

Initiation à l'orientation sous-marine

Préparation niveau 2

Objectifs

Le plongeur N2 a la possibilité, sous le contrôle d'un Directeur de Plongée, d'évoluer en autonomie dans l'espace 0-20 m.

En fonction des directives du DP, il doit donc planifier, organiser et conduire sa plongée afin de revenir au bateau dans les temps et avoir effectué le parcours prévu.

Il devra s'adapter aux conditions : état de la mer, du stock d'air, état de saturation, ...

Selon les conditions, Il pourra s'orienter avec ou sans instruments

Initiation à l'orientation sous-marine

- Qu'est-ce que l'orientation ?
- Pourquoi s'orienter ?
- Démarche d'apprentissage
- Le briefing
- Orientation sans instrument
- Orientation avec instruments
- Particularités du milieu sous-marin
- Différents types et topographies de plongée

Qu'est-ce que l'orientation ?

- C'est la capacité à pouvoir se situer en permanence dans un trajet, par rapport à un point de départ et un point d'arrivée
- De plus, le temps est un paramètre essentiel car il détermine notre autonomie en air
- Pendant la plongée, on doit pouvoir répondre aux questions suivantes :
 - quelle est ma position actuelle ?
 - dans quelle direction se situe mon objectif ?
 - dans combien de temps vais-je l'atteindre ?

Pourquoi s'orienter ?

- Pour suivre les consignes données par le DP :
 - trouver les endroits intéressants de la plongée
 - éviter les endroits dangereux
- Pour économiser son air en suivant le meilleur parcours
- Pour ne pas se perdre et retourner au bateau :
 - c'est au bateau qu'est la sécurité surface
 - c'est au bateau que se trouve l'assistance en cas de problème (panne d'air, blessure...)

...et pour ne pas avoir à faire de capelé et payer l'apéro aux copains

Démarche d'apprentissage

- L'orientation n'est pas innée et demande un apprentissage
- Par une pratique régulière, on apprend à utiliser le milieu et les instruments pour développer son sens de l'orientation
- De manière constante et progressive, on doit tenter de s'améliorer en :
 - visualisant mentalement la plongée avant de la faire
 - essayant de se situer durant toute la plongée
 - reconnaissant ses erreurs et en les analysant

Le briefing

- Le briefing du DP est la première source d'informations :
 - il connaît le parcours et ses difficultés
 - il connaît les repères importants et facilement utilisables
- Il donne les caractéristiques principales de la plongée :
 - profondeur maximale
 - temps de plongée
 - itinéraire (schéma)
 - courants
 - ...

Ne pas hésiter à lui demander plus de détails ou à lui faire répéter si l'on n'a pas compris

Après le briefing, avant le départ

- Sur le bateau, prendre des repères :
 - position du soleil
 - position du bateau par rapport à la côte
 - sens du courant
 - ...
- Avant de s'immerger, se représenter mentalement la plongée :
 - quel va être mon itinéraire ?
 - que vais-je rencontrer ?
 - à quelle profondeur ?
 - quel va être le sens du courant ?
 - quand faire demi-tour ?
 - ...

... et communiquer avec les autres membres de sa palanquée

Début de plongée

- À l'immersion, repérer :
 - profondeur du mouillage
 - type de fond (sable, rochers, algues...)
 - position du soleil
 - direction de début de l'itinéraire
 - ...
- Observer le mouillage et le dessous du bateau pour pouvoir le distinguer des autres s'il y en a plusieurs

Pendant la plongée

Prendre régulièrement des points de repère :

- rocher remarquable
- belle gorgone
- ridules de sable
- ...

...mais pas un poisson !

Penser à se retourner souvent pour voir de quoi aura l'air le chemin du retour.

Déroulement de la plongée

- Les distances et le temps de parcours sont difficiles à évaluer, contrôler régulièrement le temps de plongée
- Ne pas dépasser le temps de plongée défini par le DP, mais ne pas hésiter à le réduire selon les conditions
- Ne pas trop s'éloigner si l'on n'est pas sûr de l'itinéraire
- Ne pas se laisser distraire par le spectacle...

Le retour au bateau

- Ne pas hésiter à demander son chemin si l'on est perdu
- Penser à regarder en l'air : on peut ne pas trouver le bateau alors qu'il est juste au dessus !
- Regarder les bulles...

*Si l'on ne sort pas au bateau : **PARACHUTE !***

Les instruments

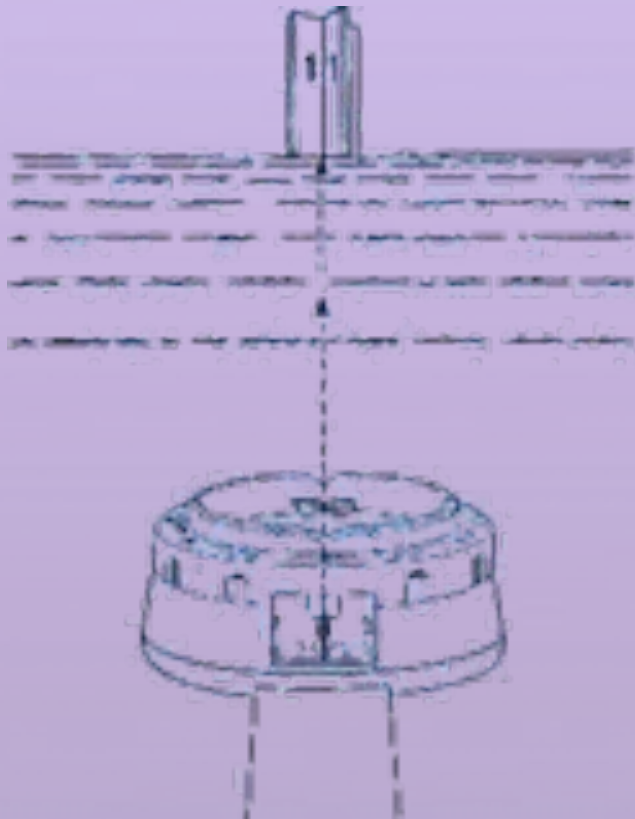


- Boussole : aiguille mobile sur support fixe
- **Compas** : rose des vents mobile
- Compas électronique intégré à l'ordinateur
- Navimate...



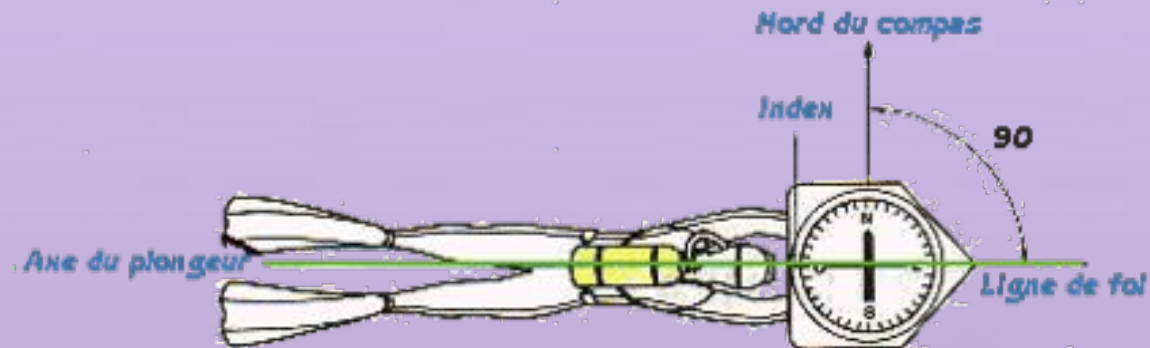
Le compas

Il permet de déterminer un cap et de le suivre en utilisant la ligne de foi



Prendre un cap

Attention à sa position durant la lecture



Tenir un cap

On a tous un palmage plus ou moins asymétrique, il faut donc sans arrêt corriger sa direction :

- prendre un alignement de trois points qui vont déterminer la direction à suivre
- lorsqu'on arrive au premier point, en choisir d'autres...

...et bien sûr, contrôler régulièrement son cap

Particularités du milieu sous-marin

- Faible visibilité, accentuée par la profondeur
- Milieu très changeant (visibilité, luminosité...)
- Évolution en 3 dimensions
- 4^{ème} dimension : le temps qui limite l'autonomie
- Facteurs perturbants (froid, stress, courant, ...)

La visibilité

Si la visibilité est mauvaise :

- augmenter la cohésion de la palanquée
- limiter les distances parcourues
- limiter la profondeur
- avoir un phare et/ou un lampe à éclats
- avoir un compas

Le courant

- Avant la mise à l'eau, regarder le sens du courant et estimer sa force
- Au fond, vérifier que le courant est identique à celui de surface
- Partir contre le courant, pour revenir porté par lui
- S'il est très important, limiter les distances parcourues
- En fin de plongée, si l'on ne trouve pas le bateau, essayer de faire surface en amont pour que le courant nous y ramène
- Attention aux changements de marées, le courant peut s'inverser brusquement

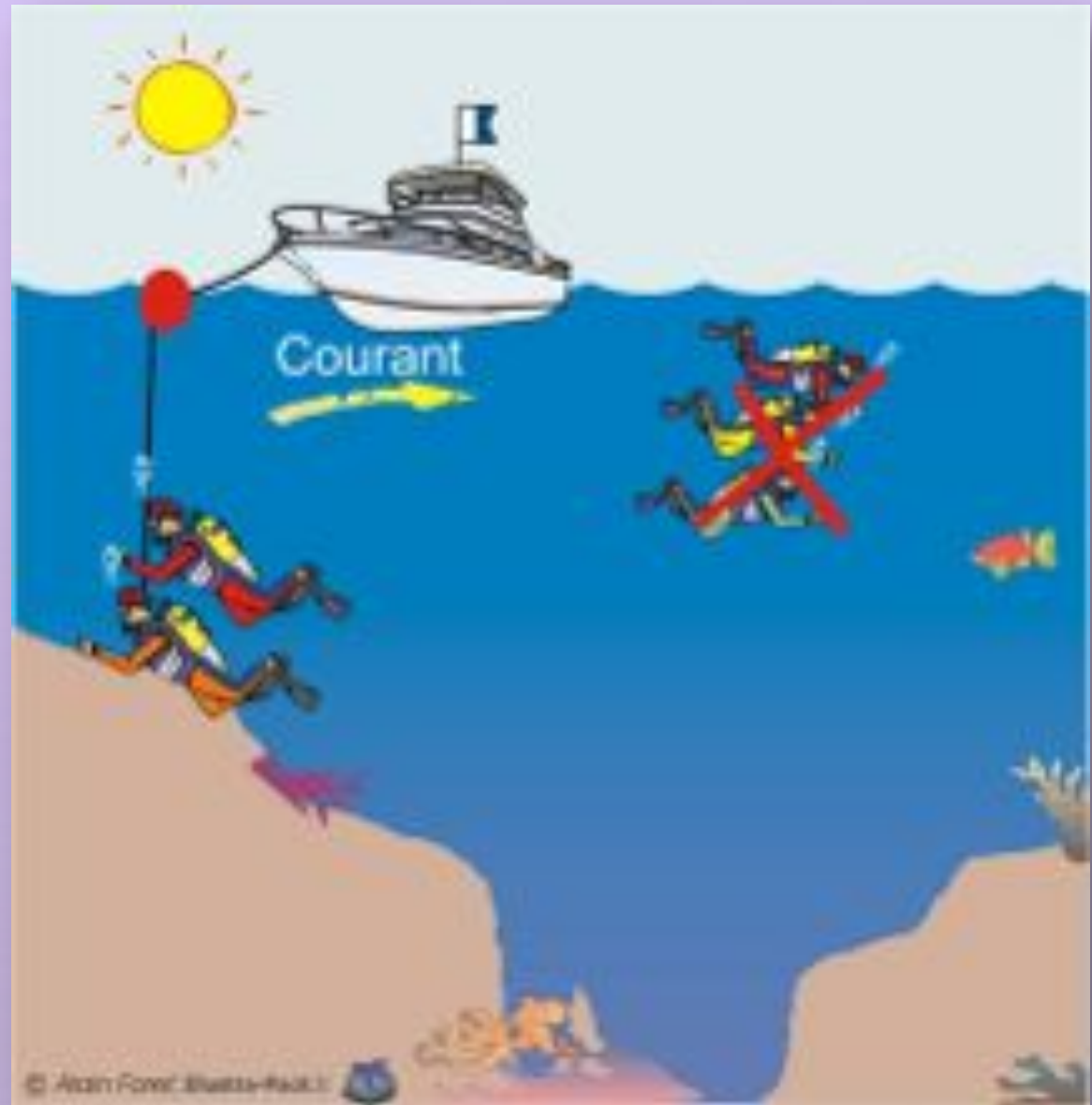


Utiliser l'environnement pour estimer le courant

Le courant

Toujours débiter
une plongée
contre le courant

Mieux vaut faire
des efforts en
début de plongée,
et se laisser porter
par le courant au
retour



Le courant

Attention à la dérive induite par le courant :
ajuster le cap suivi en fonction de sa force



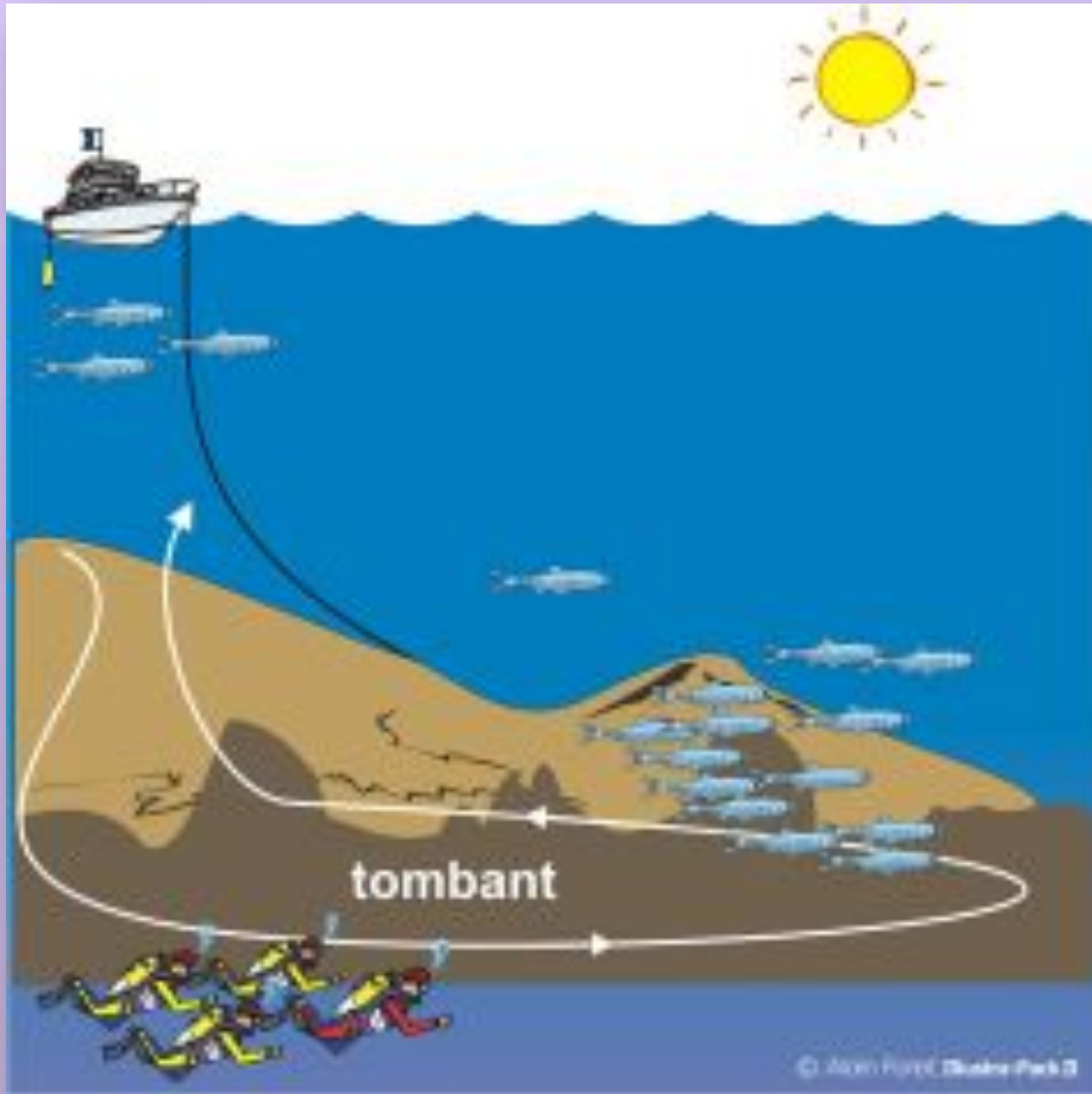
Différents type de plongées

- Dérivante : pas d'orientation particulière, mais être attentif aux consignes du DP
- Plongée de nuit : site choisi pour sa simplicité
- Plongée sur épave : immersion le long du mouillage, sinon attention à la rectitude de la descente. Repérer la position du mouillage sur l'épave

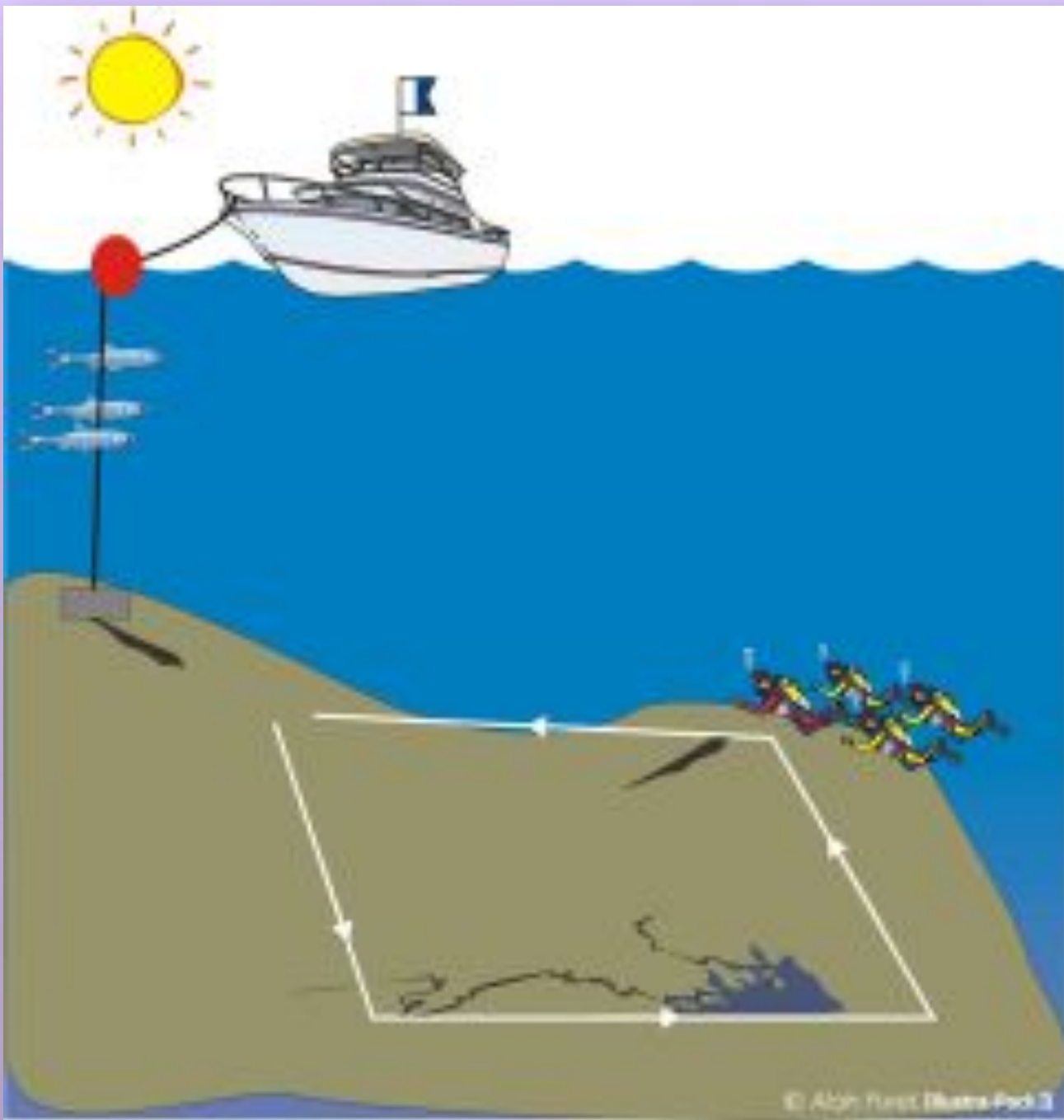
Autour d'un sec



Le long d'un tombant



Sur un plateau



Roches dispersées



Accessoires utiles



C'est fini !

