FÉDÉRATION
FRANÇAISE
D'ÉTUDES ET
DE SPORTS
SOUS-MARINS

FFESSM
TECHNIQUE

MANUEL DE FORMATION TECHNIQUE

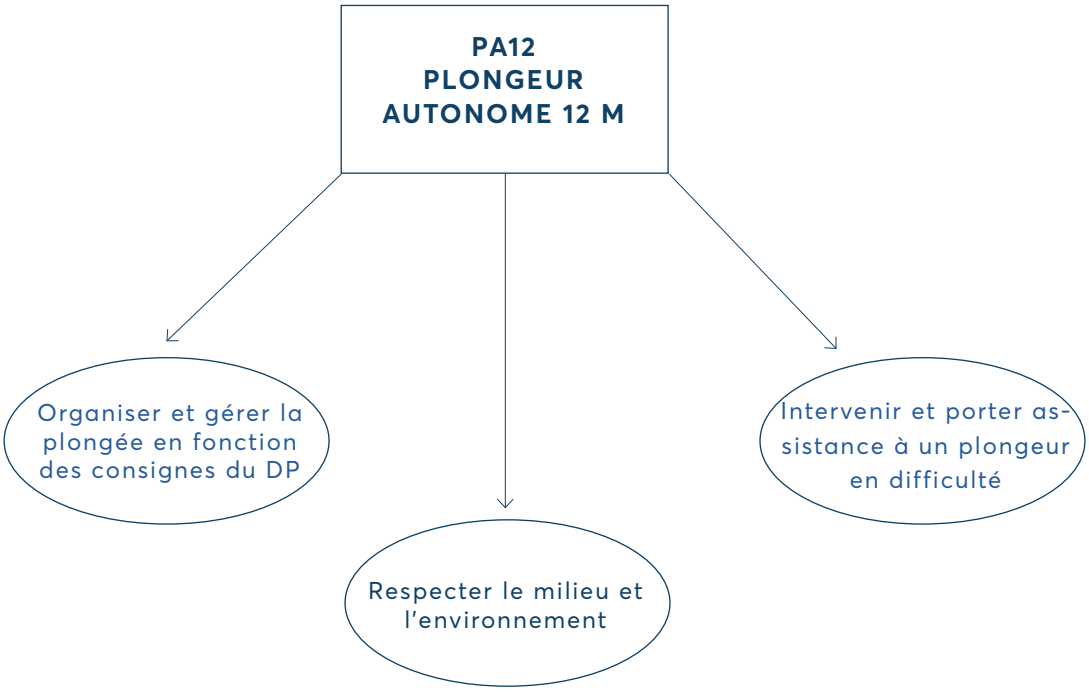
QUALIFICATION PLONGEUR AUTONOME 12 M

PA12

COMMISSION
TECHNIQUE NATIONALE

FFESSM

VERSION **MAI 2026**


PA12
PLONGEUR
AUTONOME 12 M
Organiser et gérer la plongée en fonction des consignes du DP
Respecter le milieu et l'environnement
Intervenir et porter assistance à un plongeur en difficulté

PRÉROGATIVES

Le plongeur titulaire de la qualification Plongeur Autonome 12 m (PA12) est capable de réaliser des plongées d'exploration jusqu'à 12 m de profondeur, au sein d'une palanquée, en autonomie, sans guide de palanquée (GP), avec un ou deux équipiers ayant au minimum les mêmes compétences.

A partir de 16 ans, les plongeurs justifiant des aptitudes PA12 sont, sur décision du directeur de plongée (DP), autorisés à évoluer en autonomie dans l'espace 0-12 m aux conditions suivantes :

- Présenter une autorisation éclairée du responsable légal pour cette pratique en autonomie
- Effectuer une information aux membres de la palanquée de la présence d'un mineur.

Ces plongées sont réalisées dans le cadre d'une organisation sécurisée, mise en place par un directeur de plongée (DP), présent sur le site qui donne les consignes relatives au déroulement de la plongée selon les règles définies par le Code du Sport (CdS).

CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

- Être âgé de 15 ans au moins à la date d'entrée en formation et de délivrance de la qualification.
- Être titulaire de la licence fédérale en cours de validité.
- Être titulaire du niveau 1 (N1) de la FFESSM ou d'une certification dont les aptitudes sont jugées équivalentes pour débuter la formation et avoir réalisé au moins quatre plongées attestées en milieu naturel.
- Présenter un certificat d'absence de contre-indication à la plongée conforme à la réglementation fédérale en vigueur, se référer au chapitre « généralités » du manuel de formation.

RÈGLES D'ORGANISATION ET DE DÉLIVRANCE

L'ensemble des conditions de réalisation des certifications de la FFESSM est défini dans les règles générales des certifications de la FFESSM.

La qualification PA12 est délivrée au niveau d'un club affilié ou d'une structure commerciale agréée par un encadrant licencié au minimum E3 FFESSM ou associé, ou BEES1, ou DEJEPS, sous la responsabilité du président du club ou du responsable de la structure commerciale agréée.

L'ensemble des compétences doit être acquis dans un délai de 15 mois à compter de la délivrance de la première compétence.

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

L'enseignement des compétences s'effectuent dans l'espace de 0 à 12 m par un encadrant licencié au minimum E2. L'accoutumance à la profondeur doit être progressive. L'évaluation des compétences se fait entre 10 et 12 m.

PA12

— ORGANISER ET GÉRER LA PLONGÉE EN FONCTION DES CONSIGNES DU DP

Compétence attendue — Le plongeur est capable d'organiser sa plongée en autonomie avec ses équipiers en respectant les consignes du directeur de plongée (DP).

1 — Technique	
Compréhension et application des directives du DP	Identification sans difficulté des consignes de durée et de profondeur ainsi que des conditions de fin de plongée (pression du bloc, sortie de l'eau, ...). En concertation avec ses équipiers, détermination du protocole de contrôle des consommations.
Compréhension de la topologie du site de plongée, orientation	Compréhension de la topographie du site ainsi que des repères à utiliser pour l'orientation.
Gestion de son matériel et prise de connaissance du matériel des équipiers	Capacité à s'équiper, réglage du matériel et vérification du bon fonctionnement. Prise d'informations sur le fonctionnement du matériel de ses équipiers (gilet, outil de gestion des paramètres de plongée, ...). Capacité à utiliser un parachute.

2 — Comportement

Le plongeur a le souci de la gestion collective de la plongée et de l'importance du respect des paramètres définis par le DP. Il s'attache au respect du cadre réglementaire.
Il prend en compte l'expérience de ses équipiers. En immersion, il porte une attention constante au bon déroulement de la plongée.

3 — Théorie

Réglementation relative aux espaces d'évolution, à la plongée en autonomie et à la responsabilité.
Respect des directives du directeur de plongée.
Connaissance des différents moyens de gestion des paramètres de la plongée : durée, profondeur, vitesse de remontée.
Une information sur les risques de barotraumatismes est délivrée en mettant l'accent sur la prévention.

Modalités d'évaluation :

Le contrôle se fait en cours de formation, avec le souci de faire varier les situations concrètes d'évaluation et d'en conserver la dimension pratique.
Procédures de désaturation : à partir de son ordinateur, analyser des situations concrètes et réagir en conséquence.

— RESPECTER LE MILIEU ET L'ENVIRONNEMENT

Compétence attendue — Le plongeur adopte une attitude éco-responsable, il évolue dans le respect de l'environnement subaquatique et avec la connaissance du milieu.

1 — Technique

Aisance aquatique	Réalisation de déplacements équilibrés, sans appui, avec un palmage et une stabilisation maîtrisés.

2 — Comportement

Le plongeur évolue en limitant son impact sur l'environnement. Il adopte une attitude respectueuse à l'égard de la faune et de la flore : il limite l'éclairage et les nuisances sonores, il est le plus discret possible, il refuse le nourrissage.
Il développe sa capacité d'observation.

3 — Théorie

Connaissance du milieu (faune et flore courantes, risques et dangers du milieu). Connaissance liée au respect de l'environnement, à l'impact du plongeur sur le milieu (respect de la tranquillité de la faune, absence de dégradation).
Présentation de la Charte internationale du plongeur responsable.

Modalités d'évaluation :

Au cours des plongées en milieu naturel, le comportement respectueux et responsable du plongeur est évalué. Il sait décrire et nommer les animaux et les végétaux les plus fréquemment rencontrés.

PA12

INTERVENIR ET PORTER ASSISTANCE À UN PLONGEUR EN DIFFICULTÉ

Compétence attendue — Le plongeur est capable d'identifier une situation anormale et d'adopter un comportement adapté pour y remédier efficacement.

1 — Technique

Observation, compréhension et réaction face à un incident	Interprétation des signes conventionnels d'un équipier. Réaction aux manifestations observables en l'absence de signe conventionnel (ventilation anormale, agitation, ...). Prise en charge d'un plongeur en difficulté. Si nécessaire, passage de l'octopus, assistance et remontée à l'aide des moyens disponibles (gilet et palmes).

2 — Comportement

La réaction est rapide, sans brutalité, la prise en charge est calme et sécurisante. Le plongeur qui intervient a le souci du confort de l'assisté, il adopte une attitude rassurante.

3 — Théorie

Préventions et conduites à tenir pour l'ensemble des accidents potentiels dans la zone des 12 mètres (barotraumatismes, essoufflement, malaises, ...).

Modalités d'évaluation :

Toutes les situations qui nécessitent une intervention sont travaillées. L'assistance doit être réalisée au moins deux fois intégralement, dans au moins deux situations différentes. Il est attendu une bonne interprétation de la situation, une prise en charge rapide et efficace, un arrêt dans la zone 5 à 3 mètres, et une sortie de l'eau sécurisée.

PA12

CONNAISSANCES THÉORIQUES

Les connaissances des niveaux antérieurs sont considérées comme maîtrisées. L'évaluation peut permettre de vérifier ce point.

1 — Connaissances	2 — Commentaires
Accidents	Prévention et conduite à tenir pour l'ensemble des accidents potentiels dans la zone des 12 mètres (barotraumatismes, essoufflement, malaises, ...).
Procédures de désaturation	Information sur les différents moyens de gestion des paramètres de la plongée (durée, profondeur, vitesse de remontée).
Réglementation	Prérogatives du plongeur, documents pour plonger. Notions liées aux espaces d'évolution, à la plongée en autonomie et à la responsabilité. Respect des directives du directeur de plongée. Présentation de la FFESSM, utilisation du carnet de plongée numérique.
Milieu et environnement	Charte internationale du plongeur responsable, connaissances minimales du milieu subaquatique. Respect du milieu (palmage, stabilisation...).

Modalités d'évaluation :

Les connaissances théoriques sont évaluées à l'oral, lors des mises en situations pratiques. Il n'y a pas d'examen écrit.
L'accent est mis sur la prévention.

PA12

LISTE DES MODIFICATIONS

Juillet 2023 :
- Mise en forme
- Page 3 : Modification des prérogatives pour tenir compte de l'autonomie à 16 ans.

Mai 2024 :
- Page 3 : règles d'organisation et de délivrance (précision sur le niveau minimum de l'encadrant pouvant délivrer la qualification).

Décembre 2025 :
- Page 4 et 7 : précision sur les modalités d'évaluation.

Mai 2026 :
- Page 3 : suppression de l'obligation de justifier du niveau d'entrée uniquement par la présentation d'un diplôme papier. La carte de niveau est également un justificatif valable.