

### PROFIL GENERAL

Le plongeur Niveau 3 (N3) est capable de réaliser des plongées d'exploration en autonomie :

- Jusqu'à 40 m de profondeur, au sein d'une palanquée, en autonomie, sans Guide de Palanquée (GP), pour des plongeurs ayant, au minimum, les mêmes compétences, sans présence d'un Directeur de Plongée (DP) sur le site.
- Jusqu'à 60 m de profondeur, au sein d'une palanquée, en autonomie, sans Guide de Palanquée (GP), pour des plongeurs ayant, au minimum, les mêmes compétences, et en présence d'un Directeur de Plongée (DP) sur le site qui donne les consignes relatives au déroulement de la plongée.

Ces plongées sont réalisées dans le cadre d'une organisation sécurisée, mise en place par un Directeur de Plongée (DP), selon les règles définies par le Code du Sport (CdS).

Ce plongeur :

- Est autonome pour s'équiper, s'immerger, s'équilibrer, évoluer et s'orienter.
- Sait prévenir pour lui-même les incidents de plongée.
- Sait recevoir ou fournir de l'aide à un équipier en cas de difficulté.
- Sait appliquer individuellement et collectivement les consignes données par le Directeur de Plongée (DP).
- Sait choisir un site de plongée.

Cette certification est le niveau de plongeur minimum requis pour accéder au brevet de Guide de Palanquée.

### CONDITIONS D'ACCES A LA FORMATION

- Etre âgé de 18 ans au moins à la date de délivrance.
- Etre titulaire du brevet de plongeur Niveau 2 (N2) de la FFESSM ou d'une certification dont les aptitudes sont jugées équivalentes pour débiter la formation.
- Etre titulaire du RIFA Plongée FFESSM à la date de délivrance.

### REGLES D'ORGANISATION ET DE DELIVRANCE

L'ensemble des conditions de réalisation des certifications de la FFESSM est défini dans les « Règles générales de formation et délivrance des certifications de la FFESSM ».

Le brevet de plongeur Niveau 3 (N3) est délivré 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 commerciale agréée.
- Par un encadrant E3 (licencié) minimum.

Les compétences doivent être obtenues en milieu naturel (mer, lac, carrière, etc...) à l'exclusion des piscines et fosses de plongée, quelle qu'en soit la profondeur.

L'enseignement et la validation des compétences s'effectue dans l'espace 0 - 40 m par un E3 minimum. Conformément à l'article A. 322-86 du Code du Sport, un plongeur en cours de formation technique peut évoluer dans l'espace de 0 à 60 m sous la responsabilité d'un E4.

L'accoutumance à la profondeur doit être progressive.

### CONTENU DE LA FORMATION - COMPETENCES

A l'issue d'une formation progressive et adaptée, le plongeur Niveau 3 (N3) possède les compétences suivantes :

- C1 : PLANIFIER ET ORGANISER LA PLONGEE EN AUTONOMIE
- C2 : MAITRISER, ADAPTER L'EVOLUTION EN IMMERSION
- C3 : PARTICIPER A LA SECURITE DES EQUIPIERS
- C4 : CONNAITRE ET RESPECTER L'ENVIRONNEMENT MARIN
- C5 : CHOISIR UN SITE DE PLONGEE
- C6 : CONNAISSANCES EN APPUI DES COMPETENCES

L'accoutumance progressive à la plongée profonde est un élément important de sécurité.

### Compétence 1 : PLANIFIER ET ORGANISER LA PLONGEE EN AUTONOMIE

Savoirs/Savoir-faire/Savoir être	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
Evaluer les caractéristiques du site et les conditions de plongée.	Comprend la topographie du site et les conditions de plongée à partir des éléments donnés par le DP et à partir de sa propre analyse du site. Partage cette analyse avec ses équipiers.	Le plongeur N3 doit s'appropriier les informations fournies par le DP et utiliser sa propre connaissance ou observation du site.
S'approprier et respecter les directives du DP.	Comprend les directives du DP, notamment les paramètres définissant zone et conditions d'évolution. Interroge le DP en cas de doute ou exprime des souhaits de plonger différemment. Informe le DP de tout élément nécessaire à sa connaissance tels que plongée récente, méforme, souci de santé, problème matériel, etc... Suit les directives finales du DP pour préparer la plongée avec les équipiers.	Utiliser la reformulation, par les équipiers, des consignes reçues.
S'intéresser au profil des équipiers : expérience, équipement et attentes de chaque membre de la palanquée.	Dialogue avec ses équipiers sur ces sujets et se concertent avec eux. S'assure de connaître l'utilisation de l'équipement des équipiers (gilet, outils de décompression, etc...).	
Prévoir les différentes phases de la plongée : procédures d'immersion, descente et remontée, et prévoir les variantes utiles (dans le respect des directives du DP).	Elabore avec ses équipiers le profil prévu de la plongée. Prévoit les adaptations éventuelles selon les conditions variables possibles. Définit avec ses équipiers le protocole de décompression de la palanquée retenu en fonction des outils en présence. Détermine et vérifie l'autonomie en air nécessaire en fonction de la plongée prévue.	Le plongeur N3 doit connaître la nature des informations à donner et à recueillir pour planifier la plongée selon les différents types d'outils de décompression des membres de la palanquée, la saturation et majoration initiale des plongeurs, le choix de la gestion de la plongée (sans palier ou avec une durée limite de paliers, etc...)  Les décisions sont prises collectivement.

### Compétence 2 : MAITRISER, ADAPTER L'EVOLUTION EN IMMERSION

Savoirs/Savoir-faire/Savoir être	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
<p>Tant en surface qu'en immersion :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utiliser le milieu pour se diriger.</li> <li>- Utiliser les instruments.</li> </ul>	<p>Imagine et mémorise la topographie du site avant l'immersion.</p> <p>Situe les points remarquables les uns par rapport aux autres et leurs caractéristiques : le support surface, le mouillage, le ou les points particuliers du parcours prévu, etc...</p> <p>Maîtrise le parcours effectué en utilisant (selon le cas) les éléments du relief, l'incidence de la lumière, le courant, etc...</p> <p>Maîtrise la direction d'un déplacement en utilisant un instrument d'orientation.</p>	<p><i>Technique(s) : orientation sans instrument et avec instrument.</i></p> <p>Le plongeur N3 doit savoir « trouver son chemin » pour atteindre la ou les zones d'intérêt pendant la plongée et retrouver le « mouillage ». Il doit savoir à tout moment approximativement où il se trouve sur le site et rester maître de l'itinéraire.</p> <p>Le plongeur N3 doit pouvoir maîtriser son cheminement avant tout à l'aide d'éléments naturels. L'usage d'instruments doit être enseigné comme complément lors de situations où les repères naturels ne suffisent pas ou sont absents.</p>

### Compétence 2 : MAITRISER, ADAPTER L'EVOLUTION EN IMMERSION (suite)

Savoirs/Savoir-faire/Savoir être	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
<p>Respecter des pratiques de plongée et des procédures d'évolution en immersion sécurisantes.</p>	<p>Garde une attention sur ses équipiers, communique avec eux régulièrement et chaque fois que nécessaire.</p> <p>Surveille régulièrement ses équipiers et les informe de l'atteinte des paramètres prédéfinis sur le plan de l'autonomie en air et de la décompression.</p> <p>Respecte les paramètres d'immersion donnés par le DP.</p> <p>Assure et contribue au maintien de la cohésion de la palanquée (position/distance) selon les conditions rencontrées.</p> <p>Respecte les procédures de décompression (vitesses de remontée, paliers, cohésion de la palanquée).</p> <p>Evite les profils de plongée « à risques » (plongée « inversée », « yoyo », plongées répétitives, etc...).</p> <p>Informe le support surface de l'exécution de paliers en pleine eau avec un « parachute ».</p> <p>Rejoint la surface en respectant un arrêt et un tour d'horizon de sécurité à 3 m.</p>	<p><i>Technique(s) : tour d'horizon ; contrôle du gilet à la remontée ; équilibrage au gilet en surface.</i></p> <p>Les « pratiques » évoquées sont celles qui correspondent aux comportements et procédures en situation normale de plongée (hors incident).</p>

### Compétence 3 : PARTICIPER A LA SECURITE DES EQUIPIERS

Savoirs/Savoir-faire/Savoir être	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
Se préparer à prévenir les risques avant l'immersion.	Connaît les mesures de prévention des incidents ou accidents courants et les procédures de sécurité à appliquer (prévention des principaux accidents, règle en cas de perte de la palanquée, remontée lente, rapide, paliers interrompus, etc...).	Au fur et à mesure de sa formation, le plongeur N3 doit assimiler les règles de sécurité qu'il est susceptible d'appliquer.
Identifier les situations susceptibles de générer des situations anormales et des demandes d'aide des équipiers.	Réagit sans délai au signe conventionnel d'un équipier indiquant une difficulté (panne d'air, narcose, essoufflement, froid, fatigue, etc...). Connaît les signes visibles potentiels chez un plongeur en difficulté, en l'absence de signe conventionnel (ventilation, agitation, état d'absence, inconscience, etc...).	<i>Technique(s) : signes de communication, assistance évolutive.</i> Le plongeur N3 doit connaître les signes et les comportements nécessitant l'assistance d'un équipier tout en assurant sa propre sécurité.
Intervenir pour un équipier en difficulté.	Réagit sans délai à un signe ou à un comportement nécessitant une intervention.  Pour toute intervention, assure autant que possible le maintien de l'immersion avant une éventuelle remontée (pleine eau, plongeur non équilibré, etc...).	<i>Technique(s) : respiration sur détendeur de secours, respiration à deux sur un embout (simulation) ; remontée contrôlée d'un plongeur aux gilets.</i> Les éléments importants sont la promptitude et la pertinence de la réaction, l'exécution rapide de mesures (stabilisation) évitant la descente de la palanquée suivies d'un enclenchement sans délai de la remontée lorsqu'elle est nécessaire.
Continu page suivante	Continu page suivante	Continu page suivante

### Compétence 3 : PARTICIPER A LA SECURITE DES EQUIPIERS (suite)

Savoirs/Savoir-faire/Savoir être	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
<p>Nota :</p> <p>Le comportement à adopter lorsqu'un plongeur est observateur d'un équipier prenant en charge un autre équipier en difficulté doit être perfectionné : être prêt à apporter une aide sans gêner, suivre la palanquée dans sa remontée et se mettre dans le champ de vision du plongeur apportant une assistance, etc....</p>	<p>Apporte l'aide immédiatement nécessaire selon la situation avant d'entamer la remontée (lorsqu'elle est nécessaire) :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fournit une source d'air en cas de panne d'air (tous les échanges se font en simulation).</li> <li>- Fait cesser tout effort en cas d'essoufflement.</li> <li>- Apporte une aide adaptée dans les autres cas (crampe, malaise, douleurs, inconscience, etc...).</li> </ul> <p>Lorsqu'une remontée vers la surface est nécessaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prend l'initiative et le contrôle de la remontée.</li> <li>- Surveille régulièrement le plongeur pris en charge, et est attentif aux autres équipiers éventuels.</li> <li>- Incite le plongeur en difficulté à participer aux actions nécessaires à la maîtrise de la remontée de l'équipe si son état le permet, exécute ces actions dans le cas contraire.</li> <li>- Utilise les gilets de stabilisation comme moyen de remontée.</li> <li>- Réalise une procédure de décompression et d'arrivée en surface compatible avec l'urgence de la situation et la préservation de la sécurité.</li> <li>- Signale au support surface l'état de la situation.</li> <li>- Sécurise en surface le plongeur en difficulté en attendant l'intervention du support.</li> <li>- Participe à la sortie de l'eau du plongeur en difficulté.</li> </ul>	<p>Les actions permettant au plongeur en difficulté de retrouver une ventilation normale sont une priorité.</p> <p>La fourniture d'air doit être préférentiellement assurée avec un deuxième détendeur. L'échange d'embout est un palliatif ou un moyen en attendant la disponibilité d'un deuxième détendeur.</p> <p>Le palmage peut être utilisé :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pour agir sur la position d'évolution lors de la remontée.</li> <li>- Dans les premiers instants de l'intervention, pour éviter à la palanquée de couler, en précisant que l'effort correspondant doit être contrôlé, rapidement arrêté et remplacé par l'utilisation des gilets.</li> </ul> <p>Aucun gilet ne doit être purgé avant d'avoir acquis une vitesse de remontée.</p> <p>La vitesse de remontée peut être légèrement supérieure aux vitesses variables des différents outils de décompression, en fonction de la profondeur, et tout au long de la remontée. L'arrivée en surface doit se faire en sécurité, précédée d'un arrêt et d'un tour d'horizon entre 5 et 3 m de profondeur.</p>

### Compétence 4 : CHOISIR UN SITE DE PLONGEE

Savoirs/Savoir-faire/Savoir être	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
<p>Prendre en compte :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'expérience de plongée des équipiers de la palanquée (niveau effectif, plongées), le nombre de plongeurs, les attentes, les équipements, les outils de décompression.</li> <li>- Le type de support surface (navire).</li> </ul>	<p>Recueille ces informations, analyse ce contexte et prévoit un site approprié.</p>	<p>Carnet de plongée, cartes, passeport, dernières plongées, etc....</p>
<p>Recueillir les informations relatives au site et au trajet pour le rejoindre et revenir : localisation, durée du trajet, topographie, courants réguliers ou potentiels, état de la mer, météo prévue.</p> <p>Retenir un site de plongée adapté à l'expérience des équipiers, aux conditions météorologiques et aux conditions de pratique.</p>	<p>S'informe sur les sites accessibles et autorisés à partir de cartes marines, de bulletins météo, l'annuaire des marées et auprès de personnes pouvant les connaître ou qui les connaissent (affaires maritimes, pilote du bateau par exemple) : profondeurs accessibles, points d'intérêt (tombant, sec, épave, etc...) vents dominants, courants éventuels, état de la mer habituel, durée du trajet A/R, possibilité de mouillage, fréquentation du site, etc...</p>	<p>Il s'agit de connaître la nature des informations nécessaires et les exploiter de façon pertinente.</p>
<p>Analyser les conditions environnementales sur site.</p>	<p>Analyser les conditions environnementales sur site.</p>	<p>Il s'agit, sur site, de vérifier la faisabilité de la plongée prévue : conditions réelles sur site, nombre de plongeurs, équipements individuels, collectifs et de sécurité disponibles.</p>



### Compétence 4 : CHOISIR UN SITE DE PLONGEE (suite)

Savoirs/Savoir-faire/Savoir être	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
<p>Planifier et organiser la plongée en l'absence d'un DP.</p>	<p>Elabore avec ses équipiers la fiche de sécurité et les paramètres de plongée.            Prévoit les adaptations éventuelles selon les conditions variables possibles.            Définit avec ses équipiers le protocole de décompression de la palanquée retenu en fonction des outils en présence.            Détermine et vérifie l'autonomie en air nécessaire en fonction de la plongée prévue.            Applique les procédures du plan de secours, remplit la fiche d'évacuation.</p>	<p>Le plongeur N3 doit connaître ces différentes procédures et les appliquer sans difficulté ni stress.             Les décisions sont prises collectivement.</p>

### Compétence 5 : CONNAITRE ET RESPECTER L'ENVIRONNEMENT MARIN

Savoirs/Savoir-faire/Savoir être	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
Évaluer en limitant son impact sur le milieu.	Gère ses instruments source de perturbations (lumière, bruit, bulles, etc...).	Acquis N2 à perfectionner. Il s'agit de savoir explorer dans le respect du milieu, en l'absence de GP.
Développer sa capacité d'observation.	Identifie quelques traces et indices de présence animale. Connaît les grandes caractéristiques des principaux milieux explorés (pleine eau, fonds rocheux, fond sableux, herbiers, récifs coralliens, coralligène). Connaît le comportement des espèces rencontrées. Partage ses observations avec les autres membres de la palanquée.	Il s'agit d'approfondir les connaissances acquises au N2 afin d'améliorer les capacités à repérer les espèces dans leur milieu.
Connaître la charte internationale du plongeur responsable.	Applique les gestes et attitudes décrits dans la charte.	Il s'agit de sensibiliser le plongeur aux conséquences environnementales de la production de déchets, de la consommation des ressources naturelles, comme les espèces en danger ou l'eau douce. et développer chez lui un comportement responsable.
Connaître et identifier les grands groupes d'animaux et de végétaux à partir de critères morphologiques.	Identifie, décrit et nomme des représentants des principaux groupes d'animaux et de végétaux subaquatiques rencontrés.	Se limiter aux clés de détermination, la classification phylogénétique est hors sujet. L'usage du latin est réservé aux espèces ne possédant pas de noms communs.

### Compétence 6 : CONNAISSANCES EN APPUI DES COMPETENCES

Savoirs	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
Rôles, montage, vérifications, entretien courant, règles d'hygiène et réglementation éventuelle de l'équipement individuel du plongeur	S'équipe et monte son matériel sans erreur. Règle correctement le matériel, teste son fonctionnement (détendeurs, gilet). Identifie les dysfonctionnements et le matériel hors d'état et le signale.	L'approche doit rester pragmatique et orientée « utilisateur ».
Réglementation relative à l'activité.	Cite les différents éléments mentionnés dans la colonne suivante sans erreur et de manière exhaustive.	Prérogatives liées à la certification N3. Documents, matériel de secours, armement bateau nécessaires à la pratique de la plongée. Rôle et intérêt du carnet et passeport de plongée. Le cadre fédéral.
Notions physiques simples permettant de comprendre les effets du milieu, les principes de fonctionnement du matériel, de calculer une autonomie en air ou une flottabilité.	Utilise ces notions lors de la mise en œuvre des connaissances ci-dessus.	Rester à des notions de physique utiles et correspondant à la réalité de la pratique.
Causes, symptômes, prévention et conduite à tenir pour l'ensemble incidents, accidents et risques pouvant survenir dans le cadre de l'autonomie.	Utilise ces connaissances en pratique de façon pertinente. Cite ces différents éléments sans erreur et de manière exhaustive.	Le plongeur N3 n'a pas à connaître les mécanismes fins ni les traitements qui suivront.

### Compétence 6 : CONNAISSANCES EN APPUI DES COMPETENCES (suite)

Savoirs	Critères de réalisation	Techniques/Commentaires/Limites
Outils et procédures de décompression, autonomie et planification d'une plongée.	<p>Sait utiliser une table de plongée pour les conditions correspondant à la pratique : plongées simples, consécutives, successives, procédures de remontées anormales (lente, rapide, paliers interrompus).</p> <p>Cite les principales caractéristiques des différents outils (tables, ordinateur), les principes d'utilisation et de mise en œuvre en pratique.</p> <p>Calcule une consommation suivant la profondeur, calcule une quantité d'air disponible et l'autonomie résultante.</p> <p>Détermine des paramètres de plongée préservant des marges en gaz respirable.</p>	<p>Les problèmes de plongée doivent être réalistes.</p> <p>L'exactitude du raisonnement et du résultat sont importants, la rapidité est un critère secondaire.</p> <p>Une information sur la plongée Nitrox et la plongée en altitude peut être donnée (sans réalisation de problèmes).</p>

Nota : les critères de réalisation de la compétence 6 sont rappelés pour mémoire. Ils sont à vérifier lors de la mise en œuvre des compétences pour lesquelles ces connaissances sont mobilisées.

**MODIFICATIONS MFT  
PLONGEUR NIVEAU 3 (N3)**

Nouvelles mise en pages.

**MODIFICATIONS MEMENTO ASSOCIE  
Plongée en autonomie à 60 m avec DP et 40 m sans DP  
Brevet de plongeur Niveau 3 (N3)**

Nouveau document.