

Deep Diver

Révisions des connaissances – Partie I Feuille des réponses

Note:

Pour évaluer les connaissances des élèves plongeurs, vous pouvez revoir avec eux les Révisions des connaissances, dans leur manuel de l'élève, de préférence avant les séances d'apprentissage des techniques. Enseignez d'une manière prescriptive pour répondre aux questions auxquelles ils ont répondu de façon incorrecte ou incomplète et assurez-vous qu'ils ont compris les erreurs qu'ils ont faites.

1. Enumérez cinq facteurs dont vous devrez tenir compte pour déterminer votre limite de profondeur personnelle.
 1. Les conditions de l'environnement.
 2. Votre forme physique et psychologique.
 3. La durée de l'intervalle de surface – groupe de pression.
 4. La situation géographique.
 5. Les capacités de son binôme.
2. Expliquez comment déterminer si votre équipement convient pour une plongée profonde.

Déterminer si son équipement est en bon état et adapté à la plongée profonde. Détendeur et manomètre révisés tous les ans. Gilet stabilisateur en bon état. Combinaison adaptée aux températures des eaux profondes. S'assurer d'avoir tous les instruments nécessaires, idéalement sur une console.
3. Enumérez cinq pièces d'équipement spécialisé recommandées pour la plongée profonde.
 1. Bout de référence.
 2. Équipement de respiration d'urgence.
 3. Lest supplémentaire.
 4. Lampe de plongée.
 5. Trousse de premiers soins et matériel d'oxygénothérapie.
4. Décrivez les techniques correctes de descente et de remontée pour la plongée profonde, incluant la position respective des binômes, l'estimation de la vitesse de remontée et les procédures de descente/remontée sans référence visuelle.

Si possible, commencer la descente les pieds en premier. Estimer la vitesse de remontée à l'aide du profondimètre et du chronomètre, ou avec un profondimètre digital/ordinateur avec avertisseur sonore de remontée rapide. Sans référence visuelle, descendre/remonter en position pieds vers le bas, faire face à son binôme, contrôler sa vitesse de remontée et ajuster fréquemment sa flottabilité. Faire un palier de sécurité.

5. Expliquez comment éviter les situations de panne d'air imminente et de panne d'air lors d'une plongée profonde.
Contrôler souvent le manomètre immergeable – beaucoup plus souvent que lors d'une plongée moins profonde.
6. Décrivez comment faire un palier de sécurité à 5 mètres avec une référence visuelle (bout, tombant ou pente du fond).
En position verticale, se tenir au pendeur (ou au fond en pente) de telle sorte que la profondeur de 5 mètres soit au niveau de la poitrine. Maintenir une flottabilité nulle ou légèrement négative. Contrôler temps et profondeur. Revérifier le temps de plongée et la profondeur maximale.
7. Décrivez comment prévenir la narcose à l'azote et comment réagir si elle se produit.
Plongez à des profondeurs inférieures. En cas de narcose, remonter avec son binôme à une profondeur moindre jusqu'à ce que les symptômes/signes disparaissent.
8. Enumérez six symptômes et six signes de l'accident de décompression.
- | <i>Symptômes</i> | <i>Signes</i> |
|---|---|
| 1. Une douleur dans les membres, souvent dans les articulations. La douleur peut se déplacer au fil du temps. | 1. Des démangeaisons cutanées |
| 2. Des engourdissements, des picotements ou la paralysie. | 2. La tendance à utiliser un bras, une jambe plus que l'autre ou à se frotter une articulation. |
| 3. Malaises et vertiges. | 3. Une démarche chancelante. |
| 4. Une fatigue ou une faiblesse inhabituelle. | 4. Des quintes de toux. |
| 5. Des démangeaisons cutanées. | 5. La perte de connaissance. |
| 6. Le souffle court. | 6. La perte de conscience. |
9. Quelle est la raison principale pour laquelle les plongeurs sont victimes d'un accident de décompression?
L'erreur du plongeur.
10. Expliquez comment réduire les risques de l'accident de décompression.
En utilisant correctement et avec précision les tables (dont la TPL) et les instruments permettant de contrôler la décompression et en ne plongeant jamais jusqu'à leurs limites.

Plongée Adventure Dive: Plongée profonde

Aperçu

- Révision des connaissances
- Briefing
- Tâche chronométrée en surface
- Assemblage et positionnement de l'équipement d'urgence
- S'équiper
- Contrôle de sécurité pré-plongée (DLBAG)
- Mise à l'eau
- Descente
- Tâche chronométrée au fond
- Comparaisons des profondimètres en profondeur
- Exploration sous-marine guidée (si le temps et la réserve d'air le permettent)
- Remontée – palier de sécurité
- Sortie
- Débriefing
- Enregistrer la plongée – Remplir l'Attestation de formation pratique

Deep Diver

Révisions des connaissances – Partie II Feuille des réponses

Note:

Pour évaluer les connaissances des élèves plongeurs, vous pouvez revoir avec eux les Révisions des connaissances, dans leur manuel de l'élève, de préférence avant les séances d'apprentissage des techniques. Enseignez d'une manière prescriptive pour répondre aux questions auxquelles ils ont répondu de façon incorrecte ou incomplète et assurez-vous qu'ils ont compris les erreurs qu'ils ont faites.

11. Décrivez un objectif valable pour effectuer une plongée profonde:
Explorer une épave, un récif ou d'autres caractéristiques ou des organismes intéressants qui se trouvent uniquement en profondeur.
12. Énoncez cinq directives à respecter lorsqu'on utilise un ordinateur de plongée:
 1. *L'utiliser en tant qu'appareil de non décompression.*
 2. *Ne partagez pas les ordinateurs.*
 3. *Suivre le profil de plongée de l'ordinateur le plus conservateur.*
 4. *Au cas où l'ordinateur tomberait en panne sous l'eau, faites une remontée normale et un palier de sécurité.*
 5. *Ne pas suivre aveuglément les indications de son ordinateur.*
13. Expliquez comment maintenir une flottabilité nulle en plongée profonde.
Être correctement lesté et ajuster sa flottabilité fréquemment, en particulier pendant la remontée.
14. Décrivez deux techniques pour estimer une vitesse de remontée correcte.
Comparer le changement de profondeur avec le temps qui s'écoule, ou bien utiliser un ordinateur de plongée ou un profondimètre qui contrôle la vitesse de remontée.
15. Expliquez ce qu'un plongeur doit faire s'il découvre qu'il a accidentellement omis d'effectuer un palier de décompression d'urgence:
Rester calme. En informer le Divemaster ou son binôme et être attentif aux symptômes de l'accident de décompression. Respirer, si possible, 100 % d'oxygène.

16. Énoncez les cinq recommandations à suivre pour effectuer une plongée profonde en dérive.
1. *Plonger depuis un bateau, si possible.*
 2. *Effectuer, avec son binôme, une coordination étroite de la plongée.*
 3. *Utiliser la même technique de mise à l'eau que son binôme/la palanquée.*
 4. *Tracter un flotteur de surface, si possible.*
 5. *Contrôler attentivement sa réserve d'air et ses limites de non décompression.*
17. Énoncez quatre directives à suivre pour plonger près d'un tombant:
1. *Contrôler sa profondeur.*
 2. *Rester proche du tombant.*
 3. *Éviter d'endommager la vie aquatique qui se trouve sur le tombant.*
 4. *Utiliser le tombant comme référence pour effectuer le palier de sécurité.*
18. Énoncez dix facteurs qui peuvent prédisposer un plongeur à l'accident de décompression.
1. *L'excès de graisse.*
 2. *L'âge.*
 3. *Les exercices physiques intenses.*
 4. *Des blessures et des maladies.*
 5. *La déshydratation.*
 6. *La consommation d'alcool.*
 7. *L'eau froide.*
 8. *Les douches ou les bains chauds immédiatement après une plongée.*
 9. *Une augmentation du taux de dioxyde de carbone.*
 10. *Aller en altitude.*
19. Décrivez les dispositions à prendre si un plongeur est suspecté d'accident de décompression.
- Contactez immédiatement les secours médicaux. Faites allonger le plongeur et donnez-lui, si possible, 100 % d'oxygène. Surveiller en permanence le patient.*
20. Expliquez pourquoi un plongeur suspecté d'accident de décompression ne doit pas retourner sous l'eau.
- La recompression implique généralement une administration d'oxygène, l'ingestion de médicaments ainsi qu'un long traitement sous observation rapprochée du personnel médical, ce qui est impossible à effectuer sous l'eau.*