



TECHNIQUE

Le nouveau parcours de formation 2023

« Jeunes plongeurs »

Août 2023

Jérôme Hladky

Référent National Jeunes plongeurs

Introduction



- L'année 2022 a vu **deux évolutions majeures du cursus jeunes plongeurs** impulsées par le comité directeur national qui a souhaité faire évoluer les prérogatives des jeunes. Ainsi, par décision du Comité Directeur National n° 487 des 20, 21 et 22 mai 2022, **l'âge minimum pour passer le niveau 1 a été ramené à 12 ans et celui pour passer le PE40 à 14 ans.**
- Ces mesures ont été complétées par **deux autres décisions** destinées à **rajeunir l'accès à l'autonomie** puisque **la profondeur de 20 mètres est désormais accessible aux jeunes dès 16 ans et celle de 40 mètres à partir de 17 ans** (arrêté du 7 novembre 2022 modifiant l'article A.322-88 du Code du sport paru au Journal Officiel le 25 novembre 2022).

Introduction

- Si les jeunes pouvaient déjà passer le niveau 1 dès 12 ans (période d'entre deux qui existait avant entre 12 et 14 ans où le jeune passait en deux ans du plongeur d'or au niveau 1), **ouvrir l'espace des 40 mètres à partir de 14 ans et l'autonomie aux jeunes de 16 ans (20 mètres) et 17 ans (40 mètres) constitue une vraie révolution** dont nos licenciés mineurs doivent tirer profit au mieux de leurs capacités.
- Sur cette lancée, une **refonte totale du parcours offert aux jeunes** s'en est suivie avec plusieurs nouveautés et de très nombreuses modifications en matière d'accès aux différents niveaux afin de permettre aux jeunes d'avoir toute leur place au sein de la FFESSM.

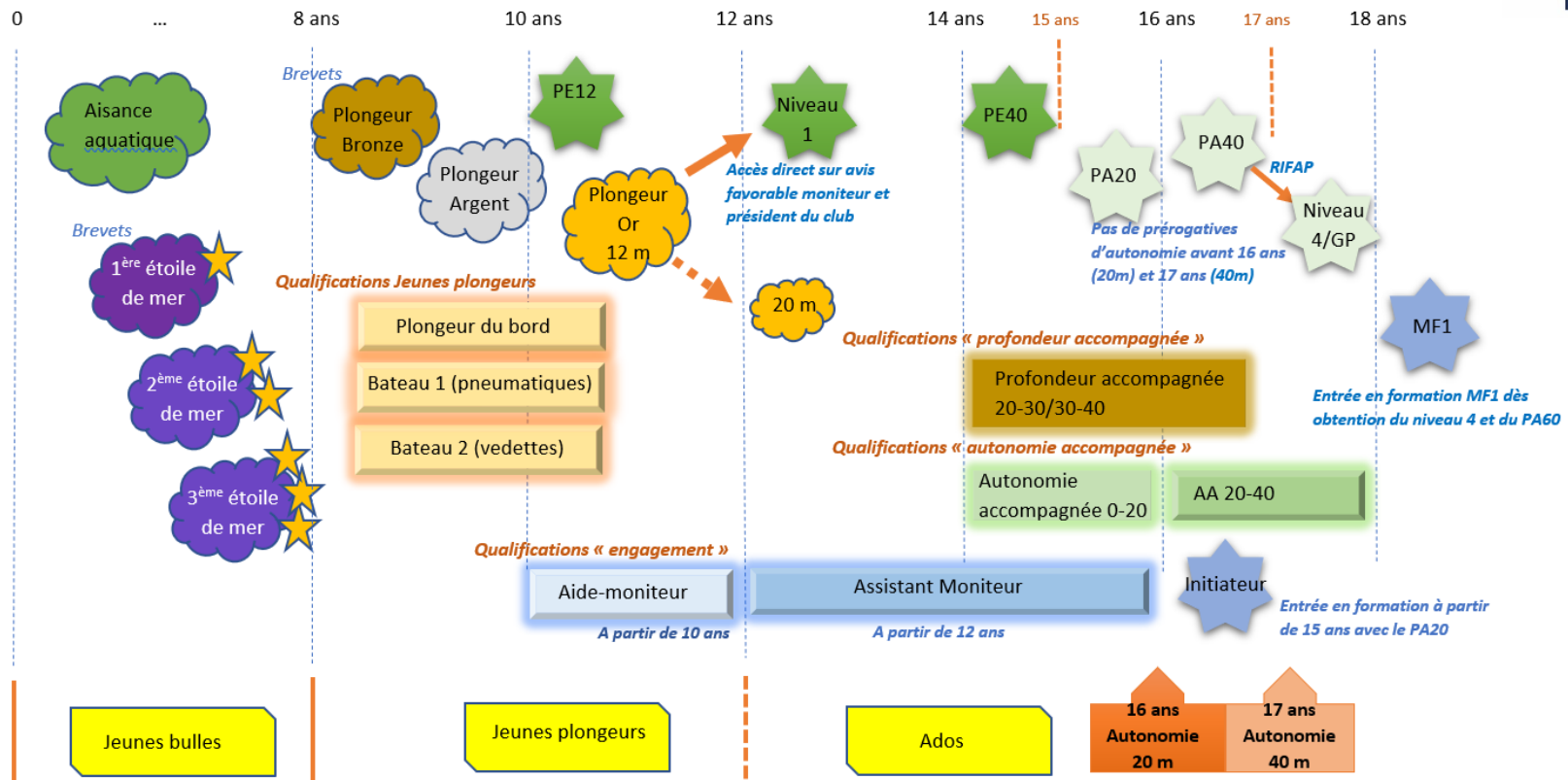
Introduction







Décisions du CDN de mai 2022 et modifications du code du sport du 7 novembre 2022 (autonomie)	
Niveau 1	12 ans
PE40	14 ans
Autonomie à 20 mètres	16 ans
Autonomie à 40 mètres	17 ans

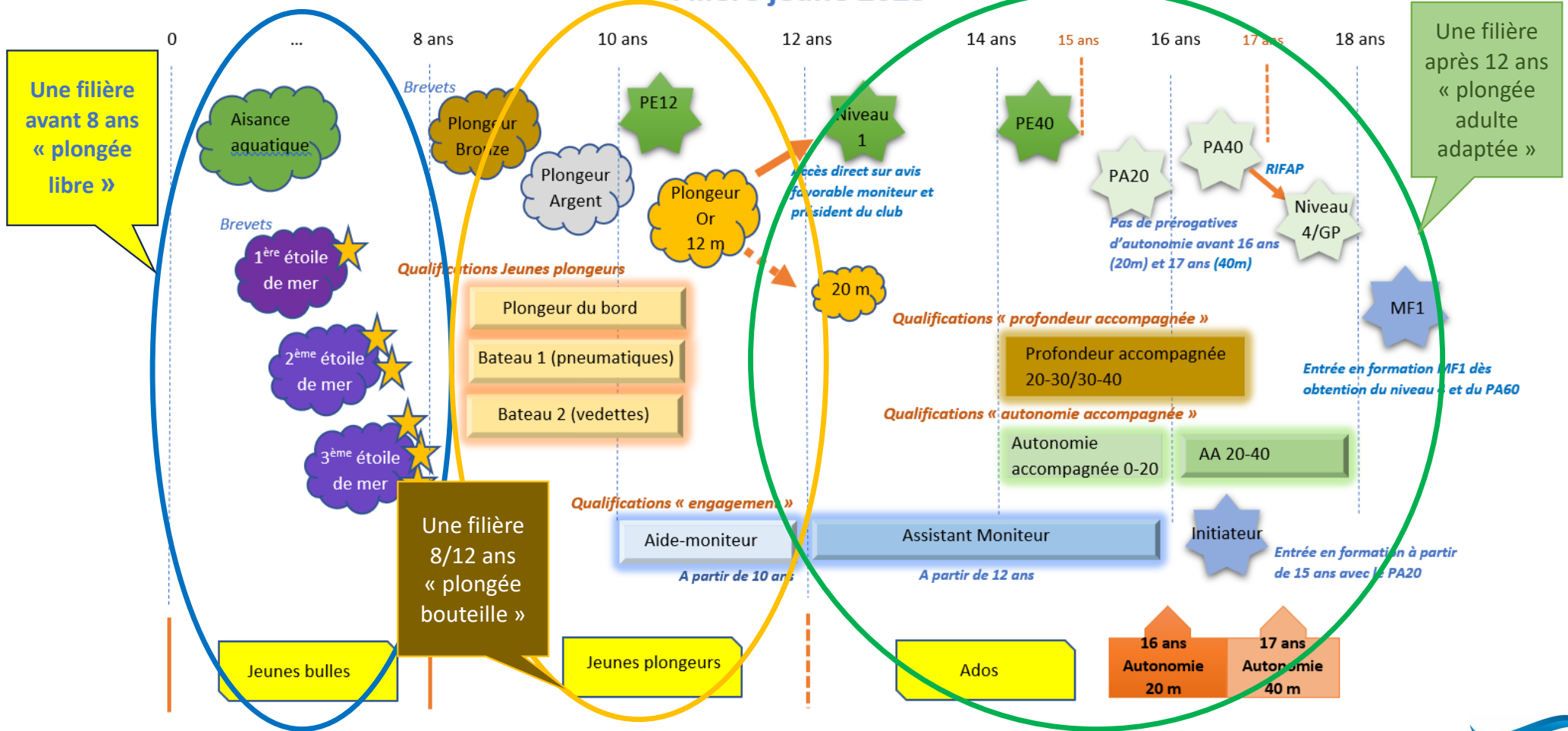
Proposer aux jeunes plongeurs une filière adaptée et rénovée

Filière jeune 2023



 Brevets « jeunes bulles et jeunes plongeurs »
  Qualifications
  Brevets plongeurs « ados/adultes »
  Brevets de cadres

Filière jeune 2023



Brevets « jeunes bulles et jeunes plongeurs »



Qualifications



Brevets plongeurs « ados/adultes »



Brevets de cadres

Cursus « jeunes bulles » et « jeunes plongeurs » : peu de changement...



Il n'y a eu que peu de modification sur les deux cursus jusqu'à 12 ans qui marque désormais le passage du niveau 1.

Les cursus « **jeunes bulles** » et « **jeunes plongeurs** » restent destinés aux mineurs de moins de 12 ans. **La plongée en immersion avec scaphandre ne peut se pratiquer qu'à partir de 8 ans.** La plongée libre, étoiles de mer 1 à 3, peut se pratiquer sans âge minimum. Pas de changement donc hormis celui de l'âge qui se resserre à 12 ans.

Les plongeurs peuvent accéder, selon leur compétence et leur âge, à **six brevets et trois qualifications** :

- **3 brevets sans scaphandre** (*cursus « jeunes bulles »*) : 1e, 2e et 3e étoile de mer (*sans âge minimum*)
- **3 brevets avec scaphandre** (*cursus « jeunes plongeurs »*) : plongeur de bronze, plongeur d'argent (*à partir de 8 ans*) ; plongeur d'or (*à partir de 10 ans*).
- **3 qualifications** complémentaires du *cursus « jeunes plongeurs »* : plongeur du bord, bateau 1 et bateau 2.

0

...

8 ans

Aisance
aquatique

Brevets

1^{ère} étoile
de mer

2^{ème} étoile
de mer

3^{ème} étoile
de mer

Jeunes bulles

Jeunes bulles

Avant 8 ans

3 « étoiles »

La 1^{ère} étoile de mer est un ATP (Autre Type de Participation, sans licence)

La plongée libre, étoiles de mer 1 à 3, peut se pratiquer sans âge minimum

Il s'agit d'un cursus de découverte sans scaphandre (bouteille)



Trois niveaux sont déterminés en fonction de l'habileté des pratiquants :



- **La 1ère étoile de mer est une initiation à l'évolution en surface et une découverte de l'espace « sous l'eau ».**

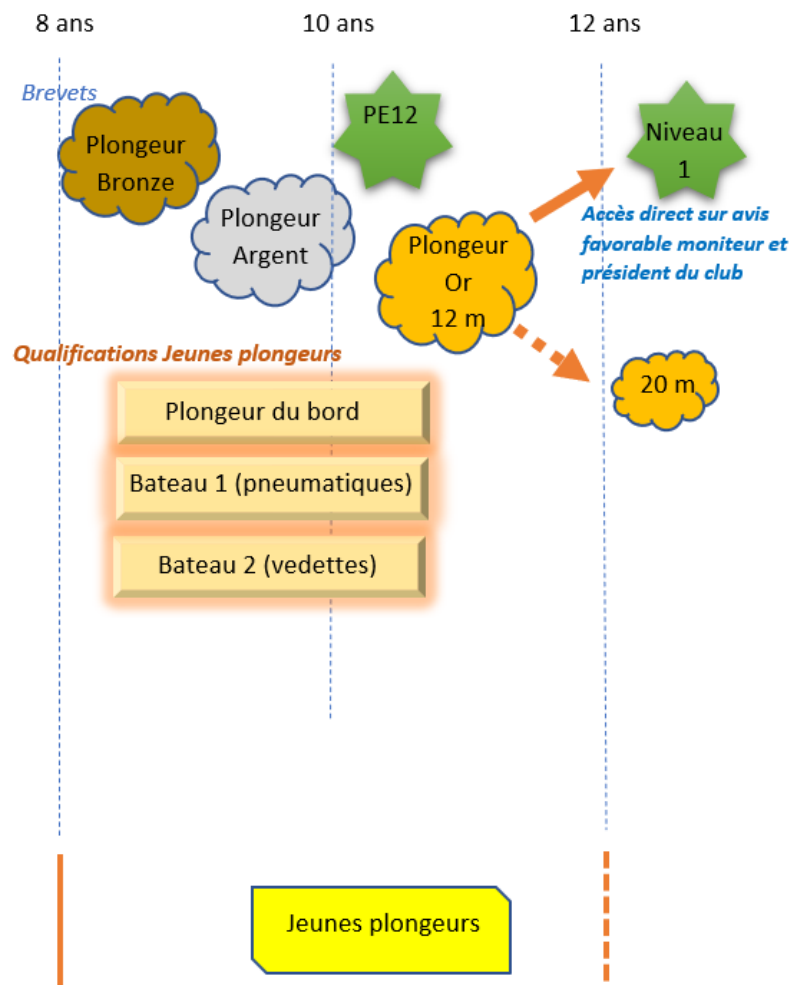
Le jeune découvre l'équipement « palmes, masque et tuba ». Il se déplace sur de courtes distances en surface à l'aide des palmes pour réaliser un petit parcours balisé et peut être équipé pour cela d'une aide à la flottabilité (ceinture, planche, bouée, ...). Savoir nager correctement n'est pas un préalable. L'enfant commence à évoluer au tuba et arrive à le vider en surface, il met la tête dans l'eau avec le masque.

- **La 2ème étoile de mer est un perfectionnement à l'évolution en PMT en surface et sous l'eau.**

Le jeune approfondit sa maîtrise autonome du matériel. Il augmente sa capacité à évoluer sur et sous l'eau : il va chercher un ou plusieurs objets sous l'eau et s'appuie de moins en moins sur des aides à la flottabilité. Il sait faire de courtes apnées, évolue au tuba et arrive à le vider en surface.

- **La 3ème étoile de mer correspond à une maîtrise de l'évolution sous-marine en PMT dans l'espace 0-1 mètre.**

Le jeune s'équipe seul. Il sait nager en surface et sous l'eau à l'aide des palmes, masque, tuba en bouche. Il se déplace sur 25 mètres sans bouée ni flotteur en maîtrisant une nage. Il réalise un parcours en alternant surface et courtes apnées, avec passage dans un cerceau situé à un mètre de profondeur.



Jeunes plongeurs

8/12 ans

Avec scaphandre (bouteille)

Evaluation continue réalisée en milieu artificiel ou naturel

3 brevets avec scaphandre (cursus « jeunes plongeurs ») : plongeur de bronze, plongeur d'argent (à partir de 8 ans) ; plongeur d'or (à partir de 10 ans).

3 qualifications complémentaires du cursus « jeunes plongeurs » : plongeur du bord, bateau 1 et bateau 2.

Trois niveaux « jeunes plongeurs » :

- **Le plongeur de bronze est un niveau d'initiation à l'évolution en plongée avec un scaphandre dans l'espace 0-6m.**

Le jeune découvre l'équipement « gilet, bouteille, détendeur ». Il participe activement à la mise en œuvre de son matériel. Il comprend et applique les consignes du moniteur lui permettant de s'immerger en sécurité à la descente, au fond et à la remontée. Il sait ventiler sur le détendeur et faire face sans appréhension à une entrée d'eau dans le masque.

- **Le plongeur d'argent est un niveau de perfectionnement à l'évolution en plongée avec un scaphandre dans l'espace 0-6m.**

Il permet au jeune de progressivement intégrer des palanquées mixtes (avec adolescents ou adultes N1 et plus). Le jeune devient de plus en plus autonome dans la mise en œuvre et l'utilisation de son matériel. Il apprend différentes techniques lui permettant de se mettre à l'eau et de s'immerger. Il parvient à gérer son équilibre pendant l'immersion. Il vide son masque sans stress. Il est familiarisé avec des procédures en situation d'incident (panne d'air, perte de palanquée).

- **Le plongeur d'or ouvre au jeune les portes de la plongée en scaphandre dans l'espace 0-12m (10-12 ans) puis 0-20m (12-14 ans).**

*Le jeune plongeur est donc capable de réaliser des plongées d'exploration au sein d'une palanquée guidée, en se prenant en charge sur le plan de l'équipement et de l'évolution. **Les compétences attendues correspondent à celles du niveau 1**, y compris les compétences spécifiques permettant d'évoluer en sécurité (intervention en relais du GP notamment).*

Mention particulière concernant niveau 1 et plongeur d'or :

Le plongeur d'or 12 et 20 mètres demeure présent à part entière dans le cursus des jeunes plongeurs.

Le niveau 1 devient accessible dès 12 ans.

Il existe donc désormais deux voies pour la plongée encadrée à 20 mètres dès 12 ans avec :

- soit le niveau 1 (cursus « adulte »)
- soit le plongeur d'or 20 mètres.

Liberté est donc laissée aux clubs d'emprunter la voie qu'ils jugent la plus adaptée aux jeunes.

Attention : mêmes prérogatives mais pas les mêmes compositions de palanquée, le plongeur d'or ne pouvant évoluer qu'à trois plongeurs de même niveau ou N1 en palanquée (hors encadrement).

3 qualifications « jeunes plongeurs » :

Les qualifications sont le résultat d'évaluation de savoir-faire validés par trois plongées en milieu naturel (plongée du bord, bateau 1 et 2).

Qualification « Plongée du bord » :

Le jeune plongeur réalise ses premières plongées au départ d'une plage, de rochers, d'un ponton ou de toute autre lieu sans usage de bateau.

Elle recouvre deux volets :

- *le matériel : le jeune manifeste une certaine autonomie dans le cadre de ses plongées et de leur réalisation (avant, pendant, après) ;*
- *la plongée en bord de mer : le jeune plongeur montre une réelle aptitude à plonger dans ce cadre tel que défini ci-dessus (plage, rochers, ponton ou tout autre lieu).*

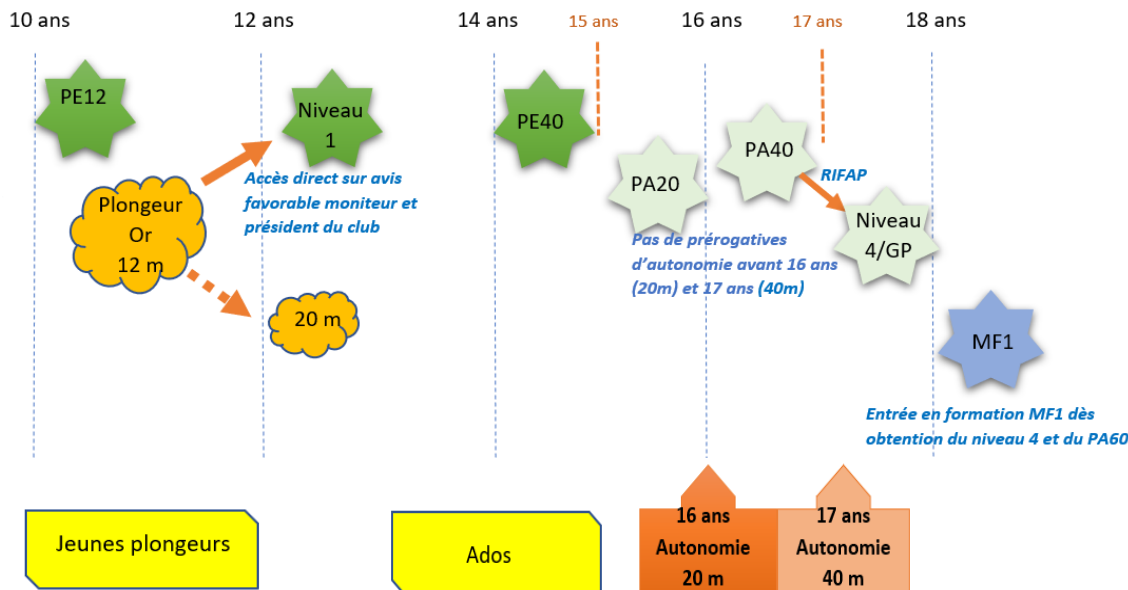
Le comportement du jeune est évalué par un moniteur et l'autonomie du plongeur en matière de matériel est bien sûr contrôlée en permanence par ce dernier. La validation de cette qualification se fait en milieu naturel.

Qualifications « Bateau 1 & 2 »

Le jeune plongeur réalise ses plongées au départ :

- d'une barge ou d'un pneumatique (bateau 1)
- d'une vedette ou d'un chalutier (bateau 2)

Ces qualifications recouvrent la gestion du matériel, la mise à l'eau, la sortie de l'eau et les consignes spécifiques liées à chaque type d'embarcation. Une initiation au matelotage (nœuds élémentaires, quelques termes marins) est également dispensée.



Plongée ados : une filière « adulte adaptée »

Accès dès 12 ans (niveau 1)

PE40 à partir de 14 ans

Pour les plongeurs âgés de moins de 16 ans révolus, les conditions suivantes doivent être respectées (extraits MFT PE40) :

Réaliser des plongées sans palier obligatoire avec le moyen de décompression utilisé, Se limiter à 2 plongées par jour en respectant un intervalle de 3 heures minimum entre ces deux plongées.

La seconde plongée est limitée à 20m si la première a dépassé 30m.

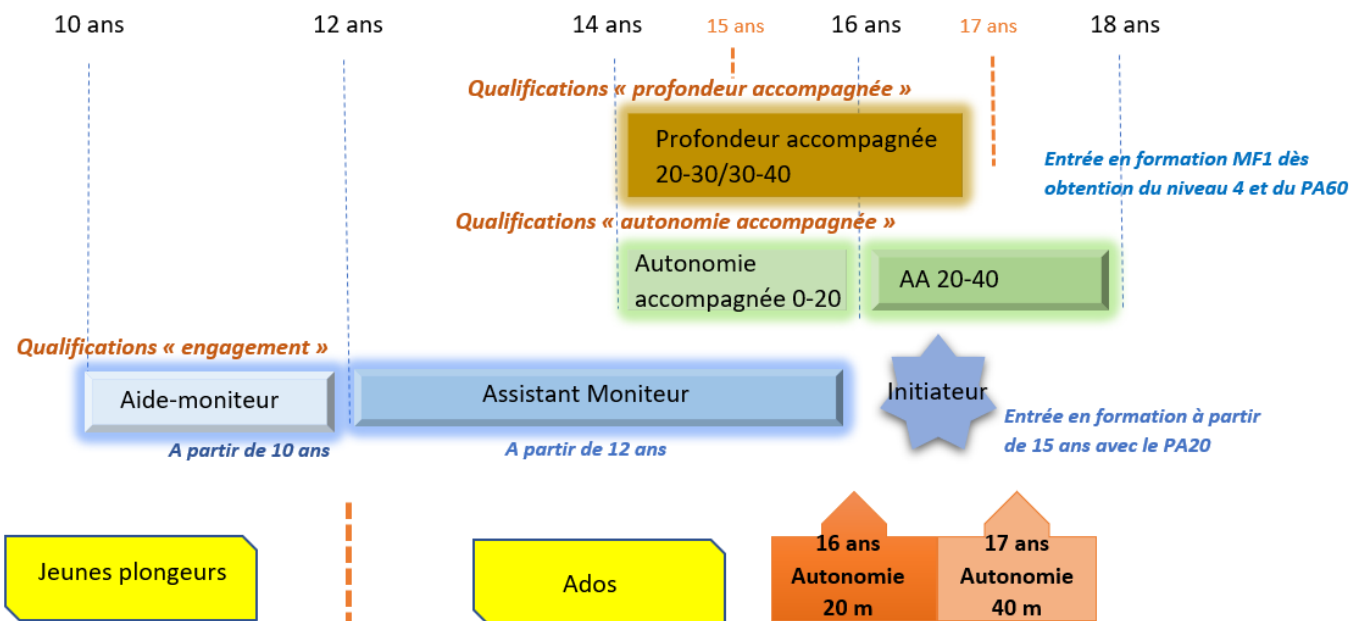
PA20 possible dès 15 ans (sans autonomie avant 16 ans)

PA40 dès 16 ans (sans autonomie avant 17 ans)

Possibilité de passer le niveau 4 dès 17 ans (avec le RIFAP en plus du PA40)

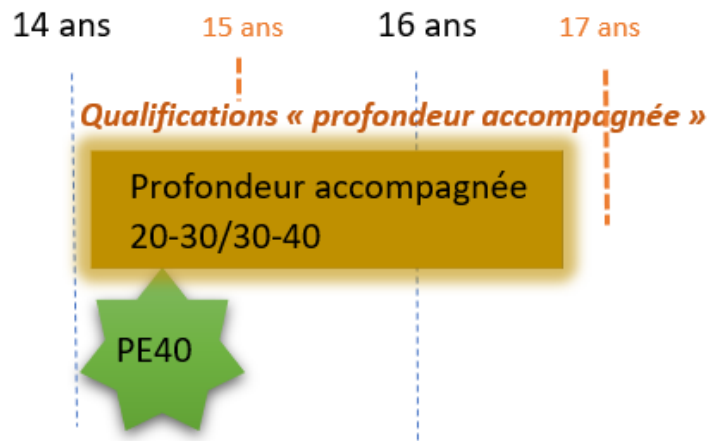
Entrée en formation MF1 dès l'obtention du niveau 4 et du PA60

Les qualifications d'accompagnement et d'engagement



Rappel :

Les qualifications constituent un dispositif de formation complémentaire aux brevets, permettant de mettre l'accent sur les éléments importants du cursus des jeunes. Elles sont d'application volontaire et non obligatoire.



Un objectif : permettre aux jeunes plongeurs de réaliser une approche progressive de la profondeur dans l'espace 20/40 ouvert dès l'âge de 14 ans (PE40) sous le contrôle d'un cadre (E3).



La qualification « profondeur accompagnée », pour préparer les jeunes au PE40

S'agissant de jeunes plongeurs, les qualifications Profondeur Accompagnée 20-30 et 30-40 ont pour objectif de mettre en œuvre une approche progressive centrée sur le jeune en observant son adaptation et sa ou ses réactions à l'évolution au-delà de 20 mètres.

La démarche met l'accent plus particulièrement sur les compétences suivantes :

1 – Compétences	
Stabilisation	L'équilibrage (compétence recherchée : savoir s'équilibrer en profondeur et en pleine eau, en toutes circonstances)
Ventilation	La ventilation (compétence recherchée : savoir adapter sa respiration à l'évolution en profondeur)
Evolution sous l'eau	L'évolution (compétence recherchée : savoir adapter son évolution à la profondeur)
Communication	Avec l'introduction de nouveaux signes, la réaction à ces derniers (compétence recherchée : savoir réagir de façon appropriée)
Connaissances	La compréhension des phénomènes liés à l'évolution en profondeur (désaturation, essoufflement, narcose, etc.)
Comportement	Le comportement en plongée et notamment la capacité à rentrer dans des protocoles de désaturation (remontée, palier de principe).

La qualification « profondeur accompagnée », pour préparer les jeunes au PE40



Comportement attendu de l'encadrement (E3) et adaptation au public

- **Progressivité** (déclinée au travers des deux tranches, 20/30 et 30/40 et à l'intérieur de celles-ci) :

Il propose une **découverte des espaces progressive et par étape** et prend en compte la nouvelle profondeur notamment en matière de décompression.

Il met en œuvre la progressivité de l'approche de la profondeur :

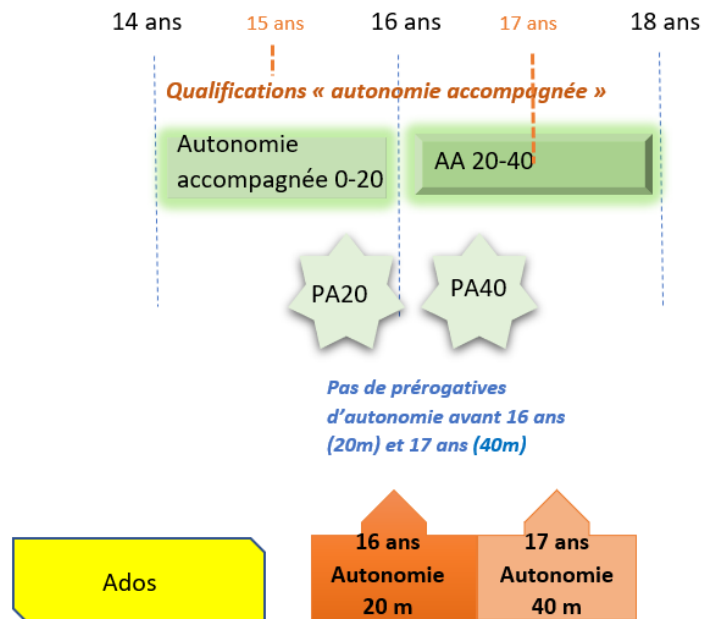
- En plongée simple
- En plongée successive

- **Vigilance** :

Il observe la réaction et le comportement des jeunes plongeurs dans leur nouvel espace d'évolution (évolution en pleine eau, luminosité, température, etc.). **Il aborde la profondeur progressivement par tranche de 2 ou 3 mètres** et est vigilant quant au déroulement des plongées successives afin d'appréhender la **réaction et la découverte de ce nouvel espace** par les jeunes notamment sur le plan de la **fatigue, des impressions, du ressenti**, etc.

Deux qualifications :

- Qualification « Profondeur accompagnée » 20/30
- Qualification « Profondeur accompagnée » 30/40



La qualification « autonomie accompagnée », pour préparer les jeunes à leurs futures prérogatives d'autonomie à 20 et 40 mètres à respectivement 16 et 17 ans

La démarche met l'accent sur les éléments traditionnels de l'autonomie, à savoir :

- L'orientation en évolution (observation et boussole)
- La consommation d'air
- Le déroulement d'une plongée et les protocoles de désaturation
- Signes de l'autonomie et réactions
- Le respect de consignes du DP
- Etc.

Un objectif : permettre aux jeunes plongeurs de **développer leur capacité à plonger en autonomie** en amont de leurs futures prérogatives (Autonomie Accompagnée 20 m : à partir de 14 ans ; Autonomie Accompagnée 40 m : à partir de 16 ans) **sous le contrôle d'un cadre E3**

La qualification « autonomie accompagnée », pour préparer les jeunes à leurs futures prérogatives d'autonomie



Comportement attendu de l'encadrement et adaptation au public:

Le cadre apporte progressivement les éléments de l'autonomie (cf. ci-dessus), en veillant à leur compréhension et en s'assurant de leur bonne mise en œuvre par les jeunes plongeurs.

L'encadrement met progressivement les jeunes en situation de gestion des divers paramètres de plongée et du déroulement de cette dernière.

Les jeunes plongeurs développent progressivement leurs capacités à plonger en autonomie en intégrant les divers paramètres d'évolution sous le contrôle d'un cadre qui réduit progressivement ses interventions.

La situation finale attendue est le déroulement d'une plongée en autonomie sans intervention du cadre accompagnateur dont la démarche se limite à veiller à une évolution sécuritaire et respectueuse des directives du Directeur de Plongée (DP).

Deux qualifications :

- Autonomie accompagnée 0-20 (à partir de 14 ans)
- Autonomie accompagnée 20-40 (à partir de 16 ans)

Situation 1 : Autonomie Accompagnée « orientation »

Rémy, E2, emmène Théo et Sylvie, tous deux niveaux 1 et âgés de 14 ans, et leur propose une séance en Autonomie Accompagnée sur l'orientation. Après avoir bien écouté le briefing présentant le site, Rémy propose aux deux jeunes plongeurs de prévoir avec lui le déroulement de la plongée. Il reprend sur sa tablette immergeable le parcours sous l'eau. En immersion, il fait un point régulièrement, en demandant aux deux jeunes quelle direction prendre, à chaque changement de cap, ou lorsque des éléments mentionnés dans le briefing surface apparaissent.

A l'issue de la plongée, il reprend le déroulement de la plongée en insistant sur tous les sujets importants de façon à relever les éléments d'orientation.

A l'issue de plusieurs séances sur l'orientation, il propose à ses élèves de progressivement se charger des directions à prendre conformément au topo surface. Il corrige bien évidemment les mauvais caps. Il introduit la boussole, etc.

Objectif final : les jeunes prennent en charge l'orientation de la plongée sous le contrôle du moniteur.

Les situations se réalisent avec la communication adéquate qui fait également partie du travail de l'autonomie.

Situation 2 : Autonomie Accompagnée « paramètres de plongée et décompression »

Théo, niveau 1 passionné, a reçu pour son anniversaire, un ordinateur de plongée.

Rémy, son moniteur, lui propose ainsi qu'à Sylvie âgée de 14 ans et niveau 1 également, de faire une plongée en autonomie accompagnée sur les paramètres de plongée et la décompression.

Avant la plongée, il leur explique le fonctionnement de l'ordinateur et regarde avec eux, sur le Net, la notice correspondant à l'appareil (il ne s'agit pas d'une lecture fastidieuse mais cherchant à relever les points importants et donnant le réflexe de lecture de la notice technique).

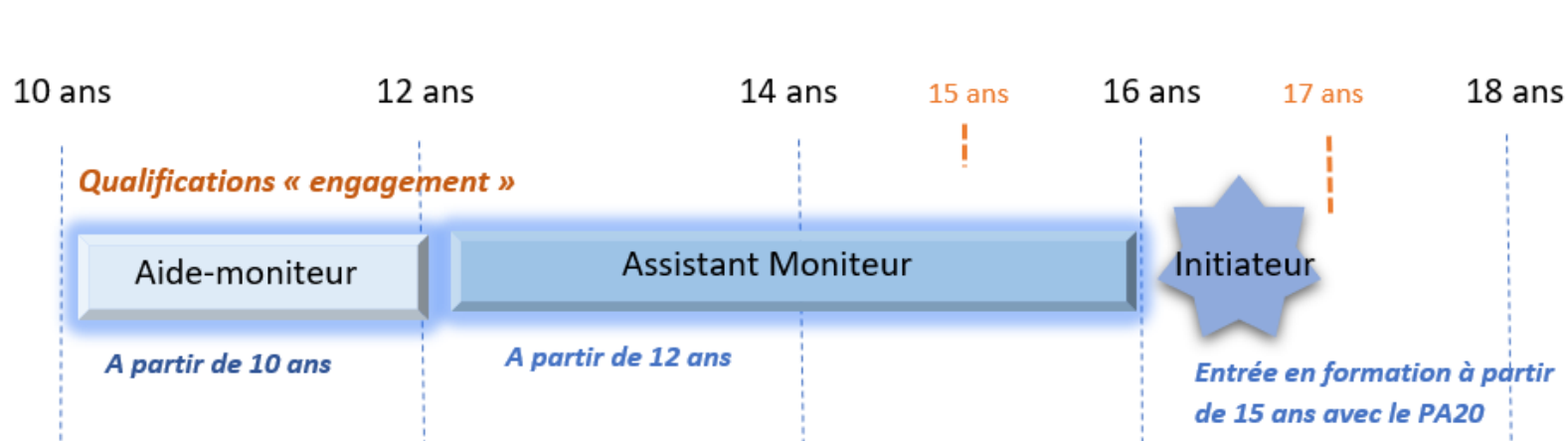
Rémy leur propose une plongée en autonomie accompagnée sur le thème « paramètres de plongée et décompression », à charge pour Théo avec Sylvie, de surveiller régulièrement la profondeur et les indications qui s'affichent sur l'ordinateur. Les deux niveaux 1 devront également surveiller leurs manomètres.

A la remontée, l'attention sera attirée sur la vitesse de remontée et les éventuels signaux d'avertissement (ordinateur).

Après la plongée, Rémy reprend avec les jeunes les divers paramètres relevés et affichés en les réexpliquant. Un travail spécifique de communication se met en place.

Au fur et à mesure des plongées, Rémy observe les prises d'information régulières des jeunes (profondeur, air) et leur confie la remontée avec arrêt au palier, sous son étroite surveillance. La communication propre à la gestion de l'air se met en place de façon plus volontaire.

Sur les séances suivantes, orientation et paramètres de plongée sont associées en séance Autonomie Accompagnée.



Les qualifications « engagement », pour promouvoir l'intégration des jeunes au sein des clubs et de futurs encadrants

L'aide-moniteur, présent depuis de nombreuses années

Une nouveauté : l'assistant moniteur, vers l'initiateur...

Les qualifications
« engagement », pour
promouvoir l'intégration des
jeunes au sein des clubs et de
futurs encadrants

— AIDE MONITEUR

A partir de 10 ans

L'aide-moniteur 1 est un « aidant » : il apporte son concours au fonctionnement de l'activité et du club, il aide ses camarades, il répond aux sollicitations de l'encadrement.

Extraits du MFT :



1 — Compétences	
S'équiper et se déséquiper	<p>Le jeune apporte son aide aux autres plongeurs lors de la préparation du matériel et plus généralement dans la mise en œuvre d'une séance. Sur consigne du moniteur, il rappelle l'ordre d'équipement, relève les éventuelles difficultés des plongeurs, apporte son aide et signale les problèmes à son moniteur.</p> <p>Il aide les autres plongeurs dans le cadre de leur déséquipement (<i>ordre, organisation, préparation de la plongée suivante</i>).</p> <p>L'aide moniteur est associé au rangement du matériel. Il s'implique à bon escient dans l'organisation : le moniteur peut lui demander d'apporter son aide dans l'après plongée.</p>
Se mettre à l'eau et en sortir	<p>L'aide moniteur est un relais des consignes du moniteur lors de la mise à l'eau et de la sortie de l'eau.</p> <p>L'aide moniteur agit conformément aux directives du moniteur et apporte son soutien à ses coéquipiers.</p>
Évoluer dans l'eau	<p>Le jeune joue un rôle structurant dans la palanquée en « fermant » cette dernière (<i>serre-file</i>). Il signale les problèmes et apporte son soutien à ses coéquipiers pendant la plongée.</p>

L'assistant moniteur...

Pour s'impliquer au sein du club

Un encadrant en devenir



**Les qualifications
« engagement », pour
promouvoir l'intégration des
jeunes au sein des clubs et de
futurs encadrants**

La qualification « assistant moniteur » peut être validée en milieu naturel ou artificiel à partir du niveau 1. Elle est destinée exclusivement aux mineurs dans le cadre de leur engagement au sein d'un club.

Elle ne donne **aucune prérogative au regard du Code du Sport**. Le jeune plongeur possède une expérience certaine en matière de plongée et **manifeste une aptitude à aider les autres plongeurs moins expérimentés et à démontrer les techniques de base de la plongée**.

Il s'implique dans le fonctionnement du groupe et la vie du club. Il s'affirme comme un encadrant en devenir. Cette qualification ne confère aucune autonomie au jeune en matière d'enseignement : elle est exclusivement mise en œuvre sous la responsabilité du moniteur qui en délimite le champ d'application

**Les qualifications
« engagement », pour
promouvoir l'intégration des
jeunes au sein des clubs et de
futurs encadrants**

Extraits du MFT :



— ASSISTANT MONITEUR

A partir de 12 ans

Plus expérimenté, l'assistant moniteur remplit les conditions du niveau 1, possède une bonne maîtrise des gestes de base de l'activité et est capable d'expliquer et de faire des démonstrations techniques sur quelques-uns de ces gestes : vidage de masque, LRE, expiration, ventilation, vidage de tuba et palmage, etc.

Il ne possède, comme l'aide-moniteur, aucune prérogative directe d'enseignement et intervient toujours sous contrôle d'un cadre en titre.

1 – Compétences	
L'assistant moniteur est capable d'expliquer et de démontrer :	
S'équiper et se déséquiper	Grément et dégrément du matériel de base (PMT, bouteille, détendeur, SSG)
Se mettre à l'eau et sortir de l'eau	Mise à l'eau en saut droit et par bascule arrière
Évoluer dans l'eau, s'immerger, se propulser, ventiler, s'équilibrer	Palmage, VDM, vidage de tuba, échange d'embout avec techniques de simulation (prévention), EC horizontale et verticale, utilisation du SSG
Respecter le milieu et l'environnement	Comportement en évolution subaquatique, mesures visant à respecter le milieu
Communiquer	Code de signes
Évoluer en sécurité	Règles de base
Connaissances théoriques	Éléments de base adaptés permettant la compréhension des règles d'évolution (barotraumatismes, déroulement d'une plongée, flottabilité, etc.)

Rappels :

Les âges mentionnés font référence aux dates anniversaires des jeunes plongeurs (*ex : la tranche des « 8-10 ans » doit s'entendre de la date anniversaire des 8 ans à celle des 10 ans*).

Pour se voir délivrer l'un des niveaux des cursus jeunes bulles ou jeunes plongeurs, il n'est **pas obligatoire de posséder le niveau inférieur**.

La délivrance des brevets et des qualifications se fait au niveau d'un club affilié ou d'une structure commerciale agréée, sous la responsabilité du président du club ou du responsable de la structure, par un E3 (licencié) minimum.

Le club ou la structure doit valider la certification sur le passeport du lauréat et lui remettre, éventuellement et sur sa demande, un diplôme. Le passeport et le diplôme doivent comporter le cachet officiel du club ou de la structure.

Le club ou la structure doit enregistrer la certification sur le site internet www.ffessm.fr pour que le siège national de la FFESSM puisse éditer la carte double face FFESSM/INTERNATIONAL et l'adresser au candidat. Le siège national de la FFESSM garde en archive les informations concernant les certifications.

Les compétences des diplômes et des qualifications « jeunes bulles » ou « jeunes plongeurs » sont validées et signées par un E2 (Guide de Palanquée – Niveau 4 titulaire de l'Initiateur) minimum.

Règle d'or :

Concernant l'ensemble des mesures proposant un rajeunissement de l'âge de passage d'un niveau, il s'agit de proposer aux jeunes plongeurs ou adolescents la possibilité d'avoir un parcours individualisé s'appuyant sur des capacités identifiées par une équipe d'encadrement.

Les nouvelles mesures proposées doivent donc être ajustées avec l'accord des parents en fonction de l'envie des jeunes, de leurs capacités et de leurs projets, et de la faculté d'une équipe d'encadrement à les mettre en œuvre et à proposer aux jeunes un cadre adapté.

Il s'agit donc d'un parcours qui n'est pas à suivre à tout prix mais dont il faut faire usage aux bénéfices du jeune et selon ses capacités.

Références :

Rubrique Jeunes Plongeurs FFESSM

<https://plongee.ffessm.fr/jeunes-plongeurs>

Article Subaqua n°309 – Juillet Août 2023 : « Plongée Jeunes, une rénovation en profondeur », page 78 et suivantes

PV du Comité Directeur National n° 487 des 20, 21 et 22 mai 2022

Arrêté du 7 novembre 2022 modifiant l'article A.322-88 du Code du sport paru au Journal Officiel le 25 novembre 2022

