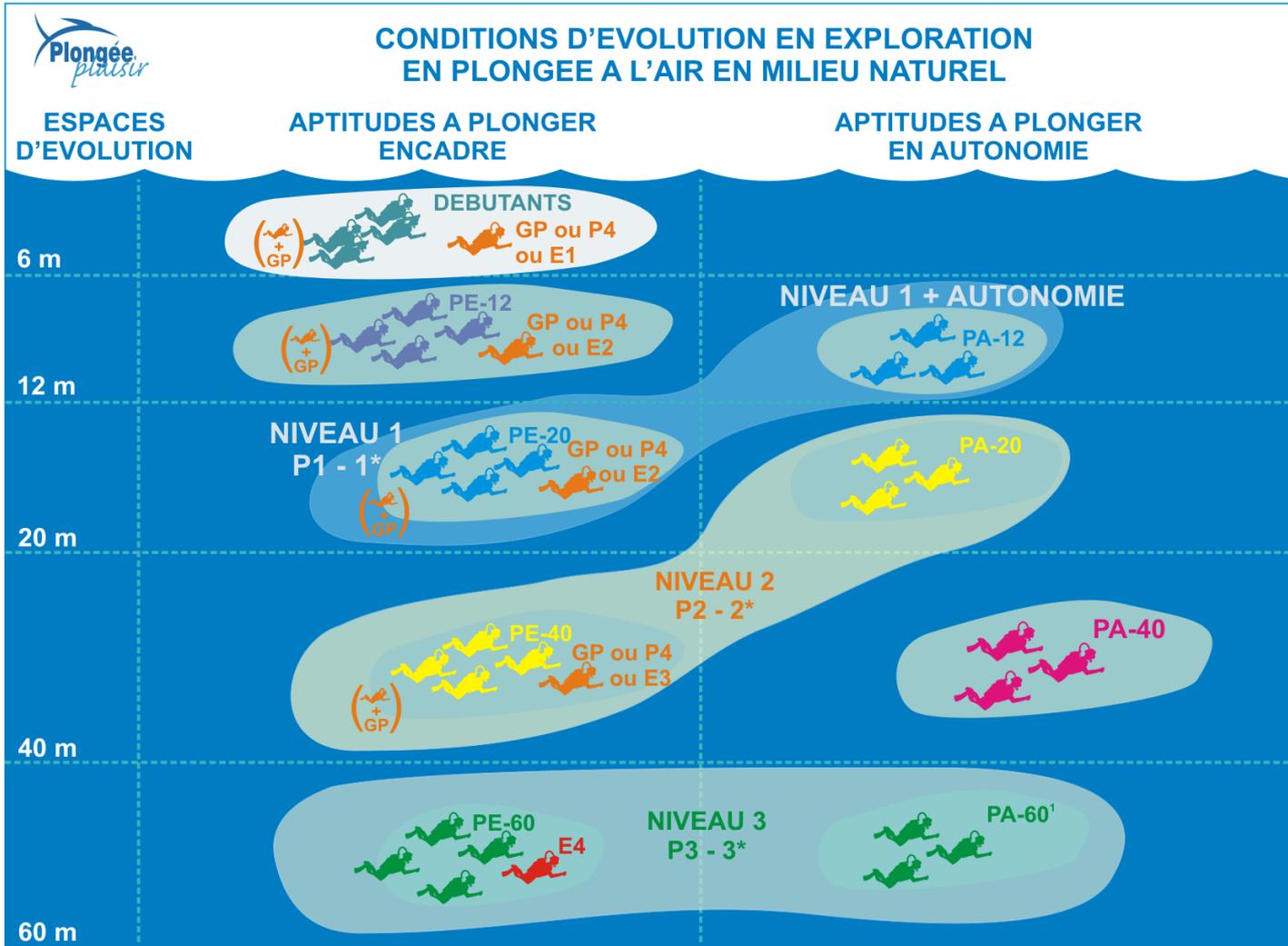
Etre âgé de 18 ans au moins à la date de délivrance.

Etre titulaire de la licence fédérale en cours de validité...

Présenter un certificat d'absence de contre indication à la plongée

### **Conditions spécifiques:**

**Niveau3** : être titulaire du niveau 2 (N2) ou d'une certification équivalente et du RIFA Plongée.



En L'absence de directeur de plongée, les plongeurs PA60 peuvent eux mêmes organiser l'activité en se limitant à 40 M et après autorisation de l'exploitant.

PRÉREQUIS -  
PRÉROGATIVES

LA  
PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA  
CERTIFICATION

# LA PROGRAMMATION

PRÉREQUIS - PRÉROGATIVES

LA PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA CERTIFICATION

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
01 M Jour de l'An	01 S	01 D	01 M	01 V Fête du Travail	01 L Lundi de Pentecôte
02 J VACANCES NOEL	02 D	02 L	02 J	02 S VACANCES PRINTEMPS	02 M
03 V	03 L	03 M	03 V	03 D	03 M
04 S	04 M	04 M	04 S	04 L	04 J N3 évaluation
05 D	05 M	05 J	05 D	05 M	05 V
06 L	06 J N3 théorie	06 V	06 L	06 M	06 S N3 Pratique
07 M	07 V	07 S	07 M	07 J N3 théorie	07 D
08 M	08 S	08 D	08 M	08 V Victoire 1945	08 L
09 J	09 D	09 L	09 J N3 théorie	09 S	09 M
10 V	10 L	10 M	10 V	10 D	10 M
11 S	11 M	11 M	11 S	11 L	11 J
12 D	12 M	12 J N3 théorie	12 D Pâques	12 M	12 V
13 L	13 J	13 V	13 L Lundi de Pâques	13 M	13 S N3 Pratique
14 M	14 V	14 S	14 M	14 J N3 théorie	14 D
15 M	15 S	15 D	15 M	15 V	15 L
16 J	16 D	16 L	16 J	16 S	16 M
17 V	17 L	17 M	17 V	17 D	17 M
18 S	18 M	18 M	18 S	18 L	18 J
19 D	19 M	19 J	19 D	19 M	19 V
20 L	20 J N3 théorie	20 V	20 L	20 M	20 S
21 M	21 V	21 S	21 M	21 J Ascension	21 D
22 M	22 S	22 D	22 M	22 V ASEMPTION	22 L
23 J N3 théorie	23 D	23 L	23 J	23 S	23 M
24 V	24 L	24 M	24 V	24 D	24 M
25 S	25 M	25 M	25 S	25 L	25 J
26 D	26 M	26 J N3 théorie	26 D	26 M	26 V
27 L	27 J	27 V	27 L	27 M N3 théorie	27 S N3 Pratique
28 M	28 V	28 S	28 M	28 J	28 D
29 M	29 S	29 D	29 M	29 V	29 L
30 J		30 L	30 J	30 S RIFAP	30 M
31 V		31 M		31 D Pentecôte	

PRÉREQUIS - PRÉROGATIVES

LA PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA CERTIFICATION

Juillet		Août		Septembre		Octobre		Novembre		Décembre	
01 M		01 S		01 M		01 J		01 D Toussaint		01 M	
02 J		02 D		02 M		02 V		02 L		02 M	
03 V		03 L		03 J		03 S		03 M		03 J	
04 S	N3 Pratique	04 M		04 V		04 D		04 M		04 V	
05 D		05 M		05 S		05 L		05 J		05 S	
06 L		06 J		06 D		06 M		06 V		06 D	
07 M		07 V		07 L		07 M		07 S		07 L	
08 M		08 S		08 M		08 J		08 D		08 M	
09 J		09 D		09 M		09 V		09 L		09 M	
10 V		10 L		10 J		10 S		10 M		10 J	
11 S		11 M		11 V		11 D		11 M Armistice 1918		11 V	
12 D		12 M		12 S	N3 Pratique	12 L		12 J		12 S	
13 L		13 J		13 D		13 M		13 V		13 D	
14 M	Fête Nationale	14 V		14 L		14 M		14 S		14 L	
15 M		15 S	Assom brog	15 M		15 J	VAL. N3	15 D		15 M	
16 J		16 D		16 M		16 V		16 L		16 M	
17 V		17 L		17 J		17 S		17 M		17 J	
18 S		18 M		18 V		18 D		18 M		18 V	
19 D		19 M		19 S		19 L		19 J		19 S	
20 L		20 J		20 D		20 M		20 V		20 D	
21 M		21 V		21 L		21 M		21 S		21 L	
22 M		22 S		22 M		22 J		22 D		22 M	
23 J		23 D		23 M		23 V		23 L		23 M	
24 V		24 L		24 J		24 S		24 M		24 J	
25 S		25 M		25 V		25 D		25 M		25 V Noël	
26 D		26 M		26 S	N3 Pratique	26 L		26 J		26 S	
27 L		27 J		27 D		27 M		27 V		27 D	
28 M		28 V		28 L		28 M		28 S		28 L	
29 M		29 S		29 M		29 J		29 D		29 M	
30 J		30 D		30 M		30 V		30 L		30 M	
31 V		31 L				31 S				31 J	

VACANCES  
ÉTÉ

VACANCES  
ÉTÉ

VAL. N3

VACANCES  
TOUSSAINT

PRÉREQUIS -  
PRÉROGATIVES

LA  
PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA  
CERTIFICATION

# LES COMPETENCES

## Théorique :

- La réglementation ;
- La physique (notion) ;
- Les accidents ;
- Les procédures de désaturation ;
- Les dangers du milieu ;
- Le milieu et environnement.



## La pratique :

- Planifier / organiser une plongée ;
- Evoluer en autonomie ;
- Intervenir et porter assistance ;
- S'adapter à la profondeur.



PRÉREQUIS -  
PRÉROGATIVES

LA  
PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA  
CERTIFICATION

# L'EVALUATION

## Théorie :

- La phase théorique sera évaluée sous forme de questionnaire ;
- Et d'une mise en pratique des éléments d'organisation / planification durant les phases pratique.

## Pratique :

- La phase pratique sera évaluée de façon continue ;
- Valider 2 fois chaque compétences.
- Evaluer les candidats sur leur capacité à effectuer :
  - ✓ Une immersion sur 5 m + un déplacement horizontal de 15 m ;
  - ✓ Une nage capelée de 300 m ( sans condition de temps).

PRÉREQUIS -  
PRÉROGATIVES

LA  
PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA  
CERTIFICATION

# LA CERTIFICATION

FICHE D'EVALUATION CONTINUE  
PLONGEUR NIVEAU 3

FFESSM

TECHNIQUE

informations stagiaire

Nom : \_\_\_\_\_ date de naissance : \_\_\_\_\_ date de début de formation : \_\_\_\_\_  
Prénoms : \_\_\_\_\_ Date du CACI : \_\_\_\_\_

A = Acquis  
B = en cours d'acquisition  
C = non acquis

COMPETENCES		S1	S2	S3	S4	S5	S6	S8	S9	S10	S11	S12	Signature des formateurs ayants participé à la formation
DATES													
comp. PA 40	Planifier la plongée												
	Evoluer en autonomie												
	Intervenir et porter assistance												
PE 60	S'adapter à la profondeur												
N3	Organiser la plongée												
	évoluer en autonomie												
T H E O R I E	physique appliquée à l'activité												
	Accidents												
	Procédures de désaturation												
	Matériel												
	réglementation												
	Milieu et environnement												

PRÉREQUIS -  
PRÉROGATIVES

LA  
PROGRAMMATION

LES COMPÉTENCES

L'ÉVALUATION

LA  
CERTIFICATION

La certification est obtenue avec la somme des évaluations  
sommatives :



Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins  
French Underwater Federation

**PLONGEUR  
CONFIRMÉ N3**  
AUTONOMOUS DIVER TO 60 M

M / M<sup>me</sup> : \_\_\_\_\_  
Date : \_\_\_\_\_  
Lieu : \_\_\_\_\_  
N° brevet : \_\_\_\_\_  
Club : \_\_\_\_\_  
N° Club : | | | | | | | | | |

Président du club      Moniteur      Titulaire

ÉCOLE FRANÇAISE  
PLONGÉE

[www.ffessm.fr](http://www.ffessm.fr)

© 2010 FFESSM - Tous droits réservés

PRÉREQUIS -  
PRÉROGATIVES

LA  
PROGRAMMATION

LES COMPETENCES

L'EVALUATION

LA  
CERTIFICATION

La réglementation  
**AVEZ-VOUS DES QUESTIONS ?**

