

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
D'ÉTUDES ET
DE SPORTS
SOUS-MARINS



MANUEL DE FORMATION APNÉE **GENERALITES**

**COMMISSION
NATIONALE APNÉE**



— L'ECOLE FRANCAISE DES SPORTS SUBAQUATIQUES

La forme du MFA est en cohérence avec les choix pédagogiques de l'Ecole Française de Sports Subaquatiques qui :

- D'une part, est fondée sur la mise en œuvre d'une pédagogie qui s'inspire du modèle théorique de la Pédagogie Par Objectifs (PPO), adaptée au contexte de la pratique des activités subaquatiques de loisir au sein des structures de la FFESSM.
- D'autre part, revendique et autorise une « liberté pédagogique » pour ses formateurs.

Ainsi, « ce dont les pratiquants, les encadrants ou les formateurs doivent être capables » est défini en termes de compétences.

Cette approche permet à chaque formateur de définir lui-même une stratégie générale de formation constituée d'un ensemble cohérent d'objectifs pédagogiques mis en œuvre dans des situations d'apprentissage organisées au sein d'une progression générale. Le tout, dans le cadre et le respect des dispositions du Code du Sport (CDS).

— PRESENTATION DU MANUEL DE FORMATION D'APNÉE (MFA)

Le Manuel de Formation Apnée (MFA) est le référentiel des brevets et qualifications de la Commission Nationale Apnée (CNA) de la Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins (FFESSM).

Ce référentiel s'applique pour la pratique de l'apnée en tant que discipline sportive.

Il s'adresse aux formateurs, aux encadrants et aux responsables des structures ou organes déconcentrés de la FFESSM qui mettent en œuvre la pratique, ou qui ont la responsabilité des formations, des stages et des examens dépendant du périmètre de la commission apnée.

Les cadres des autres commissions de la FFESSM pratiquent l'apnée dans le respect des recommandations définies par leur commission d'appartenance.

L'apnée, également dénommée "*Plongée libre*", se définit comme la pratique d'incursions subaquatiques en retenant sa ventilation.

Les activités de randosub qui se caractérisent par une promenade de surface en PMT, avec possibilité d'apnées courtes et peu profondes sont transversales à toutes les activités de la FFESSM et font l'objet de recommandations fédérales spécifiques.

Les clubs associatifs, les SCA et organismes déconcentrés de la FFESSM organisent les activités d'apnée en appliquant le Code du Sport et en prenant en compte les préconisations fédérales décrites dans le document « Recommandations pour la pratique de l'apnée en milieu artificiel ou naturel ».

Pour chaque certification, le MFA définit :

- De manière générale, le profil, les aptitudes et les prérogatives du niveau.
- Les conditions de candidature ou d'entrée en formation.
- Le niveau et les règles d'organisation de la formation et son évaluation finale.
- L'organisation et le déroulement du cursus de formation.
- Le référentiel de compétences.
- La liste des épreuves, leurs critères d'évaluation et de réussite.
- En cas d'examen, les conditions minimales de réussite et la composition du jury.

— LES REFERENTIELS DE COMPETENCES

Les référentiels de compétences décrivent ce que les pratiquants, les encadrants ou les formateurs sont capables de réaliser à l'issue de leur formation.

Pour un niveau de pratiquant, d'encadrant ou de formateur donné, cet ensemble de compétences constitue l'élément de départ pour concevoir et réaliser la formation à mettre en œuvre. Elle mentionne les principales « techniques » d'apnée qui s'appuient ou résultent de la ou des compétences concernées. Elle contient également et indifféremment des informations et des conseils pour l'enseignement.

— LE CARACTERE GENERIQUE DES COMPETENCES

D'un niveau de pratiquant ou d'encadrant à l'autre, la formulation de certaines compétences générales ou particulières est identique.

Cela traduit le caractère « générique » de certaines compétences. En effet, il est normal que pour une même forme de pratique, la formulation des compétences soit identique quelle que soit la profondeur d'évolution (la notion d'accoutumance et d'aptitude à la profondeur étant une autre dimension). C'est le niveau d'exigence dans la maîtrise de ces compétences qui sera adapté.

En complément à ces compétences génériques maîtrisées à un niveau d'exigence donné, l'espace d'évolution peut nécessiter des compétences supplémentaires.

— LE CERTIFICAT MEDICAL

Dans le respect du Code du sport, la délivrance ou le renouvellement d'une licence fédérale permettant la pratique sportive et la participation aux compétitions sportives organisées ou autorisées par une fédération est soumise à présentation d'un certificat médical d'absence de contre-indication (CACI) à la pratique sportive, et à la pratique de la discipline pratiquée en compétition le cas échéant, conformément au règlement médical en vigueur.

Les modalités liées au CACI sont établies par la Commission Médicale et de Prévention Nationale (CMPN), se référer au site de la commission pour en vérifier les mises à jour régulières.

— LES BREVETS FEDERAUX D'APNÉE

Les brevets fédéraux ne peuvent être obtenus que dans le cadre d'un club affilié à la FFESSM, d'une Structure Commerciale Agréée* (SCA) par celle-ci, ou sous la tutelle de la Commission Nationale Apnée ou d'une Commission Régionale Apnée.

**Depuis l'intégration dans les membres de la fédération des structures commerciales agréées (ou SCA), une structure ainsi agréée possède les mêmes prérogatives que le club affilié. Il faut donc entendre par « Président de club » ou « échelon club », « Président du club ou exploitant de la SCA », « échelon club ou SCA ».*

— LES CONDITIONS DE CANDIDATURE

Pour chaque formation d'apnéistes, l'ensemble des conditions de candidature doit être satisfait dès l'entrée en formation.

La licence FFESSM en cours de validité est obligatoire pour entrer en formation apnée, hormis pour les baptêmes et les ATP (Autre Titre de Participation).

Les candidats n'ayant pas atteint la majorité légale devront produire une autorisation parentale ou de leur tuteur légal. (Ces dispositions ne sauraient aller à l'encontre des règlements intérieurs des clubs, si ceux-ci imposent des limites d'âge plus restrictives).

Les jurys pourront demander la présentation des pièces originales exigées dans les conditions de candidature.

— LES FORMATEURS EN APNÉE

Seuls **les Initiateurs Entraîneur Apnée (niveau 1 et 2), les MEF1 et MEF2 délivrés par la FFESSM ainsi que les moniteurs apnée associés et les BPJEPS sans scaphandre licenciés de la FFESSM**, peuvent au regard de leurs prérogatives respectives valider les compétences en vue de l'acquisition des brevets d'Apnéistes délivrés par la FFESSM.

Tous les cadres de la commission technique, à partir de l'initiateur de club (E1), sont reconnus par équivalence comme Initiateur-Entraîneur Apnée Niveau 1 (IE1), sous réserve de l'obtention du RIFA Apnée. Dans ce cas une formation optionnelle cadres reste fortement conseillée.

— ORGANISATION DES EXAMENS ET DES CERTIFICATIONS

Seuls les brevets officiels de la FFESSM peuvent être demandés aux candidats lors des épreuves d'examen des brevets fédéraux.

Les candidats disposent d'un délai de 12 mois pour acquérir l'ensemble des compétences des diplômes « piscine », d'un délai de 15 mois pour les diplômes « milieu naturel ».

Pour les brevets du cursus Piscine l'ensemble des épreuves se déroule en milieu artificiel (Piscine, fosse ...).

Pour les brevets du cursus « Eau Libre », les épreuves dites :

- De « profondeur » (poids constant, immersion libre, gueuse légère et gueuse lourde) se déroulent obligatoirement en milieu naturel.
- De « piscine » (dynamique avec ou sans palme et statique) peuvent se dérouler soit en milieu artificiel soit en milieu naturel à la convenance de l'organisateur.

— Les critères d'évaluation sont précisés par le jury avant les épreuves, conformément au MFA de chaque niveau.

— La CNA demande à tous les moniteurs participant aux jurys d'examen des différents brevets fédéraux de respecter l'esprit et la hiérarchisation de ces brevets.

Chacun d'eux valide un acquis théorique et des compétences techniques aquatiques définis par l'expérience de nombreuses années. Il convient de ne pas surenchérir ni dans le choix des questions théoriques ni dans les conditions d'exécution des situations d'évaluation proposées, ni enfin dans la manière de noter. Le bon sens et la logique doivent toujours être présents à l'esprit de tout examinateur. La participation à un jury rend nécessaire une conscience précise et raisonnable de ce que l'on est en droit d'exiger d'un candidat en fonction du niveau du brevet.

— Les Présidents de jury des brevets fédéraux d'apnéiste et d'encadrement, doivent porter toute leur attention sur l'établissement des documents nécessaires à l'enregistrement des certifications et brevets par la FFESSM et l'établissement des cartes double face FFESSM/CMAS. Il appartient à l'organisateur d'un examen de tenir à disposition du jury les bordereaux et feuilles de notes, ainsi que de faire signer et tamponner les carnets d'apnée par les personnes habilitées.

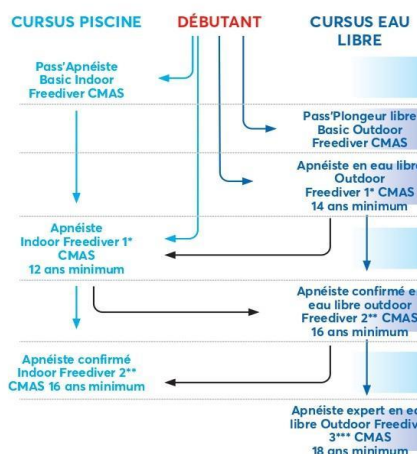
— L'organisateur des brevets doit enregistrer ces certifications sur le site internet pour que le siège national de la FFESSM puisse éditer la carte double face FFESSM/CMAS et l'adresser au candidat. Le siège national de la FFESSM conserve en archive les informations relatives aux cartes délivrées. Les membres des jurys de ces examens doivent recommander aux lauréats de faire inscrire leurs certifications sur leur carnet d'apnée.

— En cas de perte, seul le siège national de la FFESSM est en mesure de délivrer des duplicatas des cartes apnée obtenues.

— LES DIFFERENTS BREVETS D'APNÉE

SYNOPTIQUE DES CURSUS DE FORMATION

NIVEAUX DE PRATIQUE



PERFORMANCES DE CERTIFICATION

Statique (min sec)	Dynamique (m)	Profondeur (m)	Série (m) départ (min sec)	Licence obligatoire	RIFAA obligatoire
1'	25	-	-	N	N
1'	15	2	-	N	N
1'30"	25	10	-	O	N
2'	50	-	4 x 25 1'15"	O	N
2'30"	50	20	4 x 25 1'15"	O	O
3'	75	-	4 x 50 2'	O	O
3'	75	30	4 x 50 2'	O	O

NIVEAUX D'ENCADREMENT

Guide de Randonnée Subaquatique (GRS) Si formation FFESSM	Profondeur de certification	Prérogatives d'encadrement
Initiateur Entraîneur (IE1) 16 ans minimum	-	6 m
Initiateur Entraîneur 2 (IE2) (CMAS 1* si AEEL) 18 ans minimum	-	20m en présence d'un MEF1 sur site en milieu naturel DP en fosse de 20 m max
MEF1 CMAS 2** Instructor	25 m	30 m
MEF2 CMAS 3*** Instructor	30 m	pas de limite

Les flèches indiquent la possibilité d'accès à un autre brevet.

APNÉE MINEURS LIMITE DE PROFONDEUR

< 8 ans : limitation égale à l'âge divisé par 2.
8-11 ans inclus : limitation à 10 m.
12-13 ans inclus : limitation à 15 m.
14 -15 ans inclus : limitation à 20 m.
≥16 ans : profondeur limitée en fonction des prérogatives d'encadrements

Attention seule la dernière version du MFA fait foi (Manuel de Formation Apnée)

— LES BREVETS D'APNEISTES ET PREROGATIVES D'EVOLUTION

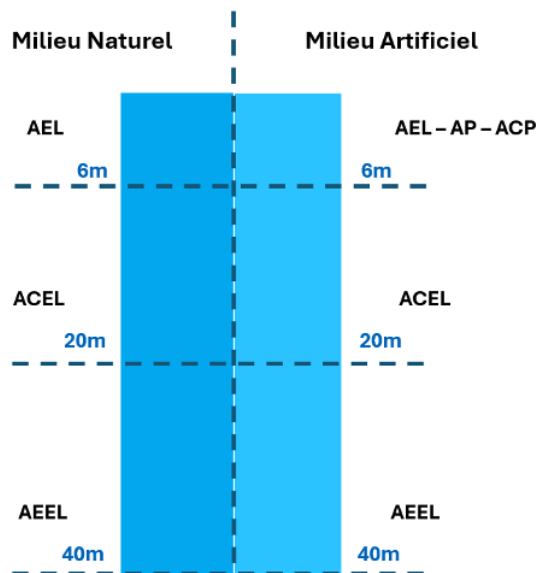
Les différents brevets d'apnéiste délivrés par la commission sont :

- **AP** : Apnéiste Piscine
- **ACP** : Apnéiste Confirmé Piscine
- **AEL** : Apnéiste en Eau Libre
- **ACEL** : Apnéiste Confirmé en Eau Libre
- **AEEL** : Apnéiste Expert en Eau Libre

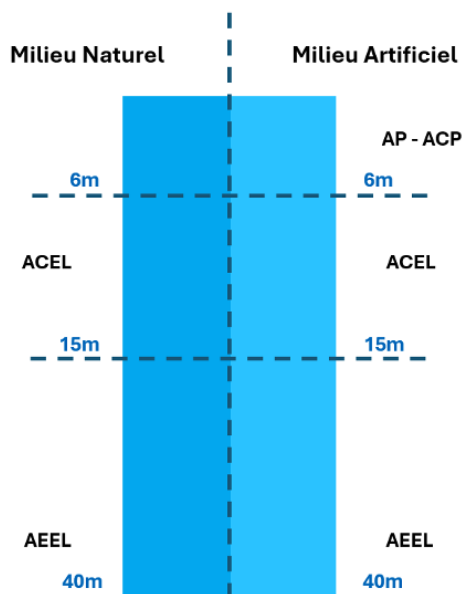
Les prérogatives de chaque brevet en fonction du type d'autonomie relative ou autonome sont décrites dans les tableaux ci-après

Pour la définition de ces pratiques et les conditions de mise en œuvre des prérogatives, voir document « **Recommandations pour la pratique de l'apnée en milieu naturel et artificiel** ».

Pour l'autonomie relative



Pour l'autonomie complète



— LES BREVETS D'ENCADRANTS ET PREROGATIVES D'ENCADREMENT

Les différents brevets d'encadrants délivrés par la commission sont :

- IE1 : Initiateur Entraîneur 1
- IE2 : Initiateur Entraîneur 2
- MEF1 : Moniteur Entraîneur Fédéral 1
- MEF2 : Moniteur Entraîneur Fédéral 2

Les prérogatives d'encadrement de chaque brevet dans le cadre de l'apnée encadré sont décrites dans le tableau ci-après

Pour la définition de cette pratique et les conditions de mise en œuvre des prérogatives, voir document « recommandations pour la pratique de l'apnée en milieu naturel et artificiel »

Profondeur d'encadrement

Milieu Naturel	Milieu Artificiel
IE1	IE1
6m	6m
IE2 si DP MEF1	IE2 si accord du DB *
20m	20m
MEF1	MEF1
30m	30m
MEF2	MEF2

— LES EQUIVALENCES AVEC LES ANCIENS BREVETS

Les cartes de brevets F.F.E.S.S.M. délivrées avant le 01/06/2017 sont reconnues comme équivalentes suivant le tableau ci-dessous :

Dénomination avant le 01/06/2017	Dénomination après le 01/06/2017
Apnéistes niveau 1 (A1)	PASS' Apnéiste
Apnéistes niveau 2 (A2)	Apnéiste Piscine
Apnéistes niveau 3 (A3)	Apnéiste Confirmé en Eau Libre
Apnéistes niveau 4 (A4)	Apnéiste Expert en Eau Libre

— LISTE DES MODIFICATIONS

Juillet 2026

- Nouvelle mise en page