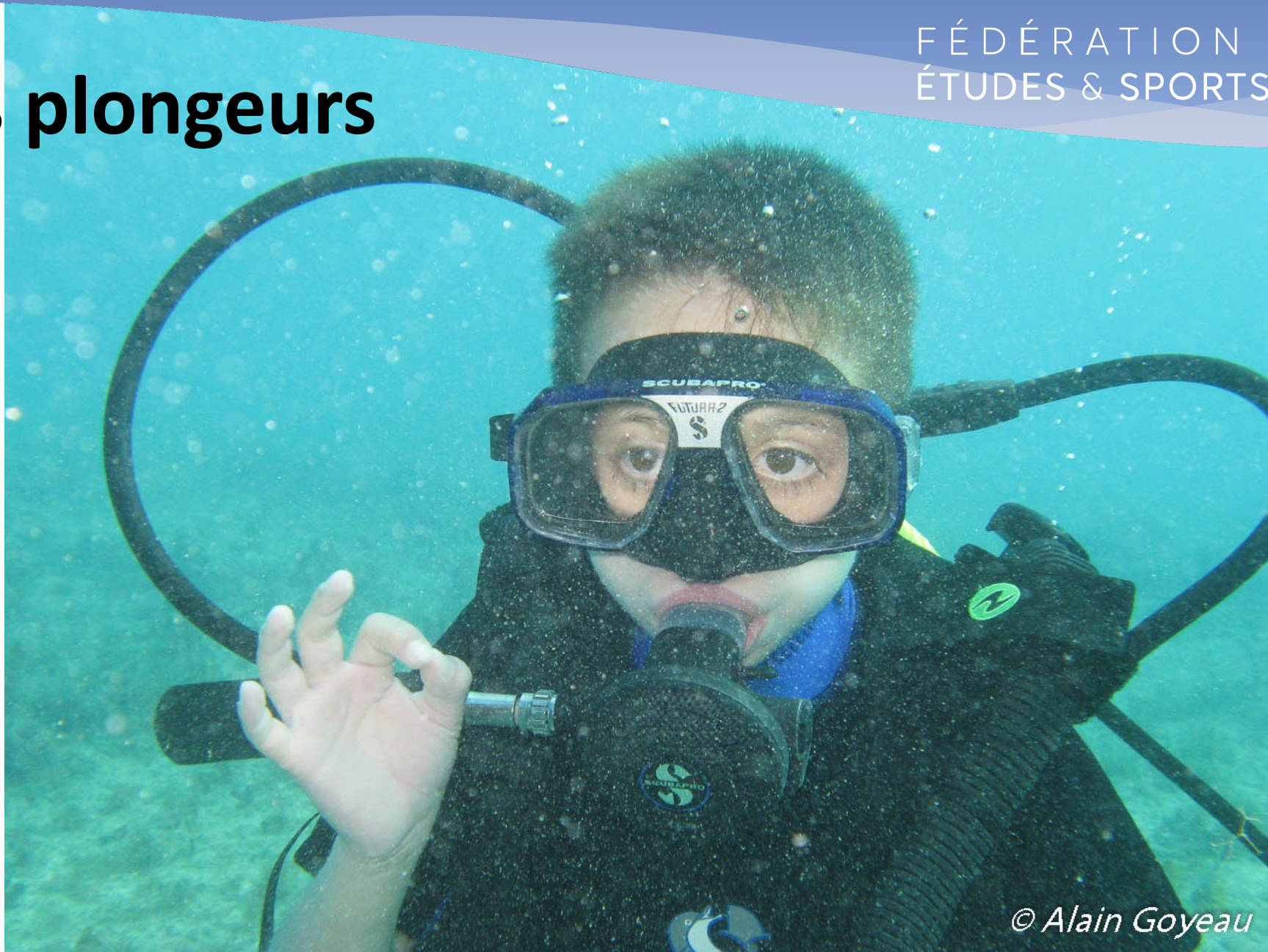


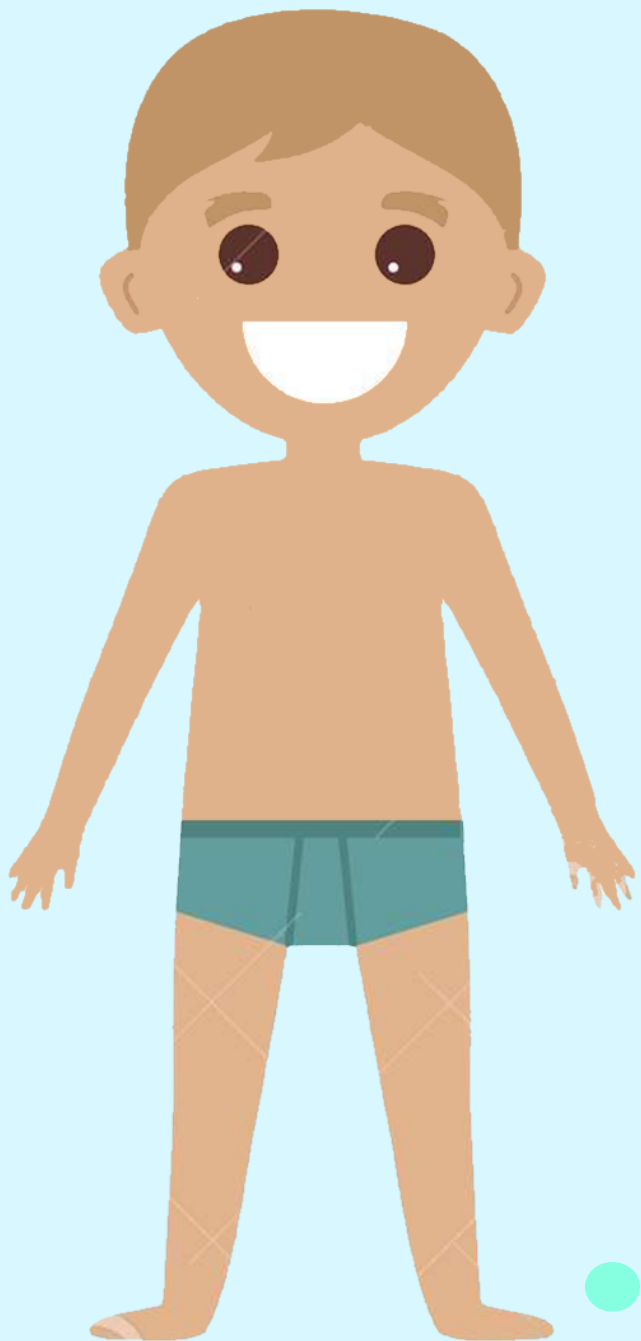
Jeunes plongeurs

FÉDÉRATION FRANÇAISE
ÉTUDES & SPORTS SOUS-MARINS



© Alain Goyeau

Un public spécifique



Immaturité pulmonaire
Jusqu'à 8 ans



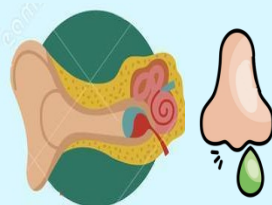
Risque d'affaissement des alvéoles,
d'essoufflement, d'hypoxie
Élasticité pulmonaire faible



% de FOP plus élevé



Risque d'ADD plus important



Otites
Rhumes
Amygdales hypertrophiées



Difficulté à compenser



Bouche plus petite
Chute de dents



Difficulté à maintenir
l'embout buccal



Immaturité de l'appareil
locomoteur



Risque ostéo articulaire

Mauvaise régulation thermique



Risque d'hypothermie ou
d'hyperthermie

Jeunes plongeurs

FÉDÉRATION FRANÇAISE
ÉTUDES & SPORTS SOUS-MARINS

Des cursus adaptés

BREVETS ET QUALIFICATIONS JEUNES

0 AN 8 ANS 10 ANS 12 ANS 14 ANS 16 ANS 18 ANS

1^{re} étoile de mer | 1 m

2^e étoile de mer | 1 m

3^e étoile de mer | 1 m

brevets

Plongeur de bronze | 6 m

Plongeur d'argent | 6 m

brevets

Plongeur d'or | 12 m

Plongeur d'or | 20 m

pas obligatoire de posséder le niveau inférieur

Plongeur de bronze

Bateau 1

Bateau 2

qualifications

Aide moniteur

Niveau 1 | PE 12

Niveau 1 | PE 20

Niveau 2 | PE 40

JEUNES BULLES

JEUNES PLONGEURS

ADOLESCENTS



FFESSM

BAS-RHIN | 67

cursus "jeunes bulles"

- 3 niveaux : 1ère, 2ème et 3ème étoile de mer
- Pas d'âge minimum (mais goût avéré pour l'eau)
- Pas d'obligation de savoir nager correctement pour débiter
- Pas d'obligation de posséder le niveau inférieur pour préparer un niveau
- Découverte de l'espace aquatique 0-1m en surface et sous l'eau

cursus "jeunes plongeurs"

- De 8 ans à 14 ans
- 3 brevets : plongeur de bronze, plongeur d'argent et plongeur d'or
 - 8 ans minimum pour les plongeurs de bronze et d'argent
 - 10 ans minimum pour le plongeur d'or
- Pas d'obligation de posséder le niveau inférieur pour préparer un niveau
- 4 qualifications : plongeur de bord, bateau 1 et bateau 2 aide-moniteur (à partir du plongeur d'or)

cursus "adolescents"

- Niveau 1 à partir de 14 ans
- Niveau 1 possible à 12 ans si :
 - demande formulée par l'enfant et les parents
 - avis favorable du moniteur et du président du club
- Niveau 2 à partir de 16 ans (mais ne peuvent évoluer en autonomie qu'à partir de 18 ans)

brevets et compétences

Citer le niveau minimum de l'enseignant pouvant valider les compétences des diplômes et des qualifications « jeunes bulles » ou « jeunes plongeurs »

E2

Citer le niveau minimum de l'enseignant pouvant délivrer des brevets et des qualifications en précisant votre réponse

E3

Sous la responsabilité du président du club

conditions de pratique

- autorisation écrite du responsable légal (tout mineur)
- licence enfant sauf pour la 1ère étoile de mer (niveau découverte)
- CACI
 - Jeunes bulles ?

Attestation de réponse négative au questionnaire de
santé pour les mineurs

Jeunes plongeurs ?

Tout médecin sur formulaire spécifique

textes fédéraux sur les jeunes plongeurs

Où les trouver ?

Dans le Manuel de Formation Technique de la FFESSM

- Ils définissent les niveaux de pratique des plongeurs, les niveaux d'encadrement et les conditions de pratique de l'activité.
- Sont applicables au sein des structures affiliées à la FFESSM

Conditions d'évolution et d'encadrement

Espace d'évolution	Âge des plongeurs	Niveau de pratique	Compétence min. de l'encadrant	Effectif max. de la palanquée hors encadrant
0-1 mètre Plongée libre Rando. sub.	< 8 ans	1 ^e étoile de mer	E1 ou guide de rando. sub. en exploration*	8
		2 ^e et 3 ^e étoile de mer		
0-2 mètres	8-10 ans	Baptême	E1	1
0-3 mètres	10-14 ans			
0-6 mètres	8-14 ans	Formation plongeur de bronze	E1	1 (2 en fin de formation)
		Plongeur de bronze	E1	2
		Plongeur d'argent	E1 ou GP en exploration	2+1 plongeur P1 minimum ou 1+2 P1
0-12 mètres	10-12 ans	Plongeur d'or	E2 ou GP en exploration	2+1 plongeur P1 minimum ou 1+2 P1
0-20 mètres	12-14 ans			



Immaturité pulmonaire
Jusqu'à 8 ans



Risque d'affaissement des alvéoles,
d'essoufflement, d'hypoxie

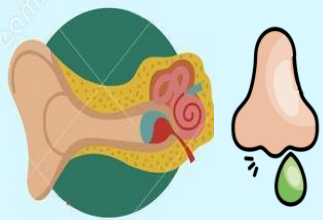
Élasticité pulmonaire faible



% de FOP plus élevé



Risque d'ADD plus
important



Otites
Rhumes
Amygdales
hypertrophiées



Difficulté à compenser



Bouche plus petite
Chute de dents



Difficulté à maintenir
l'embout buccal



Immaturité de
l'appareil locomoteur



Risque ostéo
articulaire

Mauvaise régulation
thermique



Risque d'hypothermie

ou d'hyperthermie et
de déshydratation

Applications à la plongée

Pas de plongée avant 8 ans

Limitation de la profondeur

Poumons ballast peu efficace

Plongées dans la courbe de
sécurité

Etre attentif à la descente

Ne pas plonger enrhumé

Masque de petit volume

Taille de l'embout buccal
adaptée

Bouteille de faible capacité

Aider au transport de la
bouteille hors de l'eau

Pas d'activité si température < 12°C

Si température < 23°C : durée limitée à 25
minutes

Une seule plongée par jour jusqu'à 12 ans
Matériel adapté à la taille du jeune

Faire attention au soleil sur le bateau

Conditions de pratique

- Pas d'activité si température $< 12^{\circ}\text{C}$
- Si température $< 23^{\circ}\text{C}$: durée limitée à 25 minutes
- Matériel adapté à la morphologie du plongeur
- Trousse de secours adaptée à l'âge, à la morphologie et au poids des plongeurs concernés
- Plongées dans la courbe de sécurité
- Une seule plongée par jour jusqu'à 12 ans

- Conditions d'accueil
 - Dans la mesure du possible vestiaire adulte et vestiaire enfant
 - Idem filles/garçons
 - Matériel adapté
- Motivation : choix de l'enfant ou des parents ?
- Attention à l'échec

- Pédagogie à adapter

- vocabulaire
- consignes courtes et simples
- apprentissage par le jeu (possible évidemment aussi pour des adultes)

Exemples?:

- activités variées



JEU PLONGEE SOUS MARINE