

FORMATION PRATIQUE NIVEAU 2

Fiche de suivi de progression

NOM :

Prénom :

THEME PRINCIPAL	Nbre indicatif de plongées	Commentaires	Date validation
Evaluation initiale, réadaptation, vérification pré-requis (balade entre 0 et 20m)	1		
RSE -5m -10m, stabilisation multiniveaux (C3) Remontée pleine eau (gestion stab), palier (C2)	1 à 2		
Assistance d'un co-équipier en difficulté (C4)	2 à 4		
Assistance sur panne d'air (C4) : 2 détendeurs, 2/1 en déplacement au fond (simulation) 2/1 en remontée (simulation)	1 à 2		
Sauvetage plongeur inconscient (C4)	1		
Synthèse (C1+2+3+4+5)	1 à 2	Obligatoire avec E3	
Exploration zone 30 (facultatif) mise en place du parachute, divers (C5)	1	Obligatoire avec E3 si > 25m	

Toutes les plongées (sauf n°1 et 2) :

Stabilisation, Vidage de masque (progressif de 5 à 20m, respirer sans masque) (C3)

Exploration, **simulation d'autonomie** (fin de plongée, 10 à 20 min, moniteur derrière) (C2+5)

Remarques générales :

- Matériel indispensable à partir de la plongée 4 ou 5 : instrument, 2^{ème} détendeur
- Support de descente et remontée à proximité (bouée + bout)

Remarques spécifiques à certains exercices :

- RSE : toujours embout en bouche, toujours le long d'un bout (que l'élève tient en main)
- Panne d'air : toujours simulée par le Moniteur (pas de retrait de son embout)
- Objectif du sauvetage : conditions réalistes, pas à la palme