

# **GUIDE DE RANDONNEE SUBAQUATIQUE**

## **ORGANISATION GENERALE**

Afin de répondre à la progression constante de l'activité de randonnée subaquatique, la F.F.E.S.S.M. a créé, via sa Commission Nationale Apnée (CNA), un diplôme de « Guide de randonnée subaquatique » dont les conditions d'accèsion et de délivrance sont définies ci-après.

La formation, dont les contenus relèvent de la CNA, conduisent à la délivrance de ce diplôme, qui a pour objet l'acquisition ou le perfectionnement des savoirs et savoir-faire nécessaires à l'animation d'un groupe de randonneurs subaquatiques, que ces derniers soient encadrés ou autonomes.

Les sessions, pour chaque module de formation, sont organisées à l'échelon des membres de la F.F.E.S.S.M. (club associatif ou structure commerciale agréée)

## **CONDITIONS DE CANDIDATURE POUR ETRE GUIDE**

- Être âgé de 18 ans révolus minimum à la date de l'examen.
- Être titulaire d'une licence F.F.E.S.S.M. en cours de validité.
- Être en possession de la carte d'Apnéiste Niveau 2 de la F.F.E.S.S.M.
- Être en possession de la carte de RIFAA.
- Être en possession d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de l'apnée établi depuis moins de 1 an, et délivré par un médecin fédéral ou titulaire du C.E.S de médecine du sport (capacité ou DU), médecin hyperbare ou médecin de la plongée.

## **PREROGATIVES DU GUIDE**

Le « Guide de randonnée subaquatique » organise la randonnée subaquatique en milieu naturel. Il encadre un groupe de randonneurs dans le respect des préconisations fédérales.

Le Guide organise la randonnée subaquatique et assure la surveillance des randonneurs autonomes dans le respect des préconisations fédérales.

## **RESPONSABILITES D'ENCADREMENT**

### **La randonnée encadrée**

- Le "Guide de Randonnée" choisit le site, le parcours, ainsi que l'ensemble des paramètres de la randonnée.
- Il encadre le groupe de randonneurs dans l'eau.
- Il veille au bon déroulement de la randonnée et s'assure que les conditions de pratique de celle-ci sont adaptées aux circonstances et aux compétences des participants.
- Il anime la sortie en créant les conditions de confort, d'attrait et de respect du milieu dans lequel se déroule la randonnée, permettant d'appréhender d'une part l'utilisation des PMT, et d'autre part ce milieu, la diversité des espèces qui l'occupent, et les conditions de sa préservation.

### **La randonnée autonome**

- Le "Guide de Randonnée" choisit le site, le parcours, ainsi que l'ensemble des paramètres de la randonnée en fonction du niveau des randonneurs. Il informe notamment les randonneurs des spécificités du site sur lequel la randonnée va se dérouler, les espèces susceptibles d'être aperçues et les conditions de préservation du milieu.
- Il organise matériellement l'activité lorsqu'elle se déroule sur un autre site que ceux préalablement équipés (de type "sentier sous-marin").
- Il autorise les randonneurs à évoluer en autonomie et veille à la prise en compte des préconisations fédérales.
- Il surveille le groupe de randonneurs à partir d'une embarcation ou dans l'eau, ou encore du bord si les conditions permettent la surveillance.

## CONTENUS DE FORMATION

Ils sont décrits dans un tableau en annexe et sont déclinés en quatre niveaux de compétences :

Compétence n° 1 :	UTILISER SON MATERIEL
Compétence n° 2a :	CAPACITES TECHNIQUES EN SURFACE et MAÎTRISE DE LA VENTILATION
Compétence n° 2b :	CAPACITES TECHNIQUES EN IMMERSION
Compétence n° 3 :	REACTIONS AUX SITUATIONS ET AUTO NOMIE
Compétence n° 4 :	CONNAISSANCES THEORIQUES ET CAPACITE D'ANIMATION

## CONDITIONS - FORMATION – VALIDATION

Les compétences peuvent être validées en une ou plusieurs séances, avec un minimum de 6 heures d'encadrement du ou des stagiaire(s) en situation réelle.

## VALIDATION DE LA COMPÉTENCE

Les compétences sont enseignées, attestées et validées par un cadre fédéral dont le niveau *minimum* est celui de l'Initiateur Entraîneur d'Apnée Niveau 1, sous la supervision d'un MEF1 qui contresigne les validations de compétences.

Seuls les cadres licenciés à la F.F.E.S.S.M. peuvent enseigner et valider les compétences.

## ORGANISATION GENERALE DE L'EXAMEN

L'examen est organisé à l'échelon du club ou de la SCA ou d'un organisme déconcentré de la F.F.E.S.S.M. (Codep ou comité régional) sous l'autorité du Comité Régional via la Commission Régionale Apnée (CRA) du lieu d'examen.

Pour ce faire, l'organisateur doit faire une demande auprès de la CRA au moins 2 mois avant la date de l'examen. Après validation de la demande, la CRA délègue un représentant, MEF2 Apnée minima, en charge de superviser l'examen et d'en vérifier la bonne tenue.

Les épreuves théoriques sont écrites ou orales (au choix du jury).

Toutes les épreuves doivent être évaluées par 2 encadrants simultanément à l'exception des épreuves de théorie écrites.

## JURY

Le jury est constitué par :

- Le Président de la Commission Régionale Apnée ou son représentant,
- Au minimum deux encadrants d'apnée, un Initiateur-Entraîneur Apnée Niveau 1 et un Moniteur-Entraîneur Apnée Deuxième degré minima. La présidence du jury est assurée par un MEF2.

Le représentant de la CRA est chargé, notamment, de vérifier les dossiers des candidats et la conformité du déroulement de cet examen. Le MEF2 assurant la présidence du jury peut également faire fonction de représentant de la CRA s'il a reçu délégation préalable de cette dernière.

## DÉLIVRANCE DU BREVET

Le brevet de « guide de randonnée subaquatique » est délivré sous la signature du Président du Comité Régional ou par délégation de ce dernier du Président de la CRA et du Président du jury.

Les Comités Régionaux via leur CRA sont dépositaires des documents suivants :

- Bordereaux d'examen
- Feuilles de notes

## DUPLICATA

En cas de perte, le duplicata est délivré directement par le siège de la F.F.E.S.S.M.

**Compétence n° 1 : UTILISER SON MATERIEL**

<b>Connaissances, savoir-faire et savoir-être</b>	<b>Commentaires et limites</b>	<b>Critères de réalisation</b>
Connaître le matériel courant et son entretien: palmes, masque, tuba, combinaison, ceinture, support flottant et outils de signalisation.	Le stagiaire doit connaître les gammes particulièrement adaptées à la randonnée et les conditions d'entretien et d'utilisation.	Le stagiaire sait utiliser le matériel en toute situation de randonnée. Il sait également expliquer, justifier et démontrer le choix et l'utilisation du matériel spécifique à la randonnée et les règles élémentaires d'hygiène.
Savoir adapter le lestage.	Le stagiaire guide de randonnée doit savoir adapter le lestage en fonction de la discipline et pouvoir expliquer ses choix et les justifier.	Au cours des séances pratiques, le stagiaire doit savoir ajuster son lestage et celui de ses randonneurs en fonction de la discipline pratiquée. Il doit être capable de maîtriser son niveau d'immersion.

**Compétence n° 2a : CAPACITES TECHNIQUES EN SURFACE et MAÎTRISE DE LA VENTILATION**

<b>Connaissances, savoir-faire et savoir-être</b>	<b>Commentaires et limites</b>	<b>Critères de réalisation</b>
Savoir utiliser la ventilation	Le stagiaire comprend et utilise les effets de la ventilation sur l'apnée en phase de préparation et de récupération.	Le stagiaire sait effectuer une ventilation préparatoire ample et calme sans entrer dans une phase d'hyperventilation. Le stagiaire sait effectuer une ventilation de récupération systématique et immédiate. Il sait détecter et corriger une ventilation inefficace et/ou dangereuse.
Savoir se préparer à l'apnée	Le stagiaire doit connaître les bases des méthodes de décontraction.	Le stagiaire sait appliquer et mettre en place un protocole de préparation avant l'apnée.

**Compétence n°2b : CAPACITES TECHNIQUES EN IMMERSION**

<b>Connaissances, savoir-faire et savoir-être</b>	<b>Commentaires et limites</b>	<b>Critères de réalisation</b>
Savoir s'immerger	Le stagiaire doit maîtriser les techniques d'immersion (à une ou deux palmes).	L'immersion est adaptée aux conditions de pratique. Elle doit combiner efficacité et rentabilité de l'effort.
Savoir optimiser la propulsion et l'hydrodynamisme	Le stagiaire doit gérer et moduler la vitesse de nage selon la distance demandée.  Le stagiaire doit rechercher un compromis entre : - Hydrodynamisme, - Relâchement.	Le stagiaire doit rechercher une position de confort se traduisant par :  - Décontraction, - Efficacité de la propulsion, - Fluidité.
Savoir gérer la compensation	Le stagiaire doit être capable d'anticiper et d'informer ses randonneurs selon les conditions de pratiques.	Le stagiaire doit exercer une vigilance constante et un rappel fréquent des consignes de prévention des barotraumatismes.
Capacités d'apnée	Le stagiaire doit maîtriser la profondeur de 10 mètres en poids constant et en milieu naturel. En piscine ou milieu protégé, il doit être capable de réaliser une apnée statique de 2 mn et une apnée dynamique de 50 m.	Les apnées en poids constant et en dynamique horizontale doivent être réalisées en PMT, avec combinaison et lest si nécessaire.

**Compétence n°3 : REACTIONS AUX SITUATIONS ET AUTONOMIE**

<b>Connaissances, savoir-faire et savoir-être</b>	<b>Commentaires et limites</b>	<b>Critères de réalisation</b>
Etre titulaire du RIFAA.	Voir RIFAA.	Voir RIFAA.
Assurer la sécurité.	Le stagiaire doit savoir assurer la sécurité en fonction de la difficulté de la randonnée subaquatique. Il doit savoir mettre en place l'organisation matérielle prévue par la réglementation et les préconisations fédérales. Il doit savoir l'adapter au contexte de la pratique.	Le stagiaire doit savoir anticiper sur les difficultés et les risques inhérents à la randonnée subaquatique. Il doit être capable physiquement d'assurer le sauvetage et le remorquage d'une victime inconsciente.

**Compétence n°4 : CONNAISSANCES THEORIQUES ET CAPACITÉ À L'ANIMATION**

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	Commentaires et limites	Critères de réalisation
Connaître les causes, symptômes, prévention et conduite à tenir pour les accidents de randonnée	On ne traitera que les accidents pouvant survenir en apnée dans l'espace proche (barotraumatismes, syncope, PCM, noyades, dangers de surface, dangers du milieu, ....).	L'évaluation se fera sous forme de discussion.
Mettre en œuvre la pédagogie spécifique à la randonnée ; les notions d'animation sont à privilégier	On ne traitera que de l'aspect pratique lié à la randonnée et l'adaptation liée aux différents publics, et essentiellement de l'animation de groupe	L'évaluation consistera lors d'une séance pratique à rechercher la qualité de l'information et le caractère ludique de l'animation, et leur adaptation aux différents publics.
Avoir des notions générales sur la composition et le fonctionnement des écosystèmes	Connaissance du biotope, de la faune et de la flore. Ainsi que des interactions au sein de l'écosystème.	L'évaluation se fera sous forme de discussion autour des notions fondamentales.
Avoir de bonnes notions sur l'impact du randonneur sur l'environnement, et d'une manière générale en matière de préservation du milieu	Connaissance des interactions possibles avec l'environnement et les moyens de les limiter, connaissance, compréhension et justification des écogestes et mise en application.	L'évaluation se fera sous forme de discussion et lors de la séance pratique.