

Préparation à la théorie de l'examen GP - N4
Par le VPP, le mercredi soir de 20h30 à 22h30, à la Maison des Association de Vincennes

#	Date	Cours	Contenu
1	4 novembre 2015	Présentation cursus général & Cadre législatif	- Le Niveau 4, quelle finalité ? - Explication de la formation (Technique, Théorique) - importance du travail personnel - Cadre législatif (Code du sport & Prérrogative) et notion de responsabilité civile, pénale - Cadre fédéral (délégation du ministère de la jeunesse et sports, structure de la FFESSM...)
2	18 novembre 2015	Guide de palanquée #1	- Guide de palanquée : avant, pendant et après la plongée (obligation de moyen) : à faire préparer à l'avance / Briefing / Debriefing - Physique : optique et acoustique → conséquence pour le plongeur et rôle de GP - Le milieu : froid et les dangers du milieu - Le milieu aquatique : réglementation (protection des espèces, respect des zones de réserves...), - Le milieu et la sécurité : sensibilisation sur la sécurisation des zones de plongée (ex : structure du briefing, en cas de courant, mise en place de ligne de vie, etc.), les espèces dangereuses à vérifier en fonction des lieux de plongées, plongée épave (lumière, gestion air, coupure, filet...)
3	25 novembre 2015	Les accidents liés à la ventilation et ses conséquences	Essoufflement : anat : poumons / ventilation Noyade, Suppression pulmonaire, OAP
4	2 décembre 2015	Connaissance de l'environnement subaquatique	Appliquée au GP (pas un cours de bio)
5	9 décembre 2015	Deco #1 - Haldane et les modèles de décompression	- Physique sur la dissolution des gaz (loi de Henry) : introduction de la notion de compartiment - Modèle de Haldane - Eléments de calcul de table - Ordinateur et autres modèles de décompression
6	16 décembre 2015	Deco #2 - Utilisation et compréhension des tables fédérales	- Utilisation des tables fédérales pour les plongées simple, successive, consécutive, procédure d'exception --> sur la base d'exo sur chaque thème à préparer à l'avance - Utilisation des tables pour la déco oxy pur, Nitrox et plongée en Altitude (?)
7	6 janvier 2016	Deco #3 - Guide de palanquée et la gestion de la décompression	- Plongée à l'ordinateur - le GP et les décompressions mixtes - La déco dans les briefing (la communication...)
8	13 janvier 2016	Deco #4 - Les accidents de décompression	- Circulation et échanges gazeux - Anatomie : La Circulation - FOP, Bulles silencieuse, Froid, deshydratation - Distribution des masses sanguines : diurèse d'immersion (bloodshift) - Accident de Décompression : mécanisme, cause, symptôme, prévention en insistant sur le comportement du guide de palanquée en terme de prévention
9	20 janvier 2016	Révisions - Exercices	A la demande....
10	27 janvier 2016	Les accidents de l'oreille liés à la pression	- Physique sur les pressions (définition pression, loi de Mariotte) - Anatomie : l'Oreille - Accidents barotraumatiques (tous sauf SP déjà abordé avec la ventilation) : mécanisme, cause, symptôme, prévention en insistant sur le comportement du guide de palanquée en terme de prévention - Vertiges alternobariques - annexe : otite...
11	3 février 2016	Les accidents biochimiques	- Physique sur les pressions et pressions partielles (loi de Dalton) - Anatomie : Système Nerveux - Accidents biochimiques (mécanisme, cause, symptôme, prévention en insistant sur le comportement du guide de palanquée en terme de prévention), incluant : 1/ Stress, 2/ Narcose, 3/ Hyperoxie (ex : Nitrox) : effet Paul-Bert (hyperoxie), Effet Lorrain-Smith, 4/ Syncope hypoxique (PCM / syncope) : apnée, hyperventilation (ou trimix/heliox mais hors prérrogative du GP)
12	10 février 2016	Matelotage et la navigation	Nœuds - Bateau...
13	17 février 2016	Matériel #1 - compresseur / bloc	Mécanisme - Utilisation, critères de choix et pannes Calcul de gonflage et calcul d'autonomie
14	9 mars 2016	Matériel #2 - Stab / Détendeur	Mécanisme - Utilisation, critères de choix et pannes
15	23 mars 2016	Révisions - Exercices	A la demande....
16	30 mars 2016	Révisions - Exercices	A la demande....