



PREPARATION AU BREVET 1 ETOILE

QUE DEVEZ-VOUS SAVOIR POUR L'EXAMEN THEORIQUE ?

John PECRIAUX
M.C. Lifras et Chef d'école

Version du
13 septembre 2015

3.4.1 Administration

Les candidats doivent connaître les obligations et recommandations en matière administrative du plongeur 1* de la LIFRAS :

- avoir un aperçu des différents brevets décernés à la LIFRAS,
- savoir avec qui et sous quelles conditions un plongeur 1* peut pratiquer la plongée en scaphandre autonome,
- connaître les avantages offerts par une adhésion à un club affilié à la LIFRAS (assurance, reconnaissance internationale des brevets CMAS, reconnaissance par l'EUF : normes NBN, EN et ISO),
- connaître les obligations en matière de visite médicale et de déclaration d'accident lié à la pratique de la plongée en scaphandre autonome.

3.4.2 Matériel

Les candidats doivent connaître les obligations en matière d'équipement du plongeur 1* et avoir un niveau de connaissances suffisant pour utiliser et manipuler l'équipement de plongée suivant :

- masque,
- palmes,
- tuba,
- système de lestage,
- bouteille,
- détendeur fonctionnant à la demande,
- dispositif auxiliaire de respiration (octopus, second détendeur),
- système de stabilisation,
- manomètre,
- moyens permettant de mesurer la profondeur et la durée de la plongée,
- moyen de décompression,
- vêtement de plongée,
- couteau, cisaille, lampe.

3.4.3 Principes physiques régissant la plongée

Les candidats doivent avoir des connaissances de base sur l'influence et les effets des variations de pression, notamment en ce qui concerne :

- la mise en équilibre (ex. au niveau des oreilles et du masque),
- la ventilation (non blocage et effet de la pression sur la consommation d'air),
- la flottabilité et la manière de la contrôler.

3.4.4 Tables et moyens de décompression

Les candidats doivent connaître l'emploi d'une table de décompression dans le cadre des plongées effectuées dans la courbe de non-palier (plongée no-déco) et avoir des notions élémentaires de plongées successives et répétitives.

3.4.5 Organisation de plongée

- savoir comment se comporter en plongée dans le respect des normes de sécurité,
- connaître la notion de binôme,
- connaître les signes de communication en plongée et en surface.

3.4.6 Accidents ou incidences de la pratique de la plongée sur le corps humain

Les candidats doivent avoir des connaissances de base permettant d'éviter les accidents suivants :

- noyade,
- accidents mécaniques à la descente et à la remontée,
- accident de décompression,
- essoufflement,
- accident lié au stress,
- accident lié aux effets de la température sur le plongeur (hypothermie),
- accident lié aux prises de médicaments, drogue et/ou alcool,

Les candidats doivent avoir des notions élémentaires de secourisme : explications simples, concises et démonstration par un moniteur qui permettent au candidat de réagir correctement à des instructions qu'un secouriste peut lui donner en cas d'accident.

3.4.7 Milieu

Les candidats doivent avoir des connaissances de base sur le milieu (général et local), ses effets sur le plongeur et l'impact de la plongée sur l'environnement.

Les connaissances ci-dessous sont celles établies officiellement par la Lifras et elles s'appliquent à tous les clubs de plongée reconnus par elle.

Il s'agit toujours de connaissances de base que les cours vont vous aider à acquérir. Elles sont à la portée de tout qui veut bien leur prêter un minimum d'attention.