



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
D'ÉTUDES ET
DE SPORTS
SOUS-MARINS



MANUEL DE FORMATION APNÉE

CONDITIONS DE PRATIQUES, BREVETS ET QUALIFICATIONS des Moniteurs et Initiateurs Entraîneurs pour APNEISTES EN SITUATION DE HANDICAP

**COMMISSION
APNÉE**

FFESSM

OCOTBRE 2025

ARCHITECTURE GÉNÉRALE

OBSERVATIONS PREALABLES A TOUT ACTE
D'ENSEIGNEMENT

ORGANISATION GÉNÉRALE

CURSUS ENSEIGNANT POUR PRATIQUE EN
SITUATION DE HANDICAP

EH1 APNÉE

EH2 APNÉE

MFEH1 APNÉE

OBSERVATIONS PREALABLES A TOUT ACTE D'ENSEIGNEMENT

Les tests de détermination du handicap pour la pratique de l'apnée :

Tout apnéiste en situation de handicap est considéré en situation de handicap modéré s'il peut réaliser les aptitudes suivantes :

- En surface, être capable de maintenir ses voies aériennes hors de l'eau, sans l'aide d'un tiers.
- Avoir une compréhension des consignes et une communication suffisante.
- Quand l'apnéiste n'a pas d'appui sur le fond, pouvoir simultanément se stabiliser en profondeur et compenser ses oreilles sans l'aide d'un tiers.

Spécifiquement pour le handicap Mental, Psychique et Cognitif, l'enseignant Handisub® pourra utiliser la « boîte à outil EH1 » accessible sur le site Handisub® (handisub.ffessm.fr) pour compléter le test de détermination.

Comme le test de détermination, cette boîte à outils doit être utilisée à chaque fois que les conditions de plongée changent du point de vue humain, comportemental ou environnemental.

Ce test doit être réalisé préalablement à l'immersion. Si le test n'est pas validé, l'apnéiste est considéré en situation de handicap majeur. En cas de doute, un encadrant EH1 peut solliciter l'avis d'un EH2.

Note : un apnéiste pourra être en situation de handicap modéré pour l'une des pratiques (statique, horizontale ou verticale) et en situation de handicap majeure dans une autre.

Par exemple un paraplégique pourra être en situation de handicap modéré en apnée statique et en situation de handicap majeur en apnée verticale, sauf s'il dispose d'une corde pour pouvoir simultanément se stabiliser en profondeur et équilibrer ses oreilles.

ORGANISATION GÉNÉRALE

Les références dans la suite de ce document à "milieu protégé" et "milieu ouvert" sont définies comme suit :

- Milieu protégé" : piscine ou milieu naturel s'y apparentant par ses conditions de visibilité claire, de surface calme, de température d'au moins 25°C, de facilité d'accès (plage, embarcation basse ou munie d'un ascenseur), et de profondeur (2m max)
- "Milieu ouvert" : tout autre milieu de pratique.

Le titulaire d'un EH1 d'une commission particulière peut obtenir la qualification EH1 d'une autre commission en suivant uniquement le module spécifique de cette autre commission, sous réserve de disposer des prérequis d'encadrement (ex : un EH1-Apnée et E1 initiateur Technique peut devenir EH1-Technique en suivant la partie Spécifique Technique d'une formation EH1-Technique).

ENSEIGNANT POUR PRATIQUE EN SITUATION DE HANDICAP MODÉRÉ

IV- ENSEIGNANT EH1-APNÉE

CONDITIONS DE CANDIDATURE

- Être titulaire d'une licence FFESSM en cours de validité.
- Être âgé de 18 ans au moins.
- Être titulaire de la carte RIFA Apnée.
- Être titulaire du niveau IE1-Apnée.
- Contrôle médical : se conformer aux préconisations exposées dans le MFA.

FORMATEURS ET JURY

Les Moniteurs Formateurs MFEH-Apnée sont les formateurs et les évaluateurs des EH1.

L'organisateur doit faire une demande auprès du référent Handisub Régional et du président de la Commission Régionale Apnée au moins 2 mois avant la date de formation. Après validation de la demande, celui-ci déléguera un représentant présent sur toute la durée de la formation. Il sera chargé de vérifier les dossiers des candidats, la conformité de l'ensemble de la formation ; il pourra participer à la formation et à l'évaluation des candidats.

La constitution d'une équipe de formateurs est à privilégier. L'accueil de « personnes ressources » spécialisées dans le handicap est fortement conseillé (spécialistes de la CMPN, spécialistes ou médecins de la FFSA, spécialistes ou médecins de la FFH...).

FORMATION ET ÉVALUATION

Le niveau EH1-Apnée atteste de compétences.

Ces compétences caractéristiques de ce niveau sont les conditions minimales d'accès aux prérogatives définies par la FFESSM, en cohérence avec le Code du Sport.

La durée de la formation est de 3 jours, avec au minimum les séances pratiques suivantes :

- 2 séances minimum en "Milieu protégé" et/ou "Milieu ouvert".
- 2 types de pratiques minimums, parmi Statique, Horizontale, et Verticale.
- Les 3 types de handicaps : handicap moteur, handicap sensoriel et handicap MPC (idéalement en réel, avec possibilité qu'une partie soit simulée par l'encadrement).

PRÉROGATIVES

L'EH1-Apnée est le formateur des Praticiens en Situation de Handicap "modéré", préalablement défini par les tests de détermination.

Un EH1-Apnée peut devenir EH2-Apnée s'il remplit les conditions spécifiées dans le Tronc Commun.

EH1-APNÉE - PÉDAGOGIE THÉORIQUE

Information médicale	Voir document de tronc commun
Réglementation. Voir document de tronc commun Tests de détermination du handicap en plongée (modéré ou majeur). Les cursus PESH-Apnée FFESSM / FFH / FFSA. Cartes de pratiques et compétences proposées.	Principes et réalisations des tests préalables pour la détermination du degré de handicap en plongée en apnée. - Principes du Code du Sport. Limites et adaptations pour l'encadrement des PESH. - Informer sur la place des personnes en situation de handicap dans le nouveau Code du Sport. Définir la notion d'encadrement assisté.

EH1-APNÉE - PÉDAGOGIE PRATIQUE

Voir document de tronc commun	Pratique déclinée à l'apnée
-------------------------------	-----------------------------

Connaissances, savoir-faire et savoir-être	Commentaires et limites
(Voir document de tronc commun).	Pratique déclinée à l'apnée

Organisation des lieux. Aide à l'immersion. Pratique réelle.	- Participation active au stage. - N'enseigner que les éléments nécessaires à la pratique de la plongée pour les PESH à handicap MPC. - Utiliser le bon sens et la simplicité. - Pas de mise en danger du pratiquant. - Pratiquer en sécurité.
Réflexion sur l'organisation d'une séance destinée aux pratiquants en situation de handicap mental, psychique, et cognitif.	- Donner du sens. - Faire réfléchir le groupe « stagiaires/formateurs » sur les situations proposées. - Evaluer une situation plausible. - Éviter la caricature - Chercher à gérer les nouvelles situations. - Peut être une étude de cas concrets. - Prise en charge complète de la situation.

EH1-APNÉE - ORGANISATION D'UN STAGE DE FORMATION

Voir document de tronc commun Être capable d'organiser une formation de « PESH-Apnée ».	- Progression et planification. - Traçabilité.
--	---

ENSEIGNANT POUR PRATIQUE EN SITUATION DE HANDICAP MAJEUR

ENSEIGNANT EH2-APNÉE

CONDITIONS DE CANDIDATURE

Être titulaire d'une licence FFESSM en cours de validité.

- Être âgé de 18 ans au moins.
- Être titulaire de la carte RIFA Apnée.
- Être titulaire du niveau IE2-Apnée.
- Contrôle médical : se conformer aux préconisations exposées dans le MFA.
- Être en possession du EH1-Apnée et avoir validé des qualifications de PESH tel que précisé dans le Tronc Commun Handisub.

FORMATEURS ET JURY

Les Moniteurs Formateurs MFEH-Apnée sont les formateurs et les évaluateurs des EH2-Apnée. L'organisateur doit faire une demande auprès du référent Handisub Régional et du président de la Commission Régionale Apnée au moins 2 mois avant la date de formation. Après validation de la demande, celui-ci délèguera un représentant présent sur toute la durée de la formation. Il sera chargé de vérifier les dossiers des candidats, la conformité de l'ensemble de la formation.

La constitution d'une équipe de formateurs est à privilégier. L'accueil de « personnes ressources » spécialisées dans le handicap est fortement conseillé (spécialistes de la CMPN, spécialistes ou médecins de la FFSA, spécialistes ou médecins de la FFH...).

FORMATION ET ÉVALUATION

Le niveau EH2-Apnée atteste de compétences.

Ces compétences caractéristiques de ce niveau sont les conditions minimales d'accès aux prérogatives définies par la FFESSM, en cohérence avec le Code du Sport.

La durée de la formation est de 4 jours, avec au minimum les séances pratiques suivantes :

- « Milieu protégé » : 2 séances minimum
- « Milieu ouvert » : 1 séance minimum.
- Les 3 types de pratique de l'apnée : Statique, Horizontale et Verticale.
- Les 3 types de handicaps : handicap moteur, handicap sensoriel et handicap MPC (idéalement en réel, avec possibilité qu'une partie soit simulée par l'encadrement).

PRÉROGATIVES

L'Eh2-Apnée est le formateur des Praticiens en Situation de Handicap "modéré" ou "majeur".

Un EH2-Apnée peut devenir MFEH-Apnée s'il remplit les conditions spécifiées dans le Tronc Commun.

EH2 - PÉDAGOGIE THÉORIQUE

Prévention des risques , réglementation, et organisation de l'accueil.	Voir tronc commun
Être capable d'adapter les ateliers de pratique dans toutes les disciplines en « milieu protégé » et en « milieu ouvert » en fonction des publics.	- Plusieurs situations sont à aborder en croisant les variables : • Les 3 disciplines d'apnée • Les grandes familles de limitation : handicap majeur, et MPC • Les milieux « protégés » et « ouverts » - Chaque participant doit directement analyser au moins une situation en milieu « protégé » et une situation en milieu « ouvert ». - Des résultats de ces travaux pourront être appliqués et affinés lors des mises en pratique. - L'objectif est de guider les futurs EH2 afin de les amener à se questionner et à prendre conscience de la nécessité d'aménager les ateliers de pratique. - Le rôle du formateur est de faire argumenter leurs choix afin d'identifier les réponses les plus adéquates

EH2 - PÉDAGOGIE PRATIQUE

Organisation de plongées avec les différents types de handicap majeur: moteur, sensoriel et MPC. Organiser les mises à l'eau. Savoir encadrer. Savoir équiper. Organiser les sorties de l'eau.	- Les 3 types de handicap peuvent être vus séparément. - Aller jusqu'à la gestion de l'accueil général et de l'adaptation des lieux.
Mise en situation personnelle de handicap moteur / sensoriel / MPC	- Au moins 1 séance en milieu protégé sera à mettre en place et animer. - Au moins 1 séance en milieu ouvert sera à mettre en place et animer. - Les mises en situation, devront contenir à minima : • 1 handicap moteur ou sensoriel. • 1 handicap MPC.
Être capable d'organiser une formation de « PESH-Apnée Statique / Horizontale / Verticale », constituée de PESH « majeur ».	- Progression et planification en tenant compte des handicaps majeurs. - Informations et méthodes. - Réunir des handicaps majeurs des 3 types : moteur, sensoriels et MPC.
Sauvetage d'un PESH « majeur ».	Le sauvetage sera réalisé sur un encadrant simulant une situation de handicap.

EH2 - PERFORMANCE DANS LA PRATIQUE HANDISUB

Principe d'entraînement	- Connaître les spécificités de l'entraînement physique pour un Praticant en Situation de Handicap. - Être capable de structurer un entraînement adapté à une situation de handicap.
Connaître les bases du règlement de compétition Handisub	- Savoir où trouver les catégories par handicap, et pouvoir aider un pratiquant à identifier la catégorie dont il relève. - Connaître les adaptations logistiques autorisées. - Connaître la réglementation (partie théorique du JFA1-piscine).

FORMATEUR POUR ENSEIGNANT EH APNEE

FORMATEUR MFEH-APNÉE

ORGANISATION GÉNÉRALE

Un seul niveau de Moniteur Fédéral d'Enseignant Handisub est défini pour la pratique de l'apnée : MFEH-Apnée.

Le document de tronc commun précise les conditions générales relatives à la formation du Moniteur Handisub, avec entre autres l'expérience qui doit être acquise par l'EH2-Apnée pour être candidat au MFEH-Apnée.

CONDITIONS DE CANDIDATURE

Être titulaire d'une licence FFESSM en cours de validité.

- Être âgé de 18 ans au moins.
- Être titulaire de la carte RIFA Apnée.
- Être titulaire du niveau MEF1-Apnée.
- Contrôle médical : se conformer aux préconisations exposées dans le MFA.
- Être en possession du EH2-Apnée et avoir validé des qualifications de PESH tel que précisé dans le Tronc Commun Handisub.

FORMATEURS ET JURY

L'organisateur doit faire une demande auprès du référent Handisub Régional et du président de la Commission Régionale Apnée au moins 2 mois avant la date de formation. Après validation de la demande, celui-ci déléguera un représentant présent sur toute la durée de la formation. Il sera chargé de vérifier les dossiers des candidats, la conformité de l'ensemble de la formation.

Lors de la formation du futur MFEH-Apnée, doivent être présents les 2 rôles suivants :

- Un MEF2-Apnée, ou à défaut de la commission Technique.
- Un MFEH-Apnée.

Ces 2 fonctions peuvent être remplies par une même personne disposant des 2 qualifications nécessaires.

FORMATION ET ÉVALUATION

Le niveau MFEH-Apnée atteste de compétences.

Ces compétences caractéristiques de ce niveau sont les conditions minimales d'accès aux prérogatives définies par la FFESSM, en cohérence avec le Code du Sport.

Son implication dans l'organisation et l'animation d'une formation EH2-Apnée doit être forte et au niveau de l'attendu d'un moniteur fédéral.

PRÉROGATIVES

Le MFEH-Apnée est le formateur des enseignants EH1-Apnée et EH2-Apnée.

Il peut intervenir dans les formations de MFEH-Apnée, accompagné d'un Moniteur Fédéral 2ème degré s'il ne l'est pas lui-même.

Un MEF1-Apnée peut devenir MFEH-Apnée après sa formation et sa qualification EH2, s'il remplit les conditions spécifiées dans le Tronc Commun.

Ses missions sont alors de :

- Organiser un stage de formation EH1-Apnée ou EH2-Apnée.
- Être tuteur d'un EH1-Apnée ou EH2-Apnée.
- Intervenir dans une formation de MFEH.
- Valider un MFEH-Apnée dans le cadre de la Commission Régionale, accompagné d'un Moniteur Fédéral 2ème degré s'il ne l'est pas lui-même.

CONTENUS DE FORMATION

CONCEVOIR

Définir des objectifs de formation sur la base des contenus EH1 et EH2	Procédures de déclaration, organisation d'une formation EH1-Apnée et d'un stage EH2, planification, traçabilité, publicité, faisabilité. Contrôler la planification, la traçabilité. Adapter la démarche pédagogique aux spécificités du public accueilli sur le stage. Identifier des personnes ressource et savoir les solliciter.
Définir une stratégie d'enseignement	Identifier les points clés de l'organisation avant, pendant et après la formation d'enseignants avec des PESH. Adapter la démarche pédagogique aux spécificités du public, formaliser un suivi, sur le plan personnalisé du plongeur. Identifier et structurer les différents éléments constitutifs du contenu à enseigner en fonction de contraintes, EH1-Apnée et EH2-Apnée
Évaluer	Concevoir les modalités d'évaluation. Planifier, coordonner la mise en œuvre des évaluations.

RÉALISER

Mettre en œuvre une stratégie de formation sur la base des contenus EH1 et EH2 et utiliser les outils pédagogiques	Aborder les différences entre situation de handicap modéré et majeur pour la plongée. Agir au sein d'un stage de formation EH2-Apnée et savoir enseigner les 3 modules. Diriger une formation EH1-Apnée. Anticiper les situations d'apprentissage à risques et mettre en œuvre une organisation matérielle adaptée
Animer une séance théorique	Déroulé de la séance, maîtrise des outils d'explication, exploitation de documents, maîtrise des supports. Mise en place des modalités d'évaluation (restitution, transposition...)
Enseigner l'organisation des plongées de formation des stages PESH	Mettre en œuvre un enseignement et une animation adaptée aux différents handicaps pour la plongée modéré / majeur, dans les différents types de pratique de l'apnée. Maintenir un contact permanent et bienveillant avec ses élèves (enseignants et PESH). Mettre en œuvre des situations et organiser des séances en milieu protégé et/ou en milieu ouvert.
Mettre en place des remédiations.	Observer et restituer en vue de l'évaluation, en intégrant des éléments théoriques. Identifier les dysfonctionnements, réajuster les situations d'apprentissage pour assurer leur fonctionnalité en toute sécurité.

EVALUER

Réaliser une évaluation initiale (ou diagnostique), formative et finale (ou sommative)	Organiser les plongées pour observer la pertinence et le bon fonctionnement des situations d'apprentissage proposées, la gestion du temps et de la logistique. Organiser le sauvetage d'un PESH modéré / majeur pour veiller à la sécurité. Évaluer la bonne compréhension des éléments théoriques et mettre en œuvre des remédiations
--	--

ORGANISER UN STAGE DE FORMATION

Planifier, définir la logistique matérielle et les moyens humains	Utiliser le cadre réglementaire (Code du sport, référentiels des PESH et des enseignants) pour identifier les contraintes. Établir une programmation, définir l'ensemble des moyens matériels nécessaires à la pratique, l'accessibilité des salles de cours, du bateau... selon les situations de handicaps modéré/majeur. Identifier des types de contact, le nombre d'enseignants et leur niveau en fonction du nombre de plongeurs à encadrer, des spécificités.
Organiser les plongées	Accueillir les plongeurs (enseignants et PESH modéré/majeur), choisir un lieu de plongée adapté, composer les palanquées, fixer les paramètres de plongée, présenter le site. Gérer la logistique, sécuriser et surveiller la pratique.
Communiquer, promouvoir le HANDISUB	Utiliser les moyens fédéraux. Identifier les médias locaux.

MÉMOIRE

Mémoire sur un thème lié au handicap	Rédaction d'un mémoire dont le sujet est validé par le tuteur présent au stage. Transmission du mémoire, en format PDF, avant le début du stage. Présentation du mémoire, devant le jury, sur une durée minimum de 45 minutes, questions/réponses incluses.
--------------------------------------	---

LISTE DES MODIFICATIONS

Octobre 2025 : Création