

# Guide de Palanquée / Niveau 4

## CODEP 13

### Présentation



 **LES PREROGATIVES DU NIVEAU 4 / GP**

 **PRESENTATION DES EPREUVES DU  
NIVEAU 4**

 **CALENDRIER / COUT DE LA FORMATION  
CODEP 13**

### Les prérogatives du Niveau 4 / Guide de Palanquée

- Encadrer les plongeurs adultes de 0 à 40 m
- Encadrer les plongeurs jeunes (niveaux argent et or)
- Effectuer les baptêmes en milieu artificiel (sur autorisation du DP)
- Accéder à la formation P5
- Accéder au stage initial MF1
- Si titulaire de l'Initiateur club, devient automatiquement\*  
encadrant Niveau 2 (E2) : Enseignement 0 à 20 m sous tutelle E3

*\* Module de formation complémentaire à 20m fortement recommandé par la CTR (4 séances à 20m et 7h de formation théorique)*

## Les épreuves de l'examen Niveau 4 / Guide de Palanquée

### Conditions de candidature

- Titulaire licence FFESSM en cours de validité.
- $\geq 18$  ans le jour du début de l'examen.
- Niveau 3 de la FFESSM ou brevet /attestation admis en équivalence.
- Etre titulaire du RIFA Plongée (carte RIFAP FFESSM obligatoire).
- Certificat médical d'absence de contre-indication
- Présenter 4 aptitudes attestées par un MF1/BEES1/DEJEPS-E3
  - A1 : Conduite de palanquée.
  - A2 : Intervention sur plongeur en difficulté à 40 m
  - A3 : Démonstration technique de remontée gilet 25 m (DTMR)
  - A4 : Nages PMT 800 m et capelée 500 m en milieu naturel

## Les épreuves de l'examen Niveau 4 / Guide de Palanquée

- 3 Groupes d'Epreuves
  - Groupe 1, épreuves de condition physique
  
  - Groupe 2, épreuves pratiques
  
  - Groupe 3, épreuves théoriques

## Les épreuves de l'examen Niveau 4 / Guide de Palanquée

### ● Groupe 1, épreuves de condition physique

1. Mannequin - Coefficient 2
2. Nage PMT 800 m - Coefficient 2
3. Plongée libre à 10 m - Coefficient 1

Total points attribués : 100 points, Moyenne du groupe : 50 points.

# Les épreuves de l'examen Niveau 4 / Guide de Palanquée

## ● Groupe 2, épreuves pratiques

→ Sous Groupe A : Conduite de palanquée et technique à 40 m

4. Guide de palanquée

a) Briefing-Débriefing - Coefficient 2

b) Conduite de palanquée - Coefficient 3

5. Intervention Plongeur en difficulté à 40 m - Coefficient 3

→ Sous Groupe B : Maîtrise et démonstrations pratiques et techniques

6. Matelotage (épreuve orale) – Coefficient 2

7. Descente dans le bleu - Coefficient 1, Stabilisation et VDM 40 m - Coefficient 1

8. Démonstration technique maîtrise remontée Gilet 25 m - Coefficient 2

9. Nage avec scaphandre sur 500 m capelé (fait/non fait)

Total des points attribués : 280 points, moyenne exigée : 140 points avec la moyenne de 10/20 dans chacun des sous-groupes A et B

# Les épreuves de l'examen Niveau 4 / Guide de Palanquée

## ● Groupe 3, épreuves théoriques

10. Décompression - Coefficient 3

11. Anatomie, Physiologie et Physiopathologie du plongeur - Coefficient 4

12. Aspects théoriques de l'activité - Coefficient 2

13. Cadre réglementaire de l'activité - Coefficient 2

14. Matériel de plongée (épreuve orale) - Coefficient 2

Total des points attribués : 260 points, moyenne exigée : 130 points



## La formation

Partie pratique (2 plongées par jour en totalité - 24 à 26 plongées)

Week-end initial (2 jours) (110 euros)		WE des 31/10 et 01/11/20 – UPCA Niolon	~1000 € avec repas (+35 euros frais admin)
Sorties Techniques (25-28 € /plongée + possibilité repas 15 €/jour)  = Points d'avancement techniques		Dimanche 14/02/21 – Cote Bleue Samedi 13/03/21 – Marseille Samedi 17/04 et Dimanche 18/04/21 – La Ciotat  <i>Sorties apnée : 14/11/20 et 15/05/21 – Marseille (prix réduit)</i>  <i>Recyclage RIFAP le samedi 03/04/21</i>	
Examen( théorie)		Samedi 22/05/21 (Com. Régional Marseille)	
Stage final 4,5 jours	( ~550 € en pension complète)	Du sam 29/05 au mer 02/06/21–UCPA Niolon	
Examen 2,5 jours (pratique)		Du mer 02 au ven 04/06/21 – UCPA Niolon	
<b>FORMATION COMPLEMENTAIRE EN CLUB FORTEMENT RECOMMANDEE</b>			

## La formation

Partie théorique (MARSEILLE Comité Régional) de 19h à 21h

mardi 27/10/2020	Rôle et comportement G. P.
mardi 03/11/2020	Réglementation FFESSM
mardi 10/11/2020	Code du Sport
mardi 17/11/2020	Retour sur l'autonomie en gaz
mardi 24/11/2020	Physique
mardi 01/12/2020	Physique
mardi 08/12/2020	Décompression
mardi 15/12/2020	Décompression
mardi 05/01/2021	Physiologie
mardi 12/01/2021	Physiologie
mardi 19/01/2021	Accidents
mardi 26/01/2021	Accidents
mardi 02/02/2021	Révisions
mardi 09/02/2021	Matériels
mardi 16/02/2021	Matériels
mardi 09/03/2021	Révisions
mardi 16/03/2021	Biologie et environnement
mardi 23/03/2021	Examen Blanc 1/2
mardi 30/03/2021	Examen Blanc 2/2
mardi 10/04/2021	Corrections/révisions
mardi 17/04/2021	Corrections/révisions
mardi 18/05/2021	Corrections/révisions

**+ Travail personnel !**

## La formation

### Week-end Stage initial

#### ➤ Jour 1

##### Matin : Evaluation initiale

- (Atelier physique - si conditions atmosphériques favorables)
- Plongée 40 m
  - Stabilisation/Ventilation/Réactions signes
  - Remontée individuelle Gilet
  - Orientation/Guide de Palanquée
- Cours Epreuve Guide de Palanquée

##### Après Midi :

- Plongée 25 m
  - 1ere approche DTMR 25 m
  - Orientation/Guide de Palanquée

## La formation

### Week-end Stage initial

#### ➤ Jour 2

#### Matin :

- (Atelier physique - si conditions atmosphériques favorables)
- Plongée 40 m
  - Descente dans le bleu
  - Evaluation Remontée Gilet
  - Orientation/Guide de Palanquée
- Cours préparation physique

#### Après Midi :

- Plongée 25 m
  - DTMR 25 m
  - Orientation/Guide de Palanquée
- Bilan

## La formation

### Stage final (Base Fédérale UCPA Niolon)

#### ➤ Contenu

- Idem Jour 1 + Jour 2 stage initial mais sur .... 4,5 jours avec Mannequin, 500 m capelé et 800 m PMT
- ½ journée repos/récupération

# Avez-vous des questions ?

