

## Directives: Choisissez la meilleure réponse parmi le choix proposé.

**Note:** Utilisez le système métrique ou impérial lorsque vous déterminez vos réponses. Répondez uniquement dans le système que vous utilisez. Si votre instructeur vous enseigne la planification des plongées avec un ordinateur, répondez aux questions 1-21; sinon répondez aux 25 questions.

- Quelle est la règle la plus importante en plongée scaphandre?
  - Ne jamais plonger seul.
  - Toujours effectuer un contrôle de sécurité pré plongée.
  - Se mettre en flottabilité positive et se détendre en surface.
  - Respirer continuellement, sans jamais retenir sa respiration.
- Pour éviter que mes oreilles me fassent mal pendant la descente, je dois:
  - équilibrer tôt et souvent.
  - descendre aussi rapidement que possible.
  - expirer de l'air dans mon masque par le nez.
  - toujours descendre la tête en premier.
- Je ne dois pas plonger si j'ai un rhume ou des allergies parce que:
  - je risque de perdre connaissance sans signes précurseurs.
  - je serai plus sensible à la fatigue ou au mal de mer.
  - je risque de ne pas réussir à équilibrer les espaces aériens de mon corps.
  - je consommerai mon air trop vite.
- Si je ne peux pas équilibrer mes oreilles pendant la descente, je dois:
  - continuer à plonger et gérer la douleur.
  - terminer la plongée.
  - nager juste sous la surface pendant toute la durée de la plongée.
  - continuer à remonter légèrement et essayer d'équilibrer jusqu'à ce que je sois en panne d'air.
- Retenir ma respiration en plongée scaphandre peut:
  - provoquer des lésions pulmonaires graves, menaçant la vie.
  - me faire flotter.
  - m'aider à conserver de l'air.
  - provoquer la toxicité de l'oxygène.
- Si je fais trop d'efforts et que j'ai des difficultés à respirer sous l'eau, je dois:
  - gonfler mon gilet et remonter immédiatement en surface.
  - arrêter toute activité et me reposer, me tenir à quelque chose pour m'assister, si possible.
  - nager rapidement en direction de mon binôme et lui faire signe pour qu'il me vienne en aide.
  - faire une remontée d'urgence contrôlée (RUC – nager vers la surface en faisant le son ah-h-h-h continu).
- Pendant une plongée, je n'arrête pas de trembler. Que dois-je faire?
  - Continuer la plongée, mais prévoir une meilleure protection thermique lors de la prochaine plongée.
  - Nager plus rapidement pour me réchauffer.
  - Sortir de l'eau immédiatement, me sécher et chercher à me réchauffer.
  - Sortir de l'eau au moment prévu, mais annuler la plongée suivante.
- La caractéristique la plus importante de mon système de lestage est:
  - la capacité de serrage de la ceinture autour de ma taille.
  - d'avoir suffisamment de lest pour couler rapidement.
  - un système qui empêche les plombs de bouger accidentellement.
  - un système de largage rapide me permettant de larguer suffisamment de lest pour flotter.
- Si je me retrouve séparé de mon binôme sous l'eau, quelle est la procédure générale à suivre?
  - Remonter immédiatement, attendre une minute, puis retourner sous l'eau.
  - Chercher pendant une minute sous l'eau, puis remonter pour retrouver mon binôme.
  - Remonter en surface immédiatement, puis sortir de l'eau.
  - Localiser les bulles de mon binôme et les suivre jusqu'à ce que je retrouve mon binôme.
- Mon binôme et moi-même déterminons un léger courant sur le site de plongée. En règle générale, comment devrions-nous commencer la plongée?
  - En nageant avec le courant.
  - En nageant en travers du courant.
  - En nageant contre ou dans le courant.
  - En plongeant à un certain angle du courant.

11. Mon binôme et moi-même ne pouvons pas revenir au bateau en raison du courant. Que devons-nous faire?
  - Nous mettre en flottabilité positive, faire le signal de détresse, se reposer et attendre que le bateau nous récupère.
  - Descendre et essayer de nager contre le courant en restant proches du fond.
  - Nous mettre en flottabilité positive, faire le signal de détresse, et essayer de nager contre le courant.
  - Essayer de nager contre le courant en restant juste en dessous de la surface.
12. La majorité des blessures provoquées par les animaux aquatiques sont dues au fait que:
  - l'animal cherche à se protéger.
  - l'animal est agressif.
  - l'animal ne voit pas que vous êtes un plongeur.
  - l'animal pense que vous êtes de la nourriture.
13. Si un problème lié à la plongée survient en surface, je dois:
  - me mettre immédiatement en flottabilité positive et m'arrêter, réfléchir, puis agir pour gérer le problème.
  - descendre pour résoudre le problème.
  - enlever mon masque.
  - enlever mon système de lestage et le remettre à mon binôme.
14. Mon binôme me fait le signe de panne d'air. Je dois:
  - donner ma source d'air de secours à mon binôme, puis nous remontons ensemble d'une manière contrôlée.
  - faire signe à mon binôme de faire une remontée d'urgence contrôlée (RUC – remonter vers la surface en faisant un son continu, comme ah-h-h).
  - chercher un autre plongeur pour qu'il partage son air avec mon binôme.
  - faire le signe "on remonte", puis faire une remontée normale.
15. Le risque d'accident de décompression (ADD – des bulles d'azote qui perturbent la circulation sanguine dans le corps après une plongée) augmente si un plongeur:
  - plonge par mauvaise visibilité, dans un fort courant et des mers agitées.
  - est fatigué, a froid, est malade, a soif ou est en excès de poids.
  - plonge avec un équipement qui ne fonctionne pas correctement.
  - effectue seulement une plongée par jour.
16. Pour réduire le risque d'accident de décompression, je dois:
  - remplir mes bouteilles uniquement avec de l'air enrichi.
  - respirer plus lentement que d'habitude.
  - faire un palier de sécurité à 5 mètres/15 pieds à la fin de chaque plongée.
  - remonter à plus faible profondeur si je suis pris de vertiges.
17. La première étape pour utiliser mon ordinateur de plongée est de/d'
  - régler la date et l'heure.
  - lire les instructions du fabricant.
  - le calibrer pour l'air enrichi nitrox.
  - le régler pour l'eau douce ou salée.
18. Je fais deux plongées le même jour et je rentre chez moi en prenant un vol long-courrier. Quel temps minimum recommandé dois-je attendre avant de prendre l'avion?
  - Je n'ai pas à attendre.
  - 48 heures
  - 24 heures
  - 18 heures
19. Pour planifier une plongée, j'utilise le mode Plan de plongée de mon ordinateur (ou tout autre terme utilisé par le fabricant) pour déterminer:
  - la profondeur maximale de la plongée précédente.
  - les limites sans palier pour chaque profondeur (généralement en incréments de 3 mètres/10 pieds).
  - si mon ordinateur est compatible avec celui de mon binôme.
  - les meilleurs réglages pour mon ordinateur de secours.
20. Si je dépasse accidentellement les limites sans palier de mon ordinateur, je dois:
  - faire surface immédiatement, respirer de l'oxygène et informer le Divemaster de la situation.
  - remonter immédiatement et faire un palier de sécurité de trois minutes à 5 mètres/15 pieds.
  - faire une décompression en fonction des instructions de mon ordinateur.
  - faire un palier de sécurité aussi long que possible jusqu'à ce que je sois en imminence de panne d'air.
21. La plupart des plongeurs commencent à ressentir les effets de la narcose au gaz à une profondeur d'environ:
  - 10 mètres/30 pieds
  - 20 mètres/60 pieds
  - 30 mètres/100 pieds
  - 40 mètres/130 pieds

**Utilisez soit la version Table de la RDP, soit la eRDPML™**

22. Après une plongée à 12 mètres/40 pieds pendant 60 minutes, le groupe de pression est:
  - N
  - P
  - R
  - T

23. Un groupe de plongeurs Advanced Open Water Divers planifie deux plongées. La première se déroule sur un récif à une profondeur de 22 mètres/80 pieds pendant 20 minutes. Puis, le groupe restera en surface pendant 1 heure. La deuxième plongée sera sur une épave à une profondeur de 18 mètres/60 pieds, où le groupe veut y rester pendant 30 minutes. Quel sera le groupe de pression final après la deuxième plongée?
- K
  - L
  - R
  - S
24. Après une plongée à une profondeur de 18 mètres/60 pieds pendant 23 minutes, suivie par un intervalle de surface de 40 minutes, quel est le temps de plongée maximum autorisé pour la deuxième plongée à 18 mètres/60 pieds?
- 14 minutes
  - 15 minutes
  - 41 minutes
  - 38 minutes
25. Une équipe planifie de faire deux plongées: La première à 18 mètres/60 pieds pendant 49 minutes et la deuxième à 18 mètres/60 pieds pendant 24 minutes. Combien de temps doivent-ils rester en surface (intervalle de surface minimum) pour faire ces deux plongées en toute sécurité?
- 26 minutes
  - 32 minutes
  - 54 minutes
  - 59 minutes

**Déclaration du eLearner:** J'ai reçu des explications pour toutes mes réponses incorrectes et je comprends maintenant mes erreurs.

Signature \_\_\_\_\_

Date \_\_\_\_\_

# Révision rapide – RÉPONSES

## Directives: Choisissez la meilleure réponse parmi le choix proposé.

**Note :** Utilisez le système métrique ou impérial lorsque vous déterminez vos réponses. Répondez uniquement dans le système que vous utilisez. Si votre instructeur vous enseigne la planification des plongées avec ordinateur, répondez aux questions 1-21; sinon répondez aux 25 questions.

- Quelle est la règle la plus importante en plongée scaphandre?
  - Ne jamais plonger seul.
  - Toujours effectuer un contrôle de sécurité pré plongée.
  - Se mettre en flottabilité positive et se détendre en surface.
  - Respirer continuellement, sans jamais retenir sa respiration.
- Pour éviter que mes oreilles me fassent mal pendant la descente, je dois:
  - équilibrer tôt et souvent.
  - descendre aussi rapidement que possible.
  - expirer de l'air dans mon masque par le nez.
  - toujours descendre la tête en premier.
- Je ne dois pas plonger si j'ai un rhume ou des allergies parce que:
  - je risque de perdre connaissance sans signes précurseurs.
  - je serai plus sensible à la fatigue ou au mal de mer.
  - je risque de ne pas réussir à équilibrer les espaces aériens de mon corps.
  - je consommerai mon air trop vite.
- Si je ne peux pas équilibrer mes oreilles pendant la descente, je dois:
  - continuer à plonger et gérer la douleur.
  - terminer la plongée.
  - nager juste sous la surface pendant toute la durée de la plongée.
  - continuer à remonter légèrement et essayer d'équilibrer jusqu'à ce que je sois en panne d'air.
- Retenir ma respiration en plongée scaphandre peut:
  - provoquer des lésions pulmonaires graves, menaçant la vie.
  - me faire flotter.
  - m'aider à conserver de l'air.
  - provoquer la toxicité de l'oxygène.
- Si je fais trop d'efforts et que j'ai des difficultés à respirer sous l'eau, je dois:
  - gonfler mon gilet et remonter immédiatement en surface.
  - arrêter toute activité et me reposer, me tenir à quelque chose pour m'assister, si possible.
  - nager rapidement en direction de mon binôme et lui faire signe pour qu'il me vienne en aide.
  - faire une remontée d'urgence contrôlée (RUC – nager vers la surface en faisant le son ah-h-h-h continu).
- Pendant une plongée, je n'arrête pas de trembler. Que dois-je faire?
  - Continuer la plongée, mais prévoir une meilleure protection thermique lors de la prochaine plongée.
  - Nager plus rapidement pour me réchauffer.
  - Sortir de l'eau immédiatement, me sécher et chercher à me réchauffer.
  - Sortir de l'eau au moment prévu, mais annuler la plongée suivante.
- La caractéristique la plus importante de mon système de lestage est:
  - la capacité de serrage de la ceinture autour de ma taille.
  - d'avoir suffisamment de lest pour couler rapidement.
  - un système qui empêche les plombs de bouger accidentellement.
  - un système de largage rapide me permettant de larguer suffisamment de lest en cas d'urgence.
- Si je me retrouve séparé de mon binôme sous l'eau, quelle est la procédure générale à suivre?
  - Remonter immédiatement, attendre une minute, puis retourner sous l'eau.
  - Chercher pendant une minute sous l'eau, puis remonter pour retrouver mon binôme.
  - Remonter en surface immédiatement, puis sortir de l'eau.
  - Localiser les bulles de mon binôme et les suivre jusqu'à ce que je retrouve mon binôme.
- Mon binôme et moi-même déterminons un léger courant sur le site de plongée. En règle générale, comment devrions-nous commencer la plongée?
  - En nageant avec le courant.
  - En nageant en travers du courant.
  - En nageant contre ou dans le courant.
  - En plongeant à un certain angle du courant.

11. Mon binôme et moi-même ne pouvons pas revenir au bateau en raison du courant. Que devons-nous faire?
- Nous mettre en flottabilité positive, faire le signal de détresse, se reposer et attendre que le bateau nous récupère.
  - Descendre et essayer de nager contre le courant en restant proches du fond.
  - Nous mettre en flottabilité positive, faire le signal de détresse, et essayer de nager contre le courant.
  - Essayer de nager contre le courant en restant juste en dessous de la surface.
12. La majorité des blessures provoquées par les animaux aquatiques sont dues au fait que:
- l'animal cherche à se protéger.
  - l'animal est agressif.
  - l'animal ne voit pas que vous êtes un plongeur.
  - l'animal pense que vous êtes de la nourriture.
13. Si un problème lié à la plongée survient en surface, je dois:
- me mettre immédiatement en flottabilité positive et m'arrêter, réfléchir, puis agir pour gérer le problème.
  - descendre pour résoudre le problème.
  - enlever mon masque.
  - enlever mon système de lestage et le remettre à mon binôme.
14. Mon binôme me fait le signe de panne d'air. Je dois:
- donner ma source d'air de secours à mon binôme, puis nous remontons ensemble d'une manière contrôlée.
  - faire signe à mon binôme de faire une remontée d'urgence contrôlée (RUC – remonter vers la surface en faisant un son continu, comme ah-h-h).
  - chercher un autre plongeur pour qu'il partage son air avec mon binôme.
  - faire le signe «on remonte», puis faire une remontée normale.
15. Le risque d'accident de décompression (ADD – des bulles d'azote qui perturbent la circulation sanguine dans le corps après une plongée) augmente si un plongeur:
- plonge par mauvaise visibilité, dans un fort courant et des mers agitées.
  - est fatigué, a froid, est malade, a soif ou est en excès de poids.
  - plonge avec un équipement qui ne fonctionne pas correctement.
  - effectue seulement une plongée par jour.
16. Pour réduire le risque d'accident de décompression, je dois:
- remplir mes bouteilles uniquement avec de l'air enrichi.
  - respirer plus lentement que d'habitude.
  - faire un palier de sécurité à 5 mètres/15 pieds à la fin de chaque plongée.
  - remonter à plus faible profondeur si je suis pris de vertiges.
17. La première étape pour utiliser votre ordinateur de plongée est de/d'
- régler la date et l'heure.
  - lire les instructions du fabricant.
  - le calibrer pour l'air enrichi nitrox.
  - le régler pour l'eau douce ou salée.
18. Je fais deux plongées le même jour et je rentre chez moi en prenant un vol long-courrier. Quel temps minimum recommandé dois-je attendre avant de prendre l'avion?
- Je n'ai pas à attendre.
  - 48 heures
  - 24 heures
  - 18 heures
19. Pour planifier une plongée, j'utilise le mode Plan de plongée de mon ordinateur (ou tout autre terme utilisé par le fabricant) pour déterminer:
- la profondeur maximale de la plongée précédente.
  - les limites sans palier pour chaque profondeur (généralement en incréments de 3 mètres/10 pieds).
  - si mon ordinateur est compatible avec celui de mon binôme.
  - les meilleurs réglages pour mon ordinateur de secours.
20. Si je dépasse accidentellement les limites sans palier de mon ordinateur, je dois:
- faire surface immédiatement, respirer de l'oxygène et informer le Divemaster de la situation.
  - remonter immédiatement et faire un palier de sécurité de trois minutes à 5 mètres/15 pieds.
  - faire une décompression en fonction des instructions de mon ordinateur.
  - faire un palier de sécurité aussi long que possible jusqu'à ce que je sois en imminence de panne d'air.
21. La plupart des plongeurs commencent à ressentir les effets de la narcose au gaz à une profondeur d'environ:
- 10 mètres/30 pieds
  - 20 mètres/60 pieds
  - 30 mètres/100 pieds
  - 40 mètres/130 pieds
- Utilisez soit la version Table de la RDP, soit la eRDPML™**
22. Après une plongée à 12 mètres/40 pieds pendant 60 minutes, le groupe de pression est:
- N
  - P
  - R
  - T

23. Un groupe de plongeurs Advanced Open Water Divers planifie deux plongées. La première se déroule sur un récif à une profondeur de 22 mètres/80 pieds pendant 20 minutes. Puis, le groupe restera en surface pendant 1 heure. La deuxième plongée sera sur une épave à une profondeur de 18 mètres/60 pieds, où le groupe veut y rester pendant 30 minutes. Quel sera le groupe de pression final après la deuxième plongée?
- K
  - L
  - R
  - S
24. Après une plongée à une profondeur de 18 mètres/60 pieds pendant 23 minutes, suivie par un intervalle de surface de 40 minutes, quel est le temps de plongée maximum autorisé pour la deuxième plongée à 18 mètres/60 pieds?
- 14 minutes
  - 15 minutes
  - 41 minutes
  - 38 minutes
25. Une équipe planifie de faire deux plongées: La première à 18 mètres/60 pieds pendant 49 minutes et la deuxième à 18 mètres/60 pieds pendant 24 minutes. Combien de temps doivent-ils rester en surface (intervalle de surface minimum) pour faire ces deux plongées en toute sécurité?
- 26 minutes
  - 32 minutes
  - 54 minutes
  - 59 minutes

**Déclaration du eLearner:** J'ai reçu des explications pour toutes mes réponses incorrectes et je comprends maintenant mes erreurs.

Signature \_\_\_\_\_

Date \_\_\_\_\_