

Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous Marins

LA FORMATION D'ENCADRANT *INITIATEUR CLUB*



Mémoire d'Etude pour l'Instructorat Régional.

Commission Technique Régionale Est.

Sylvain Peybernès
18, rue des Charmes
51370 CHAMPIGNY

Janvier 1999
4^{ème} Edition

AVANT PROPOS

- Dans cette civilisation des loisirs qui devient la réalité de tous les jours, le rythme de vie intense que nous subissons doit-être compensé par une activité saine de détente pour maintenir un bon équilibre d'épanouissement.
- La plongée qui est à la fois un loisir, un sport et une technique est une activité qui offre à l'homme les possibilités de s'épanouir sur le plan physique et psychique.
- On y apprend à vivre en collectivité et bien d'autres exigences comme le goût de l'effort, de la découverte, de la responsabilité.
- Pratiqué dans des structures associatives l'enseignement de la plongée est un peu un sacerdoce et pour accomplir sa tâche avec le maximum d'efficacité, le moniteur de plongée va mettre à la disposition des élèves ses connaissances techniques mais pas n'importe comment.
- Il doit être conscient que chaque élève est une entité avec personnalité et morphologie propre et doit s'attendre à prendre en charge les tâches qui lui seront confiées.
- Cette étude a pour principal objectif de définir à la fois le contenu complet de la formation d'encadrant "*INITIATEUR CLUB*" et le contenu qu'il devra transmettre.
- Regroupant tous les différents thèmes de cette formation, ce fascicule servira de contenu d'enseignement pour les stagiaires en formation d'initiateur et également de guide pédagogique pour les formateurs de ces cadres qu'ils soient Responsables Techniques, Moniteurs Fédéraux 1° ou 2 °Degré.
- Examen de base presque indispensable dans la formation de moniteur; le passage par l'initiateur permet de faire découvrir aux plongeurs les joies de l'enseignement. Il est de plus pour nous "*CLUBS DE L'EST*" le principal artisan à la réussite de la formation de nos plongeurs dans un milieu qui n'est pourtant pas aussi attractif que la "*MER*".
- C'est pourquoi nous devons continuer, à former un nombre élevé d'encadrants "*INITIATEUR*", à maintenir une qualité et un très bon niveau de formation et surtout continuer à déceler ceux qui auront la "*FOI*", la "*PASSION*" de l'enseignement de la "*PLONGEE*".

J'espère que cette étude contribuera à cet objectif...

SOMMAIRE

1) L'initiateur dans le Comité Est

1.1 Organisation du Comité Est. page 6

2) Le brevet d'initiateur Club

2.1 Conditions de candidature. page 8

2.2 Organisation. page 8

2.3 Jury. page 8

2.4 Epreuves. page 9

2.4.1 Groupe A : Prévention et sauvetage. page 9

2.4.2 Groupe B : Pédagogie et organisation. page 9

3) Les prérogatives de l'initiateur

page 11

4) La réglementation liée à l'initiateur

4.1 La structure fédérale. page 14

4.2 L'organisation de la plongée. page 15

4.2.1 Le directeur de plongée. page 15

4.2.2 La palanquée.

page 11

4.2.3 Le guide de palanquée. page 15

4.2.4 Les espaces d'évolution. page 16

4.2.5 Le matériel d'assistance et de secours page 16

4.3 Les normes d'encadrement. page 17

4.4 Les équivalences C.M.A.S. page 18

4.5 Le brevet élémentaire Niveau I. page 19

4.5.1 Conditions de candidature. page 19

4.5.2 Contrôle des acquis. page 19

4.6 Le brevet d'autonome Niveau II. page 21

4.6.1 Conditions de candidature. page 21

4.6.2 Contrôle des acquis. page 21

5) Approche de la pédagogie

5.1 Qu'est ce que la pédagogie.	page 25
5.1.1 Pédagogie intuitive ou traditionnelle.	page 25
5.1.2 Pédagogie de la découverte.	page 25
5.2 Notions de communication.	page 26
5.3 Qualités de l'initiateur.	page 27
5.4 Hétérogénéité des élèves.	page 27

6) La matière à enseigner

6.1 Le contenu de théorie.	page 29
6.2 Le contenu de pratique.	page 29
6.3 L'homme.	page 29
6.4 Le milieu.	page 30
6.5 L'appareillage.	page 30
6.6 La pédagogie préparatoire.	page 31
6.7 La pédagogie pratique.	page 31
6.8 La progression pédagogique.	page 33
6.8.1 Le baptême.	page 33
6.8.2 La préparation Niveau I.	page 33
6.8.3 La préparation Niveau II.	page 34
6.8.4 La préparation Niveau III.	page 35
6.8.5 La préparation Niveau IV.	page 35
6.8.6 La préparation Niveau V.	page 36

7) Organisation de l'enseignement

7.1 Méthodologie.	page 38
7.2 Le contenu de formation Niveau I.	page 39
7.3 Le contenu de formation Niveau II.	page 39

7.4 Qui fait Quoi, Pourquoi, Où, Quand et Comment?	page 40
7.5 Anatomie d'une séance de plongée.	page 41
7.5.1 Début de séance.	page 41
7.5.2 Présentation au sec.	page 41
7.5.3 Déroulement dans l'eau.	page 42
7.5.4 Fin de séance.	page 43
7.6 Méthode de travail.	page 44

8) Organisation de séance de plongée

8.1 Mise en situation.	page 46
8.1.1 Contexte.	page 46
8.1.2 Les encadrants.	page 46
8.1.3 Les élèves.	page 47
8.1.4 Le matériel.	page 47
8.2 Méthodologie.	page 47
8.3 Tableau exemple d'organisation.	page 48

Annexes

Conclusion

1) L'INITIATEUR DANS LE COMITE EST

- L'Initiateur premier brevet d'encadrement de la F.F.E.S.S.M a été créé il y a une quinzaine d'années pour permettre aux Clubs de plongée de posséder dans leur structure des encadrants (non moniteur) pour enseigner et organiser la plongée.
- A ces débuts et jusqu'en 1982 c'est un brevet d'encadrant; le contenu des épreuves étant limité à deux sauvetages (mannequin et scaphandre), à une épreuve de ranimation et une épreuve de pédagogie.
- A partir de 1983 et jusqu'à nos jours il est toujours le premier brevet d'encadrement de la F.F.E.S.S.M mais il est de plus un organisateur de plongée; le contenu évoluant dans le même ordre avec l'adjonction d'une épreuve d'organisation de bassin.
- L'initiateur devient alors, de par ses prérogatives, le principal organisateur et enseignant de la plongée de nos Clubs d'intérieurs.
- Actuellement il reste toujours le principal formateur de plongeurs dans nos piscines et le bilan de toutes ses années antérieures va en témoigner.

1.1 Organisation du Comité Est:

- Le Comité inter régional de l'Est est composé de 4 principales régions qui sont:
 - la Champagne Ardennes.
 - la Lorraine.
 - l'Alsace.
 - la Franche Comté.

- Ces différentes régions regroupent chacune plusieurs Départements à savoir:

Pour la Champagne Ardenne:

- la Marne (51), les Ardennes (08), la Haute-Marne (52) et l'Aube (10).

Pour la Lorraine:

- la Meuse (55), la Moselle (57), la Meurthe et Moselle (54) et les Vosges (88).

Pour l'Alsace:

- la Bas-Rhin (67) et le Haut-Rhin (68).

Pour la Franche Comté:

- le Doubs (25), le Territoire de Belfort (90), le Jura (39) et la Haute-Saone (70).

2) LE BREVET D'INITIATEUR CLUB

2.1 Conditions de candidature:

- Etre licencié à la F.F.E.S.S.M.
- Etre âgé de 18 ans révolus à la date de l'examen.
- Etre titulaire du Brevet de Plongeur Autonome Niveau II ou du Brevet de Plongeur ** C.M.A.S ou du 1^{er} Echelon F.S.G.T, et avoir effectué depuis le passage de ce Brevet, un minimum de 15 plongées en milieu naturel (à l'exclusion des plongées de réadaptation).
- Etre présenté par le Président du Club d'appartenance.
- Etre possesseur d'un certificat médical de non contre-indication à la plongée subaquatique de moins d'un an, délivré par un Médecin Fédéral ou agréé par la F.F.E.S.S.M ou titulaire d'un C.E.S de médecine du sport.
- Etre titulaire du C.F.P.S ou de diplômes admis en équivalence.

2.2 Organisation:

- Le Brevet d'Initiateur est organisé à l'échelon du Club.
- Le Président du Club organisateur doit avertir le Président de la Commission Technique Régionale (C.T.R) au moins un mois avant la date de l'examen.

2.3 Jury:

- Président: - Le Président du Club organisateur.
- Membres: - Au moins un Moniteur Fédéral 2^o Degré ou un Moniteur Breveté d'Etat 2^o Degré et licencié à la F.F.E.S.S.M.
- Un représentant de la Commission Technique Régionale soit Moniteur Fédéral 2^o Degré ou Moniteur Breveté d'Etat 2^o Degré et licencié à la F.F.E.S.S.M.

Le représentant de la C.T.R peut cumuler les deux fonctions de moniteur.

Les Moniteurs Fédéraux 1^o Degré ou Breveté d'Etat 1^o Degré licenciés à la F.F.E.S.S.M peuvent être membres du Jury et juger à deux les épreuves pratiques, et en double avec les Moniteurs Fédéraux 2^o Degré ou Breveté d'Etat 2^o Degré les épreuves pédagogiques.

L'examen d'initiateur comprend 2 groupes d'épreuves :

- A) Prévention et sauvetage.
- B) Pédagogie et organisation.

2.4 Epreuves:

2.4.1 Groupe A : Prévention et sauvetages:

- 1) Prévention des accidents spécifiques à la plongée en piscines ou en bassins délimités en milieu naturel. (coefficient 2)
- 2) En maillot de bain, effectuer un parcours de 100 mètres nage libre puis remonter un mannequin immergé sur un fond de 3 à 5 mètres. Le candidat doit faire surface avec la face du mannequin hors de l'eau dans un délai maximum de 4 minutes après le début de son épreuve et maintenir le mannequin en surface pendant 1 minute avec déplacement (coefficient 1).
- 3) Equipé d'un scaphandre, aller chercher un camarade équipé sur les mêmes fonds et le remorquer en surface sur 20 mètres (coefficient 2).

2.4.2 Groupe B : Pédagogie et organisation

- 4) Epreuves de pédagogie préparatoire, du débutant au niveau II dans la limite des prérogatives de l'initiateur (coefficient 2).
- 5) Epreuves de pédagogie pratique, du débutant au niveau II dans la limite des prérogatives de l'initiateur (coefficient 2).
- 6) Réglementation et organisation d'une séance de plongée (coefficient 2).

Cette épreuve comprend 2 ateliers :

Interrogation écrite ou orale sur la réglementation appliquées aux prérogatives de l'initiateur.

Interrogation orale de 20 minutes portant sur l'organisation d'une séance technique dans le cadre des prérogatives d'initiateur comprenant simultanément plusieurs ateliers d'au moins 3 niveaux différents permettant de préparer des plongeurs du débutant au niveau II. Pour cette partie, le candidat dispose de 20 minutes de préparation.

Une seule note est attribuée pour cette épreuve et sera la moyenne des notes obtenues aux 2 ateliers.

La moyenne des épreuves 4 et 5 doit être au moins égale à 10 / 20.

Toute note inférieure à 5/20 est éliminatoire.

Pour être reçu, le candidat doit obtenir un total de 110 points avec la moyenne dans chaque groupe d'épreuves.

3) LES PREROGATIVES DE L'INITIATEUR

- Surveillance et organisation des séances en piscine sur des fonds n'excédant pas 6 mètres.
- Responsabilité d'enseignement en piscine, à l'exception des puits de plongée.
- Participation au jury du Brevet Elémentaire Niveau I.
- Entraînement aux exercices du Débutant au plongeur Autonome Niveau II dans les limites d'une profondeur de 6 mètres.
- Les Initiateurs Club brevetés 2° Echelon ou Capacitaire Niveau IV de la F.F.E.S.S.M peuvent enseigner au sein d'un Club la plongée en milieu naturel dans l'espace médian (zone des 20 mètres) jusqu'au plongeur Autonome Niveau II, sauf contre-ordre du Président du Club et sous la direction d'un Moniteur Fédéral 1° degré.
- L'enseignement de l'Initiateur est placé sous la responsabilité du Président et sous la direction d'un Moniteur Fédéral 1° degré.

4) LA REGLEMENTATION LIEE A L'INITIATEUR

- Le brevet d'initiateur implique, de par ses prérogatives d'encadrement, de bien connaître l'environnement de la réglementation fédérale et doit également, dans sa fonction de formateur de plongeur, transmettre les contenus en réglementation qui lui incombent d'enseigner.
- En effet ce brevet permet de prendre en charge l'encadrement et la formation de plongeur dans l'espace proche (de 0 à 6 mètres) et même la responsabilité de l'activité sous certaines conditions.

L'arrêté du 22 Juin 1998 dans son article 5 précise :

"Lorsque la plongée se déroule en piscine ou fosse de plongée dont la profondeur n'excède pas 6 mètres, le Directeur de plongée est titulaire au minimum du Niveau 1 d'encadrement".

" Le Directeur de plongée autorise les plongeurs de Niveau 1 ayant reçu une formation adaptée à plonger entre eux et les plongeurs de Niveau 4 à effectuer les baptêmes".

- Il n'existe d'ailleurs pas de formation spécifique pour l'obtention du Niveau II d'encadrement. Il s'obtient par la possession conjointe du Niveau I d'encadrement et du Niveau IV de plongeur ou du Niveau IV de plongeur en formation pédagogique.
- Il faudra bien différencier les profils de formation en réglementation de ces deux encadrants; l'un maîtrisant la réglementation du plongeur Niveau IV + celle de l'initiateur et l'autre maîtrisant uniquement le contenu de formation en réglementation du plongeur Niveau IV.
- Le contenu de formation en réglementation de l'initiateur se décompose et s'organise de la façon suivante:

4.1 La structure fédérale:

- La F.F.E.S.S.M, son organisation, le Comité Directeur.
- Les organismes décentralisés (Comité Régionaux et Départementaux).
- Les différentes commissions fédérales nationales et régionales.
- La licence, le certificat médical (validité, conditions de délivrance).
- Les assurances R.C et complémentaires.
- La responsabilité civile ou pénale.
- Le Club, son organisation, le rôle du Président.
- La revue fédérale "SUBAQUA".
- La réglementation concernant le matériel de plongée.
- Le permis de pêche sous-marine.

4.2 L'organisation de la plongée :

4.2.1 Le Directeur de Plongée :

- La pratique de la plongée en milieu naturel est placée sous la responsabilité d'un "Directeur de Plongée"; présent sur le site qui fixe les caractéristiques de la plongée et organise l'activité. Il s'assure de l'application des règles définies par l'arrêté du 22 Juin 98.
- Le "Directeur de Plongée" en milieu naturel est titulaire au minimum :
 - du Niveau III d'encadrement.
 - du Niveau V de plongeur uniquement en cas d'exploration.

Il faut entendre par exploration, la pratique de la plongée en dehors de toute action d'enseignement.

- Le "Directeur de plongée" doit avoir pris contact avec les autorités ou organismes compétents pour assurer l'assistance en cas d'incident:
 - en mer C.R.O.S.S (Centre Régional d'Organisation de Secours et Sauvetage).
 - sapeur pompier, S.A.M.U, gendarmerie, police.
 - centre hyperbare, hôpital.
 - médecin fédéral de plongée.

4.2.2 La palanquée:

- Plusieurs plongeurs qui effectuent ensemble une plongée présentant les mêmes caractéristiques de durée, de profondeur et de trajet constitue une "Palanquée".
- Une équipe est une palanquée réduite à 2 plongeurs.

4.2.3 Le guide de palanquée:

- Le Guide de palanquée dirige la palanquée en immersion. Il est responsable du déroulement de la plongée et s'assure que les caractéristiques de celle-ci sont adaptées aux circonstances et aux compétences des participants.
- Sauf dans les piscines ou fosses de plongée dont la profondeur n'excède pas 6 mètres, le "Guide de palanquée" est équipé d'un système gonflable au moyen de gaz comprimé lui permettant de regagner la surface et de s'y maintenir; ainsi que des moyens de contrôler personnellement les caractéristiques de la plongée et de la remontée de sa palanquée.
- En milieu naturel le "Guide de palanquée" est équipé d'un équipement de plongée muni de 2 sorties indépendantes et de 2 détendeurs complets.

4.2.4 Les espaces d'évolution :

- Les plongeurs accèdent selon leurs compétences à différents espaces d'évolution :
 - Espace proche = de 0 à 6 mètres.
 - Espace médian = de 6 à 20 mètres.
 - Espace lointain = de 20 à 40 mètres.

Dans des conditions matérielles et techniques favorables, l'espace médian et lointain peut être étendu dans la limite de 5 mètres.

4.2.5 Le matériel d'assistance et de secours :

- Un moyen de communication permettant de prévenir les secours.
- Une trousse de secours (pansements compressifs, antiseptique local de type Ammonium quaternaire, crème antiactinique, bande Velpeau de 5 cm, de l'aspirine en poudre non effervescente).
- De l'eau douce potable non gazeuse.
- Un ballon auto-remplisseur à valve unidirectionnelle (BAVU) avec sac de réserve d'oxygène (éventuellement un aspirateur de mucosité).
- Une bouteille d'oxygène gonflée d'une capacité suffisante pour permettre un traitement adapté à la plongée, avec mano détendeur et tuyau de raccordement au BAVU.
- Une bouteille d'air de secours équipée de son détendeur, une tablette de notation et un jeu de tables (pour les plongées se déroulant au-delà de l'espace proche).
- Une couverture isothermique.
- En milieu naturel, un moyen de rappeler depuis la surface les plongeurs en immersion.
- L'activité de plongée est matérialisée selon la réglementation en vigueur.
- Les matériels et équipements nautiques des plongeurs sont conformes à la réglementation en vigueur et correctement entretenus.

Conditions de pratique de la plongée en milieu naturel - Arrêté du 22 Juin 98 - Annexe III a et III b								
Baptême	Niveau 0		Niveau 1		Niveau 2		Niveau 3, 4 et 5	
	Exploration	Enseignement	Exploration	Enseignement	Exploration	Enseignement	Exploration	Enseignement
E1 P0	P4 (P4)	E1 (P4)	Après formation adaptée E3 + P4 P1 P1 P1 P1 P1 P1 P1 P1 P1 P1 Zone des 10 m	E2 (P4) P1 P1 P1 P1	Avec accord du Directeur de Plongée P2 P2 P2 (majeur)	E2 (P4) P2 P2 P2 P2	P3 P3 P3 P4 P4 P4	
	P0 P0 P0 P0	P0 P0 P0 P0						
Espace proche de 0 à 6 m	P4 (P4)	E2 (P4)						
Espace médian de 6 à 20 m	P0 P0 P0 P0	P0 P0 P0 P0	P4 (P4) P1 P1 P1 P1		Bouée Montre Profondimètre Tables Double détendeur		P5 P5 P5	
	En fin de Formation							
			Espace lointain de 20 à 40 m	E3 (P4) P1 P1	P4 P2 P2 P2 P2	E3 (P4) P2 P2	Bouée Montre Profondimètre Tables Double détendeur	
				En fin de formation				E4 (E4) P3 P3 P3 P4 P4 P4 P5 P5 P5
								limité à 60 m

Plongeur: Débutant : P0
Niveau 1 : P1
Niveau 2 : P2
Niveau 3 : P3
Niveau 4 : P4
Niveau 5 : P5

Encadrement: Niveau 1 : E1
Niveau 2 : E2
Niveau 3 : E3
Niveau 4 : E4
Présence facultative ()

Le Directeur de plongée est, sur les lieux de plongée, titulaire au minimum :
- du Niveau 3 d'encadrement en cas d'enseignement.
- du Niveau 5 de plongeur en cas d'exploration.

L'encadrement est le minimum exigé
L'effectif est le maximum autorisé

4.4 Les équivalences C.M.A.S:

- Les brevets de plongeurs ou de moniteurs fédéraux permettent d'obtenir par équivalence un brevet C.M.A.S.
- Ces brevets C.M.A.S permettent d'être reconnu suivant son niveau de formation dans la plupart des pays affiliés à la Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques.
- Chaque brevet de plongeur ou de moniteur de la F.F.E.S.S.M possède son équivalence C.M.A.S qui est désignée par un nombre d'étoiles.
- La première particularité dans ces équivalences est que le plongeur Autonome Niveau III ou le Capacitaire Niveau IV obtienne la même équivalence à savoir "Plongeur *** étoiles".
- Ceci étant normal car ces brevets de plongeur ont les mêmes prérogatives de plongée.
- La deuxième particularité concerne une équivalence de moniteur, en effet la possession conjointe du Capacitaire Niveau IV et du Brevet d'Initiateur Club permet d'obtenir l'équivalence de "Moniteur * étoile".
- Pour les Niveaux I, II et III de plongeur, c'est le Club qui enregistre sur un carnet à talons les renseignements concernant le lauréat et c'est lui même qui enverra le volet d'enregistrement au siège fédéral.
- La fédération lui renvoyant en retour sa carte double face F.F.E.S.S.M / C.M.A.S.
- Pour le Niveau IV de plongeur et les Niveaux II et III d'encadrement, c'est la C.T.R qui enregistre sur un carnet à talons les renseignements concernant le lauréat et c'est elle qui enverra directement le volet d'enregistrement au siège fédéral.
- La fédération renvoyant directement au lauréat sa carte double face F.F.E.S.S.M / C.M.A.S.
- Vous trouverez en "**Annexe 2**" les tableaux des équivalences C.M.A.S pour les plongeurs et les moniteurs.

4.5 Le brevet élémentaire Niveau I:

4.5.1 Conditions de candidature:

- Etre licencié à la F.F.E.S.S.M.
- Etre âgé d'au moins 14 ans (autorisation du responsable légal pour les moins de 18 ans).
- L'age minimum peut être ramené à 12 ans sous les conditions suivantes:
 - . demande formulée par l'enfant.
 - . demande de dérogation formulée par les parents au Président du Club.
 - . avis favorable du moniteur et du Président du Club.
 - . présentation d'un certificat médical établi par un médecin fédéral.
- Etre en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la plongée subaquatique de moins d'un an.

4.5.2 Contrôle des acquis:

PRATIQUE: Groupe A:

- En maillot de bain effectuer 200 mètres de nage libre en continu sans limitation de temps.
- Avec P.M.T parcourir 200 mètres en nage ventrale avec utilisation des bras.
- Avec P.M.T descendre en apnée à une profondeur variant entre 3 et 5 mètres.

Groupe B: Exercices avec scaphandre.

- En préalable aux exercices du groupe B en immersion entre 3 et 5 mètres, le moniteur devra s'assurer, dans l'ordre chronologique ci-dessous:
 - a) que l'élève maîtrise la remontée en expiration de cette profondeur et effectue cette remontée en conservant impérativement l'embout en bouche.
 - b) que son élève est apte à remonter vers la surface par phases successives au cours desquelles il ôtera son détendeur de la bouche et le conservera en main, remontera en expiration en reprenant obligatoirement son détendeur au moins une fois au cours de la remontée afin d'effectuer un cycle ventilatoire complet (simulation de la reprise d'embout dans l'exercice d'échange).
- S'équiper et se déséquiper.
- Se mettre à l'eau à l'échelle et par saut droit.

- A la suite d'une immersion, passer de l'embout au tuba, effectuer en surface un parcours de 100 mètres, repasser à l'embout, décapeler le scaphandre et le donner à un coéquipier (à quai ou sur une embarcation).
- S'immerger en canard et/ou en phoque et effectuer un exercice de poumon ballast entre 3 et 5 mètres.
- Enlever le masque et effectuer plusieurs cycles respiratoires, remettre le masque et le vider.
- Echanger les signes de plongée nécessaires à sa propre sécurité.
- Effectuer avec le moniteur un exercice de respiration à 2 sur un même embout en déplacement.
- Nager 50 mètres en nage dorsale sans embout ni tuba.

THEORIQUE: Groupe C:

- L'utilisation du matériel de plongée élémentaire.
- La prévention des barotraumatismes.
- Les consignes de sécurité.
- La réglementation:
 - Prérogatives.
 - Equivalence C.M.A.S.
 - Le Club et son organisation.
 - La structure Fédérale.
 - La licence, le certificat médical.
 - Le respect de l'environnement.
 - Le permis de chasse.
 - La revue "SUBAQUA".

4.6 L'autonome Niveau II:

4.6.1 Conditions de candidature:

- Etre licencié à la F.F.E.S.S.M.
- Etre âgé d'au moins 16 ans (autorisation du responsable légal pour les moins de 18 ans).
- Etre titulaire du Niveau I de la F.F.E.S.S.M ou d'un brevet admis en équivalence.
- Présenter le carnet de plongées.
- Etre possesseur d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la plongée subaquatique de moins d'un an, délivré par un Médecin Fédéral ou titulaire d'un C.E.S de médecine du sport.

4.6.2 Contrôle des acquis:

EXERCICES PRATIQUES: Groupe 1:

- Avec P.M.T parcourir une distance de 500 mètres.
- Avec le même équipement, descendre en apnée à une profondeur de 5 mètres et y effectuer un parcours de 10 mètres.
- Avec le scaphandre capelé, effectuer un parcours de 250 mètres en surface.

Groupe 2:

Exercices de plongée en scaphandre sur un fond de 5 mètres.

- Décapelage suivi d'un déplacement sur le fond, l'embout en bouche, puis recapelage.
- Echange de scaphandre.

Exercice de plongée en scaphandre à 10 mètres.

- Maîtrise de la remontée en expiration de 10 mètres. Cette remontée s'effectuera en conservant impérativement l'embout en bouche.

Groupe 3:

Exercice de plongée en scaphandre à 20 mètres.

- En préalable aux exercices du groupe 3, le moniteur devra s'assurer impérativement que son élève:

a) maîtrise la remontée en expiration de 10 mètres.

b) est apte à remonter vers la surface par phases successives au cours desquelles le plongeur, depuis 10 mètres:

ôtera son détendeur de la bouche et le conservera en main, remontera en expirant et en reprenant obligatoirement son détendeur tous les 2 mètres afin d'effectuer au moins un cycle ventilatoire complet à chaque phase de remontée

- Saut masque à la main, vidage du masque sans faire surface.
- Descente en pleine eau.
- Vidage du masque à 20 mètres.
- Interprétation des signes.
- Lâcher d'embout, expiration, signe "je n'ai plus d'air", prise de l'embout du moniteur;

remontée à 2 sur 1 embout, l'élève assistant le moniteur, arrêt à 3 mètres, puis poursuite de la remontée sur la directive du moniteur.

Groupe 4:

- Aptitude à évoluer, entre niveaux II, en autonomie, dans l'espace médian.

Groupe 5:

Exercice de plongée en scaphandre dans la zone des 20 mètres.

- Stabilisation en pleine eau à l'aide du gilet de sécurité entre 15 et 20 mètres.
- Assistance ou sauvetage depuis une profondeur de 20 mètres d'un plongeur en difficulté, à l'aide d'un gilet de sécurité à la vitesse de 17 mètres / minute.

CONNAISSANCES THEORIQUES: Groupe 6 (questions orales ou écrites)

- L'utilisation pratique des tables de plongée:
 - Plongée simple.
 - Courbe de sécurité.
 - Plongées consécutives.
 - Procédure de remontées anormales.
 - Plongées successives (calcul de la majoration).

- La réglementation:
 - Prérogatives (attention au moins de 18 ans dans la fonction de "Guide de palanquée").
 - Equivalence C.M.A.S.
 - Structure Fédérale.
 - Le Club, son organisation, les commissions.
 - Le respect de l'environnement.
 - Le permis de chasse.
 - L'organisation de plongée en autonomie dans l'espace médian sous la responsabilité du Directeur de plongée.
 - La réglementation concernant le matériel.
 - Les orientations après le Niveau II soit Niveau III ou Niveau IV.
- La noyade.
- Des notions concernant le phénomène d'essoufflement et la conduite à tenir dans ce cas.
- Les principes de base de fonctionnement d'un mécanisme de réserve et d'un détenteur. Entretien et chargement des bouteilles.
- Les règles de sécurité en plongée.
- Des notions élémentaires propres au respect de l'environnement.
- Des notions de calcul d'autonomie.
- Des notions de calcul de flottabilité.
- Des notions succinctes sur les symptômes des accidents de décompression et des accidents barotraumatiques, leurs préventions et la conduite à tenir dans ces cas.

5) APPROCHE DE LA PEDAGOGIE

5.1 Qu'est ce que la pédagogie:

- On entend par "*Pédagogie*", l'ensemble des méthodes d'éducation et d'instruction.
- L'éducation tend à modifier le comportement de l'élève plongeur à travers le développement de ses qualités physiques, intellectuelles et morales; l'instruction, elle, tend au développement du savoir pur de l'élève.
- L'initiateur de plongée doit transmettre ses connaissances, de la qualité de cette transmission, dépend la progression de ses élèves; il doit utiliser au mieux ses qualités pédagogiques.
- Ceci nécessite de posséder des connaissances approfondies de la matière à enseigner; on peut dire qu'à priori les initiateurs possèdent le fond et les plus grandes difficultés voire les divergences surviennent de la forme, c'est à dire de la façon d'enseigner.
- La pédagogie est donc la science de la forme; mais la qualité de la pédagogie résulte de la maîtrise parfaite de la connaissance.

Victor HUGO disait : "La forme c'est le fond qui remonte à la surface".

- Il existe deux grands courants de pensée en matière de pédagogie qui tendent à se rapprocher pour former une méthode globale d'enseignement plus souple et plus adaptée à nos profils variés d'élèves plongeurs.

5.1.1 Pédagogie intuitive ou traditionnelle:

- L'élève met en pratique des connaissances apportées préalablement et progresse selon un cursus bien défini qu'il connaît. Le contenu des cours étant mis au point par des spécialistes (progression, programme de stage, cours types...).

5.1.2 Pédagogie de la découverte:

- L'initiateur confronte l'élève à des situations pédagogiques de difficultés croissantes. L'élève doit résoudre de lui même le problème posé, ce n'est qu'ensuite que l'apport de connaissance est dispensé.
- A l'heure actuelle, on peut dire qu'un amalgame de ses deux méthodes est utilisé pour bénéficier des avantages de chacune. Suivant les difficultés des exercices et la situation d'apprentissage des élèves, l'initiateur pourra passer de l'une à l'autre.
- L'initiateur essayant de créer de la meilleure façon des situations pré définies ou de découverte qui permettront de faire évoluer l'aisance aquatique de ses élèves.

5.2 Notions de communication:

- Nous avons vu précédemment que la pédagogie est la science de la forme et que l'initiateur peut utiliser différentes méthodes d'enseignement mais la transmission de ses connaissances avec toute grande maîtrise pédagogique passe obligatoirement par le domaine de la "COMMUNICATION".
- La communication met en jeu "Un Emetteur": l'initiateur et "Un ou Plusieurs Récepteurs": les élèves.
- L'émetteur (l'initiateur) communique des messages visuels ou sonores aux récepteurs (les élèves).
- Les messages seront altérés par de nombreux filtres existants entre l'émetteur et les récepteurs, diminuant d'autant la valeur de l'émission.
- Par voie de conséquence et afin d'avoir une réception de qualité nous voyons qu'il est nécessaire à l'émetteur (l'initiateur) de rechercher un niveau d'émission le plus large possible.
- Nous retiendrons les deux filtres les plus importants qui sont le "Langage" et la "Culture"; en effet la communication sera toujours dépendante de la qualité du message transmis et de la capacité des récepteurs à décoder le message.
- Il faudra également contrôler les informations en retour "Feed Back" pour vérifier si le message a été compris.
- L'initiateur dispose de différents outils de retour d'information:

L'Ecoute : Ecouter c'est prendre le temps pour analyser, interpréter ce qui a été dit ou non dit.

Le Dialogue: Dialoguer par le jeu des questions/réponses; mais il faut bien sûr savoir attendre et écouter les réponses.

La Reformulation: Reformuler une explication ou une réponse d'un élève avec ses propres mots permet de montrer que l'on a bien compris le message de l'élève.

L'Observation: L'Observation reste le moyen le plus naturel pour vérifier que l'on est compris.
L'initiateur ne doit pas laisser indifférent.

- Cet échange continu entre l'initiateur par ses messages émis et l'élève par ses retours d'information est la base de la communication; il faudra bien sûr que notre initiateur développe certaines qualités.

5.3 Qualités de l'initiateur:

- L'initiateur devra maintenir et développer ses connaissances de fond acquises par l'enseignement, la lecture spécifique, l'expérience personnelle ou celle des autres; ce sera "*Sa Culture*".
- L'initiateur devra posséder une bonne personnalité, être sympathique, patient, prévenant et rigoureux.
- L'initiateur devra assurer une bonne présence, montrer de la conviction, rester maître de la situation à tout moment tout en respectant les élèves.
- L'initiateur devra se faire respecter et être respecté par ses élèves.
- L'acquisition de ces différentes qualités devra se faire au cours de sa formation.
- Ceci lui permettra, entre autre, de capter et maintenir l'attention d'un auditoire le plus souvent hétérogène.

5.4 Hétérogénéité des élèves:

- Les principaux inconvénients concernant l'auditoire sont les différences d'âge, de sexe, de formation, de milieu social et de motivation (physique, loisir ou détente).

Mais il existe surtout deux caractéristiques favorables:

- L'auditoire est "*Disponible*" les élèves ont choisi de venir; et l'auditoire est également "*Attentif*".

- Ces principes de base de la pédagogie et de la communication étant posés, nous pouvons analyser maintenant le contenu de

"La matière à enseigner"

6) LA MATIERE A ENSEIGNER

- L'ensemble de la matière à transmettre par l'initiateur est divisé en connaissances théoriques et pratiques dont le contenu est directement lié aux niveaux de formation des plongeurs.

6.1 Contenu de la théorie:

- L'initiateur, d'après ses prérogatives d'enseignement, devra transmettre à ses élèves des notions théoriques indispensables à la compréhension des phénomènes "*PHYSIQUES*" rencontrés par le plongeur dans le milieu aquatique conduisant à des adaptations "*MATERIELLES*" et "*PHYSIOLOGIQUES*" comportant des risques "*d'INCIDENTS*" voire "*d'ACCIDENTS*" qu'ils auront à prévenir par la maîtrise des "*TABLES*".
- Ces notions théoriques, à partir d'un certain niveau de formation de plongeur, sont dispensées par des Moniteurs Fédéraux.

6.2 Contenu de la pratique:

- L'initiateur, suivant ses prérogatives d'enseignement, devra transmettre des notions pratiques indispensables à la réalisation d'exercices d'aisance et d'exercices techniques ayant pour "*OBJECTIF FINAL*".

"L'adaptation en toute sécurité de l'homme au milieu subaquatique, permettant la découverte de celui-ci, à l'aide d'un appareillage spécifique".

- Il y a lieu d'analyser dans la formulation de cet "*OBJECTIF FINAL*" les paramètres à maîtriser qui y sont mis en valeur à savoir:

"L'homme, le milieu et l'appareillage"

6.3 l'homme:

- L'homme quelle que soit sa motivation, devra pour pratiquer cette activité de loisir posséder:

Une intégrité fonctionnelle caractérisée par:

- Un minimum de conditions physiques (motricité, locomotion...).
- Des qualités physiologiques d'adaptation (froid, pression, respiration, équilibre).
- Des qualités psychologiques (appréciation des dangers, évaluation de ses limites, peur, anxiété, claustrophobie, conscience collective, stabilité mentale).

- Le tout étant attesté par un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la plongée.

6.4 Le milieu:

- La pratique de l'activité subaquatique a lieu dans un milieu à la fois simple et compliqué.
- Plonger, c'est évoluer dans un milieu irrespirable, c'est la seule discipline subaquatique où il y a asphyxie.
- L'évolution dans ce milieu inspire souvent la crainte ou la panique. De plus il y a perte d'un maximum de références terrestres:

Les Appuis: L'homme est maladroit, il évolue dans un monde en 3 dimensions, en apesanteur et sans appuis statiques sous ses pieds.

La Perception: Celle ci se trouve altérée, l'homme devient sourd (cagoule), aveugle (champ de vision réduit, vision en tunnel, grossissement et rapprochement).

La Verticalité: L'homme a été conçu pour vivre debout, les déplacements aquatiques sont faits le plus souvent allongés.

La Respiration: Qui est vitale pour l'homme , mais qui lui est inconnue dans le milieu aquatique car faite en situation hyperbare et avec variation de pression.

6.5 L'appareillage:

- L'appareillage pour pratiquer l'activité de plongée offre certains avantages mais également des inconvénients:

Avantages: Sort du commun (intérêt de société).
Technique, nécessite une bonne sensibilisation.
Assistance mutuelle, notion de responsabilité.

Inconvénients: Très spécifiques, sophistiqués par rapport à d'autres sports.
Sa technicité peut nuire à l'esprit de loisir.
Il est encombrant, lourd et il est onéreux (source de sacrifice).

- Tous ces différents paramètres vont imposer à l'initiateur de créer des situations d'exercices directement liées au niveau de formation et qui vont s'organiser autour de 2 grands domaines de pédagogie qu'on appellera:

"Pédagogie Préparatoire et Pédagogie Pratique".

6.6 La pédagogie préparatoire:

- C'est l'ensemble des exercices en P.M.T de préparation à l'utilisation du scaphandre, mais également des éléments propres à un exercice de scaphandre.
- On retrouvera avec une certaine progression et organisation les différents exercices suivants:
 - Baptêmes (promotion, après P.M.T, enfant, chasseur).
 - Familiarisation avec le matériel P.M.T.C.C.
 - Initiation aux différents palmages (sustentation, ventral, dorsal, costal).
 - Le palmage en immersion.
 - Les différentes techniques de mise à l'eau (à l'échelle, saut droit, saut arrière).
 - Les différentes techniques d'immersion (phoque, canard).
 - La dissociation bucco-nasale (apnée, respiration tuba).
 - Le vidage du tuba.
 - Le vidage du masque.
 - Les signes élémentaires (ok, ça ne va pas, équilibre, monte, descend, regarde, stop, toi, moi).
 - Synthèse préparatoire.

6.7 La pédagogie pratique:

- C'est l'ensemble des exercices spécifiques à l'utilisation du scaphandre.
- On retrouvera avec également une certaine progression et organisation les différents exercices suivants:
 - Familiarisation avec le scaphandre (s'équiper correctement).
 - Montage et démontage du détendeur.
 - Le palmage en immersion, le capelé en surface (ventral et dorsal).
 - Les différentes techniques de mise à l'eau (à l'échelle, saut droit, saut arrière).
 - Les différentes techniques d'immersion (phoque, canard).
 - La remontée en expiration contrôlée.

- Le poumon ballast.
- Le lâcher et reprise d'embout.
- La remontée sans embout.
- Les signes de communication.
- Le vidage du masque.
- L'échange d'embout statique et en déplacement.
- Capelage, décapelage, échange de scaphandre.
- Synthèse scaphandre.
- Initiation à la bouée ou au gilet.
- Remontée seule (vitesse contrôlée ou rapide).
- Remontée assistée à vitesse contrôlée.
- Remontée en sauvetage.
- Sauvetage à la palme.
- Descente en pleine eau.
- Orientation et conduite de palanquée.
- Tous ces différents exercices peuvent être classés par thèmes pour lesquels l'initiateur créera des situations pédagogiques adaptées:
 - Exercices d'aisance.
 - Exercices de motricité.
 - Exercices de sécurité.
 - Exercices de perfectionnement.
 - Exercices d'assistance.
 - Exercices de sauvetage.
 - Exercices de communication.
- L'organisation de toutes ces séquences d'enseignement s'appelle:

"La Progression Pédagogique"

6.8 La progression pédagogique:

6.8.1 Le baptême de plongée:

6.8.2 La préparation Niveau I:

- En maillot de bain: - 200 mètres nage libre.
 - Avec P.M.T:
 - familiarisation avec le matériel, s'équiper correctement.
 - étude des différentes mise à l'eau.
 - nage avec masque respiration au tuba.
 - vidage du tuba.
 - étude des différents palmages (sustentation, ventral, dorsal, costal)
 - dissociation bucco-nasale.
 - initiation à l'apnée (petit déplacement sous la surface fond de 3 à 5 mètres).
 - étude des différentes techniques d'immersion (phoque, canard).
 - équilibrage oreilles et masque.
 - le palmage en immersion (apnée).
 - perfectionnement du palmage ventral (distance jusque 200 mètres).
 - vidage du masque.
 - synthèse avec P.M.T.
- Code de communication élémentaire:
- ça va.
 - ça ne va pas.
 - toi, moi.
 - on monte, on descend.
 - stop.
 - regarde moi
 - équilibre.
- Règles de sécurité:
- équilibrages.
- Avec scaphandre:
 - familiarisation avec le matériel s'équiper correctement.
 - montage et démontage du détendeur.
 - mise à l'eau à l'échelle.
 - équilibrage oreilles et masque.
 - respiration au détendeur (en appui).
 - lâcher et reprise d'embout (petit fond).
 - remontée en expiration contrôlée.
 - remontée sans embout de 2 à 5 mètres.
 - vidage du masque (maxi 2 mètres).
 - technique d'immersion, phoque et canard avec scaphandre.
 - vidage de masque et lâcher d'embout.
 - palmage en immersion.
 - exercice de poumons ballast.
 - mise à l'eau par saut.
 - respiration à 2 sur 1 embout (statique et en déplacement).
 - nage au tuba avec bouteille capelée (progressivement jusque 100 mètres).
- Code de communication: élémentaire +
- je suis sur réserve.
 - je ne peux pas tirer ma réserve.
 - je n'ai plus d'air.
 - je suis essoufflé.
 - j'ai froid.
- Règles de sécurité:
- équilibrages.
 - respiration libre à la remontée

passer	- décapelage en surface pour sa bouteille à un coéquipier.
50 m.	- parcours capelé dorsal jusqu'à - synthèse scaphandre.

EVALUATION ELEMENTAIRE NIVEAU I

6.8.3 La préparation Niveau II:

• Avec P.M.T:	- parcours progressif jusqu'à 500 m. - parcours en apnée de 10 m sur un fond de 5 m.
• Avec scaphandre:	- saut masque à la main, vidage du masque en immersion. - remontée en expiration contrôlée de 10 mètres embout en bouche.
Code de communication.	- remontée sans embout de 10 mètres. - décapelage et recapelage sur un fond de 2 à 5 mètres. - échange de scaphandre.
Connaissance du milieu.	- respiration à 2 sur 1 embout en déplacement horizontal puis vertical. - initiation à la bouée ou au gilet.
Règles de sécurité.	- descente en pleine eau à 20 mètres. - vidage du masque. - évolution dans la zone des 20 mètres. - remontée à vitesse contrôlée à 2 sur 1 embout, l'élève assistant le moniteur.
Organisation de plongée.	- stabilisation en pleine eau à 20 mètres à l'aide de la bouée ou du gilet. - remontée assistée, à vitesse contrôlée d'un plongeur en difficulté à l'aide de la bouée ou du gilet d'un fond de 20 mètres. - parcours capelé jusqu'à 250 mètres. - orientation avec et sans instrument. - conduite de palanquée.

EVALUATION AUTONOME NIVEAU II

- L'évaluation du Niveau II constitue la limite réglementaire des enseignements théoriques et pratiques de l'Initiateur Club.

- Toutefois, de par sa mission d'encadrant organisateur de séance de plongée, il est nécessaire au futur Initiateur Club de connaître les niveaux de formation et les prérogatives des plongeurs au delà du Niveau II.

6.8.4 La préparation Niveau III:

- Avec scaphandre:
 - descente en pleine eau à 40 mètres.
 - vidage du masque.
- Code de communication.
 - stabilisation en pleine eau à 40 mètres à l'aide de la bouée ou du gilet.
- Connaissance du milieu.
 - remontée à vitesse contrôlée d'une profondeur de 40 mètres jusqu'à 3 mètres.
- Règles de sécurité.
 - remontée à vitesse contrôlée à 2 sur 1 embout d'une profondeur de 40 mètres.
- Organisation de plongée.
 - remontée assistée, à vitesse contrôlée d'un plongeur en difficulté à l'aide de la bouée ou du gilet d'un fond de 40 mètres.
 - orientation avec et sans instrument.
 - conduite de palanquée.

EVALUATION AUTONOME NIVEAU III

6.8.5 La préparation Niveau IV:

- Avec P.M.T:
 - parcours progressif jusque 800 mètres.
 - effectuer un parcours de 100 mètres avec P.M.T, descendre à 5 mètres et tenir une apnée de 20" en déplacement; après une récupération de 10" en surface, redescendre à 5 mètres remonter un mannequin et le tirer sur 100 mètres.
 - descendre en apnée à 10 mètres.
- Avec scaphandre:
 - parcours capelé progressif jusque 500 mètres.
- Code de communication.
 - sauvetage d'un plongeur de 20 mètres, le maintenir 2' en surface, le déséquiper.
- Connaissance du milieu.
 - descente en pleine eau à 40 mètres.
 - vidage du masque.
- Règles de sécurité.
 - stabilisation en pleine eau à 40 mètres à l'aide de la bouée ou du gilet.
- Organisation de plongée.
 - remontée à vitesse contrôlée à 2 sur 1 embout d'une profondeur de 40 mètres.
- Matelotage.
 - remontée sans embout de 20 mètres.
- Règles de navigation.
 - remontée assistée, à vitesse contrôlée d'un plongeur en difficulté à l'aide de la

- bouée ou du gilet d'un fond de 30 mètres.
- orientation avec et sans instrument.
- conduite de palanquée.

EVALUATION CAPACITAIRE NIVEAU IV

6.8.6 La préparation Niveau V:

- Le niveau V est un plongeur de Niveau IV ayant acquis les compétences nécessaires à l'organisation de plongée d'exploration.
- La qualification de "Directeur de plongée" ne peut s'exercer qu'au sein du Club de délivrance; après enregistrement à la Commission Technique Régionale dont le Club dépend.
- L'évaluation en situation sur les sites de plongée portera sur:
 - Le choix des sites de plongée en fonction des conditions de météo et des niveaux des élèves.
 - L'organisation et la gestion des plongées; la planification des palanquées en fonction des niveaux des élèves avec le dispositif de surveillance adapté.
 - La connaissance des procédures de mise en oeuvre des secours.
 - La capacité à diriger et donner des consignes de sécurité aux "Guides de palanquée".

EVALUATION QUALIFICATION NIVEAU V

- Cette proposition de progression pédagogique permettra à l'initiateur d'organiser chronologiquement son enseignement mais il devra également tenir compte:
 - d'une progression en difficulté et en intensité des exercices ou fraction d'exercices.
 - d'une progression des exercices dans le programme d'une séance.
 - d'une progression des séances dans un cycle de formation.
- Le contenu global de la matière à enseigner étant défini nous allons nous intéresser à:

"L'organisation de l'enseignement"

7) ORGANISATION DE L'ENSEIGNEMENT

7.1 Méthodologie:

- Nous avons vu précédemment dans la matière à enseigner quel était le cadre global d'enseignement, que nous avons défini comme un **"OBJECTIF FINAL"** et qui s'énonçait:

"L'adaptation en toute sécurité de l'homme au milieu subaquatique, permettant la découverte de celui-ci, à l'aide d'un appareillage spécifique".

- Cette finalité de notre enseignement nous permet; si nous analysons les compétences techniques nécessaires pour chaque niveau de formation, de définir:

"Le profil de sortie du plongeur".

- La définition du **"PROFIL DE SORTIE"** nous fixe le contenu technique global que doit acquérir le plongeur à la fin de sa formation.
- Nous pouvons découper, démultiplier les tâches du domaine le plus général, au domaine le plus spécifié et ainsi définir des:

"Objectifs intermédiaires"

- Qui regroupent un ensemble de capacités à acquérir, de compétences recherchées, d'un niveau de maîtrise escompté et des:

"Objectifs spécifiques".

- Qui représentent l'ensemble des comportements dont le plongeur doit se montrer capable, pour être reconnu compétent et les modalités d'évaluation.
- Nous allons décomposer ci-dessous avec les différents objectifs les contenus de formation des plongeurs de Niveau I et de Niveau II.

7.2 Le contenu de formation Niveau I :

ACQUIS / PRE-REQUIS	Aisance aquatique Savoir nager
----------------------------	-----------------------------------

OBJECTIF FINAL	C'est un plongeur capable d'évoluer, encadré dans l'espace médian.
-----------------------	--

PROFIL DE SORTIE	Plongeur sachant évoluer avec aisance au sein du milieu proche, pallier tout incident, en demandant éventuellement assistance. Il n'est en aucun cas autonome.
-------------------------	--

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES	Le matériel	Influences du milieu	La réglementation	Maitrise de la propulsion	Maitrise de la ventilation	Maitrise de l'équilibre	Maitrise de la sécurité
---------------------------------	-------------	----------------------	-------------------	---------------------------	----------------------------	-------------------------	-------------------------

OBJECTIFS SPECIFIQUES	. La bouteille . Les inscriptions . Les robinets: Conservation Réserve . Le détendeur . Réépreuve T.I.V	. Les pressions . Les équilibrages . Paramètres: (temps, prof, vitesse) . La courbe de sécurité . Respiration libre . Les barotraumatismes . Danger du milieu	. La structure . Prérogative . Equivalence . La licence . Le certificat médical . L'assurance . Le Club . Le permis de chasse . Consigne de sécurité	. Le matériel P.M.T . Les palmages: sustentation ventral dorsal costal en immersion . Le phoque . Le canard . Les sauts . Capelé ventral . Décapelage surface	. La dissociation . La respiration au tuba . Le vidage du tuba . L'apnée . Vidage du masque . La respiration au détendeur . Lâcher et reprise d'embout . Remontée en expiration contrôlée . Remontée sans embout . L'échange d'embout statique	. Le lestage . Poumon ballast . Les déplacements en immersion	. Les équilibrages: masque oreilles . Signes élémentaires (ok, ça ne va pas, toi, moi, stop, monte, descend, équilibre, regarde) . Signes d'assistance je suis sur réserve je n'arrive pas à tirer ma réserve je n'ai plus d'air je suis essouffé . L'échange d'embout en déplacement
------------------------------	---	--	--	--	---	---	---

7.3 Le contenu de formation Niveau II :

ACQUIS / PRE-REQUIS	Aisance aquatique en P.M.T en scaphandre de la formation Niveau 1
----------------------------	---

OBJECTIF FINAL	C'est un plongeur capable d'évoluer, encadré dans l'espace lointain et en autonomie dans l'espace médian.
-----------------------	---

PROFIL DE SORTIE	Plongeur sachant évoluer avec aisance au sein du milieu médian, pallier tout incident, en apportant éventuellement assistance à d'autres plongeurs de même niveau. Il n'est en aucun cas organisateur de plongée.
-------------------------	---

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES	Le matériel	Influences du milieu	La réglementation	Maitrise de la propulsion	Maitrise de la ventilation	Maitrise de l'équilibre	Maitrise de la sécurité
---------------------------------	-------------	----------------------	-------------------	---------------------------	----------------------------	-------------------------	-------------------------

OBJECTIFS SPECIFIQUES	. La bouteille . Les robinets: Conservation Réserve . Le détendeur . Réépreuve T.I.V . L'entretien . Le compresseur . La bouée ou le gilet . Principe de base de fonctionnement . Le profondimètre . Le manomètre	. Les pressions . Variation volume/Pres. . Les équilibrages . Les barotraumatismes . La flottabilité . Le lestage . Autonomie . Consommation . Dissolution . Utilisation des tables: (simple, remontée lente, rapide, consécutive, successive) . La ventilation . L'essoufflement . Respiration libre . Surpression pulmonaire . Acc. de décompression . Optique et son . Le froid	. La structure . Prérogative . Equivalence . La licence . Le certificat médical . L'assurance . Le Club . Le permis de chasse . Consigne de sécurité . Respect et danger du milieu . Les commissions . Le guide de palanquée	. Perfectionnement des différents palmages . Parcours en apnée en immersion sur 10 m . Parcours en capelé ventral jusque 250 m . Descente en pleine eau . Déplacement en immersion	. La dissociation . La respiration au tuba . Vidage du tuba . L'apnée . Vidage du masque en pleine eau, au fond . Remontée en expiration contrôlée de 10 m . Remontée sans embout de 10 m . La ventilation en plongée (20 m)	. Le lestage . Poumon ballast . Les déplacements en immersion . Décapelage et recapelage à 5 m . Echange de scaphandre . Stabilisation en pleine eau (bouée ou gilet)	. Les équilibrages: masque, oreilles sinus, dents . Signes élémentaires (ok, ça ne va pas, toi, moi, stop, monte, descend, équilibre, regarde) . Signes d'assistance je suis sur réserve je n'arrive pas à tirer ma réserve je n'ai plus d'air je suis essouffé j'ai froid j'ai des vertiges . Remontée à 2 sur 1 embout . Remontée assistée
------------------------------	--	---	---	--	---	--	---

- L'ensemble de ces objectifs spécifiques d'aisance, de sécurité que le plongeur suivant son niveau doit acquérir sera enseigné par l'initiateur au cours de séances, de stages ou de cycle de formation.
- Dans tous les cas et pour chaque objectif spécifique l'initiateur pourra construire son organisation de cours ou de séance en répondant à cette règle mnémotechnique du:

"Q,Q,P,O,Q,C ?"

7.4 Qui fait Quoi, Pourquoi, Où, Quand et Comment?:

- **Qui:** - Permet de définir la population, le niveau, le nombre et la motivation des élèves.
- **Quoi:** - Permet de définir le contenu et le déroulement du cours, de la séance, de l'exercice et également des pré requis nécessaires.
- **Pourquoi:** - Permet de définir l'objectif du cours, de la séance ou de l'exercice spécifique.
- **Où:** - Permet de définir le milieu d'évolution, la sécurité et l'aménagement éventuel de ce milieu.
- **Quand:** - Permet de situer l'exercice, la séance dans la progression. Fixe également les acquis.
- **Comment:** - Permet de définir les moyens pédagogiques utilisés pour l'exercice (démonstration, matériel, jeu, travail seul, en binôme).
- L'initiateur ayant répondu à tous ces différents paramètres de construction de cours, il devra suivre un cheminement logique de présentation qu'il s'efforcera de garder présent dans son esprit; lui permettant ainsi de bien positionner les points importants les uns par rapport aux autres et de ne pas en oublier, c'est:

"L'Anatomie d'une séance de plongée".

7.5 Anatomie d'une séance de plongée:

7.5.1 Début de séance:

- Contact avec les élèves:
 - Présentation mutuelle (mise en confiance, tutoiement, esprit de détente).
 - Motivations personnelles (loisirs, détente, examen).
 - Vérifications administratives (licence, autorisation médicale, parentale pour les mineurs, non contre-indications).

- Evaluation du niveau:
 - Situation des élèves dans la progression (questions / réponses).
 - Contrôle des acquis nécessaires.

- Présentation de l'exercice:
 - Justification par rapport à la pratique (aisance, sécurité, technique individuelle).
 - Préparation pour une épreuve d'examen.
 - Organisation de la séance (création de binômes).
 - Organisation de la sécurité (zone de travail, surveillance surface, matériel de secours).

7.5.2 Présentation au sec:

- Définition de l'exercice:
 - Description technique de l'exercice avec signes si nécessaire.
 - Présentation du matériel.
 - Démonstration du moniteur (mimer l'exercice, donner les points forts ou les fautes à éviter).
 - Rappels de sécurité (signes, équilibrages).

- Description du déroulement de la séance:
 - Type de mise à l'eau.

- Situation de la zone de travail (profondeur, disposition au fond des élèves).
 - Evaluation des acquis.
 - Exercice de sécurité.
 - Nouvel exercice (profondeur mini vers maxi).
 - Jeux / exploration.
 - Retour vers la surface.
- Avant la mise à l'eau:
 - Rappel des fautes à éviter.
 - Rappel signes, équilibrages.
 - Contrôle de l'équipement de chaque élève.

7.5.3 Déroulement dans l'eau:

- Equipement:
 - Palmes, masque, ceinture, tuba.
 - Capeler la bouteille (ne pas faire attendre les élèves avec le bloc sur le dos).
 - Mise à l'eau, moniteur en premier et de la même façon que ses élèves...
- Evaluation du niveau:
 - Situation des élèves par rapport à la progression ou séance précédente.
- Exercice de sécurité:
 - Propre à l'enseignement du nouvel exercice.
- Démonstration du moniteur:
 - Décomposer chaque phase lentement puis à vitesse normale, le moniteur devant les élèves, de côté ou de face.
- Exécution / correction des élèves:
 - Exécution élève par élève (moniteur devant chaque élève) puis correction.
 - Exécution en binôme, surveillance moniteur.

- Exécution en groupe, surveillance moniteur.
- Les corrections peuvent être apportées au fur et à mesure du déroulement en donnant des explications en surface.
- Jeux / exploration:
 - Finir dans tous les cas par une partie détente qui permet d'acquérir de l'aisance et encore de l'aisance.
- Retour vers la surface:
 - Sans effort, en respiration libre.
 - Surveiller la surface, signe "OK".
 - Montée à l'échelle, le moniteur en dernier.

7.5.4 Fin de séance:

- Déséquipement:
 - Décapeler le bloc sans faire attendre les élèves, baisser les réserves.
- Analyse de l'exercice:
 - Regroupement des élèves pour analyse des erreurs commises, la critique doit-être constructive pour rester sur une note positive (non directive).
 - Questions / réponses élèves / moniteur.
- Présentation du cours suivant:
 - Permet de situer le cours suivant par rapport à la progression.
- Remerciement:
 - Encourager les élèves permet de garder une bonne motivation pour les séances suivantes.

7.6 Méthode de travail:

- Ce paragraphe est destiné à ceux qui se chargeront de former les initiateurs qu'ils soient Responsable Technique, Moniteur Fédéral 1^oD egré ou 2^oDegré suivant les possibilités de chaque Club.
- L'essentiel de cette formation repose sur l'enseignement d'une succession d'exercices spécifiques à la plongée que notre "INITIATEUR CLUB" va se charger de créer, il paraît donc évident que la formation de cet encadrant se fasse également par la mise en situation réelle avec des élèves.
- Cette mise en situation avec des élèves peut se faire directement dans la structure du groupe qui prépare ce brevet. Il est très facile de faire travailler les stagiaires Initiateurs entre eux sur une multitude de séances consécutives.
- Le travail consistera une fois les grands thèmes de pédagogie, de contenu d'enseignement et d'organisation de séance définis à faire travailler les stagiaires sur des objectifs spécifiques bien précis.
- Un des stagiaires prenant en charge l'explication technique de l'exercice et également l'explication du déroulement de la séance au sec et dans l'eau; alors que tous les autres jouent le rôle des élèves et ainsi de suite jusqu'à ce que la totalité des objectifs spécifiques soit traitée.
- L'idéal est que l'encadrant qui a la charge de l'organisation du groupe puisse donner avec une séance d'avance 2 à 3 sujets à préparer et que ces différents sujets soient traités ainsi la séance suivante.
- Cette méthode de travail permet d'habituer les futurs Initiateurs à préparer les cours d'avance comme ils pourraient le faire par la suite une fois intégrés dans une équipe pédagogique.
- Le rôle du responsable du groupe étant de corriger, d'apporter les moyens pédagogiques, de compléter les oublis ou lacunes éventuelles et surtout de donner les grandes lignes directrices de travail du groupe; généralement si cela est possible le responsable d'un tel groupe est Moniteur Fédéral 2^oDegré puisque sa fonction principale est la formation de cadres de plongée.
- Il est intéressant également avant d'intégrer des initiateurs dans une équipe pédagogique de les faire travailler en double avec des initiateurs en titre directement dans leur cours; c'est un bon complément de situation réelle cette fois puisque se faisant avec des plongeurs en formation.

8) ORGANISATION DE SEANCE DE PLONGEE

- Ce dernier chapitre traitera de l'organisation de séance de plongée comme elle est définie dans l'épreuve de pédagogie de l'examen du brevet d'initiateur c'est à dire:

" L'organisation d'une séance technique dans le cadre des prérogatives d'initiateur comprenant simultanément plusieurs ateliers d'au moins 3 niveaux différents permettant de préparer des plongeurs débutants au Niveau II".

- Généralement, pour cette épreuve, les stagiaires sont confrontés à un problème d'organisation de séance sur un cas concret où leur sont définis le contexte d'activité (piscine, grèvière, calanque...), un nombre d'élèves sur 3 niveaux différents, un nombre d'encadrant et les possibilités matérielles (nombre de scaphandre, bouée, gilet, matériel de secours...)
- Vous trouverez en "**Annexe 3, 4 et 5**" des problèmes d'organisation de séance.
- Le stagiaire initiateur devant organiser les différents cours, avec les rotations, et présenter sa solution au cours d'un entretien avec le jury après une préparation de 20 minutes.
- Nous allons traiter ci-dessous un exemple de mise en situation et ainsi définir une certaine méthode de travail.

8.1 Mise en situation:

8.1.1 Contexte:

- Organisation d'une séance technique de plongée limitée aux prérogatives de l'initiateur club.
- Durée de la séance 1 H 30.
- L'activité se déroulant dans une piscine de 50 mètres avec une profondeur maximum de 5 mètres.

8.1.2 Les encadrants:

- 1 Capacitaire Niveau IV en stage pédagogique **E.2**
- 1 Autonome Niveau II Initiateur Club **E.1**
- Vous même, Autonome Niveau II Initiateur Club **E.1**
- 1 Capacitaire Niveau IV Initiateur Club **E.2**

8.1.3 Les élèves:

- 8 Baptêmes (promotion)
P.0
- 7 Elémentaires Niveau I préparant le Gr:2 de l'autonome Niveau II **P.1**
- 8 Autonomes Niveau II s'entraînant au sauvetage scaphandre **P.2**

8.1.4 Le matériel:

- Chaque élève a son petit matériel P.M.T.C.
- 13 scaphandres complets.
- Matériels de premier secours.

8.2 Méthodologie:

- L'initiateur organisateur dans un premier temps doit se préoccuper de l'organisation des secours; c'est à dire vérifier la présence d'un téléphone avec les numéros d'appel des services d'urgence, d'une trousse de premier secours, du matériel d'oxygénothérapie.
- Il doit ensuite organiser la répartition des élèves dans les différents cours pour la durée de la séance.
- Il doit tenir compte des différents niveaux des élèves et des encadrants pour créer ses groupes en sachant répartir les scaphandres, pour que tout le monde puisse aller en bouteille dans la séance, et qu'il y est dans tous les cas un surveillant de bassin avec un scaphandre de secours prêt à être utilisé.
- Le cheminement logique à suivre est de définir qui va être surveillant de bassin, si possible avec une rotation à mi-séance et également de se réserver un scaphandre pour un secours éventuel.
- Dans un deuxième temps il faut s'occuper du plus faible niveau; dans notre cas des baptêmes; de leur affecter un nombre de scaphandres adapté ainsi qu'un encadrant.
- Ensuite de prendre les niveaux supérieurs, de leur affecter un nombre de scaphandres avec un encadrant tout en respectant une rotation entre l'activité bouteille et P.M.T.
- Une solution générale d'organisation pourrait se présenter sous la forme d'un tableau de la façon suivante:

8.3 Tableau exemple d'organisation:

40'	40'
Surveillant E2 + 1 Bloc	Surveillant E1 + 1 Bloc

10'	10'	10'	10'	10'	10'	10'	10'	10'
E1 P0 P0 P0 P0 P0 P0 P0 P0	E1 P0 2 Blocs	E1 P0 2 Blocs	E1 P0 2 Blocs	E1 P0 2 Blocs	E2 P0 2 Blocs	E2 P0 2 Blocs	E2 P0 2 Blocs	E2 P0 2 Blocs
10'	40'				40'			
E1 P1 P1 P1 P1 P1 P1 P1	E1 P1 P1 P1 P1 5 Blocs	Surveillant E2 (de la surface) P1 P1 P1 en P.M.T	E1 P1 P1 P1 4 Blocs	Surveillant E1 (de la surface) P1 P1 P1 P1 en P.M.T				
10'	40'				40'			
E2 P2 P2 P2 P2 P2 P2 P2 P2	E2 P2 P2 P2 P2 5 Blocs	Surveillant E2 (de la surface) P2 P2 P2 P2 en P.M.T	E2 P2 P2 P2 P2 5 Blocs	Surveillant E1 (de la surface) P2 P2 P2 P2 en P.M.T				

L'encadrant E1 fait le briefing et les 4 premiers baptêmes; il passe ensuite en surveillance de bassin en échange avec l'encadrant E2 qui termine les 4 baptêmes restants.

Le deuxième encadrant E1 s'occupe des plongeurs P1 en scaphandre par groupe de 4 puis avec un groupe de 3 plongeurs.

Le dernier encadrant E2 s'occupe des plongeurs P2 en scaphandre par groupe de 4 plongeurs.

La partie P.M.T pour ces groupes étant dirigée par celui qui fait la surveillance de bassin.

Les blocs sont répartis en nombre et en quantité sur tous les groupes.

Tous les encadrants passent dans l'eau au moins une fois en scaphandre.

Il y a une surveillance de surface sur toute la durée de la séance.

- Cette organisation sous forme de tableau permet de bien représenter la totalité de tous les groupes avec le nombre des élèves et l'encadrant responsable, en faisant bien apparaître les créneaux de rotation en fonction du temps.
- La solution d'organisation présentée n'est pas la seule et unique pouvant être établie à partir de cet exemple; il y en a d'autres différentes en faisant varier le nombre d'élèves par groupe, le choix des encadrants, le découpage du temps dans la séance.
- Le critère essentiel dans toute organisation de séance de plongée est:

"La Sécurité"

ANNEXES

Annexe 1 :

Bilan de l'examen Initiateur dans le Comité Est:

	ANNEE														Total
	1980	1981	1982	1983	1984	1985	1986	1987	1988	1989	1990	1991	1992	1993	
Champagne Ardenne	28	28	19	0	17	26	30	22	19	34	22	27	42	35	349
dont H.G.C :	6	18	12	0	5	11	17	5	7	13	6	13	15	6	134
Lorraine	17	33	9	26	39	23	20	5	38	45	34	30	64	39	422
Alsace	29	30	18	23	41	35	39	28	27	30	29	32	74	41	476
Franche Comté	6	11	2	17	23	3	12	2	19	11	3	45	14	9	177
TOTAL	80	102	48	66	120	87	101	57	103	120	88	134	194	124	1424

Annexe 2

Niveaux de prérogatives de plongeurs :

	Brevets			Attestation de niveau	
	F.F.E.S.S.M	C.M.A.S	F.S.G.T	A.N.M.P	S.N.M.P
Niveau 1 - P1	Plongeur N1	Plongeur *	Plongeur N1	Plongeur	Plongeur
Niveau 2 - P2	Plongeur N2	Plongeur **	Plongeur N2	Equipier	Plongeur confirmé
Niveau 3 - P3	Plongeur N3	Plongeur ***	Plongeur N3	Autonome	Plongeur autonome
Niveau 4 - P4	Plongeur N4 capacitaire	Plongeur *** (*)	Guide de palanquée	Guide de palanquée	Guide de palanquée
Niveau 5 - P5	Qualification de Directeur de plongée (**)		Qualification de Directeur de plongée (**)		Directeur de plongée (**)

(*) certifié à l'étranger.

(**) la qualification "Directeur de plongée" (N5) ne pourra être exercée qu'à titre bénévole.

Niveaux de l'encadrement :

	Enseignement bénévole			Enseignement rémunéré
	F.F.E.S.S.M	C.M.A.S	F.S.G.T	Brevet d'état
Niveau 1 - E1	Initiateur			
Niveau 2 - E2	Initiateur + P4 ou P4 stagiaire pédagogique (*)	Moniteur *	Aspirant fédéral	Stagiaire pédagogique (**)
Niveau 3 - E3	Fédéral 1er degré	Moniteur **	Fédéral 1er degré	B.E.E.S 1er degré
Niveau 4 - E4	Fédéral 2ème degré	Moniteur ***	Fédéral 2ème degré	B.E.E.S 2ème degré
Niveau 5 - E5				B.E.E.S 3ème degré

(*) pour obtenir les prérogatives du E2, le P4 en stage est assujéti à la présence d'un E3 mini sur le site de plongée.

(**) stagiaire pédagogique dans le cadre d'une formation (M J et S) conduisant au B.E.E.S 1 de plongée.

C.M.A.S : Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques.

F.S.G.T : Fédération Sportive et Gymnique du Travail.

B.E.E.S : Brevet d'Etat d'Educateur Sportif.

A.N.M.P : Association nationale des moniteurs de plongée

S.N.M.P : Syndicat national des moniteurs de plongée

Annexe 3

Problème d'organisation de séance:

1) Contexte:

- Organisation d'une séance technique de plongée limitée aux prérogatives de l'initiateur club.
- Plusieurs ateliers d'au moins 3 niveaux différents (du débutant Niveau 0 à l'autonome Niveau II).
- Durée de la séance 1 H 30.
- L'activité se déroulant dans une piscine de 50 mètres avec une profondeur maxi de 5 mètres.

2) Les encadrants:

- 1 Capacitaire Niveau IV en stage pédagogique **E.2**
- 1 Capacitaire Niveau IV Initiateur Club **E.2**
- Vous même, Autonome Niveau II Initiateur Club **E.1**
- 1 Autonome Niveau II préparant l'Initiateur Club **E.0**

3) Les élèves:

- 2 baptêmes (après 2 séances P.M.T)
P.0
- 4 Autonomes Niveau II (anciens) ne voulant pas passer d'examen, voulant s'entraîner et éventuellement aider l'encadrement **P.2**
- 10 Élémentaires Niveau I préparant l'autonome Niveau II
P.1

4) Le matériel:

- Chaque élève a son matériel P.M.T.C.C.
- 9 scaphandres complets.
- 10 gilets avec direct-system.
- Matériel de premier secours.

Annexe 4

Problème d'organisation de séance:

1) Contexte:

- Organisation d'une séance technique de plongée limitée aux prérogatives de l'initiateur club.
- Plusieurs ateliers d'au moins 3 niveaux différents (du débutant Niveau 0 à l'autonome Niveau II).
- Durée de la séance 1 H 30.
- L'activité se déroulant dans une piscine de 50 mètres avec une profondeur maxi de 5 mètres.

2) Les encadrants:

- 1 Capacitaire Niveau IV en stage pédagogique **E.2**
- Vous même Capacitaire Niveau IV Initiateur Club **E.2**
- 1 Autonome Niveau II Initiateur Club (nouveau) **E.1**
- 1 Autonome Niveau II préparant l'Initiateur Club **E.0**

3) Les élèves:

- 4 baptêmes (promotion) **P.0**
- 4 Autonomes Niveau II (anciens) préparant le capacitaire Niveau IV **P.2**
- 8 Élémentaires Niveau I préparant l'autonome Niveau II **P.1**

4) Le matériel:

- Chaque élève a son matériel P.M.T.C.
- 12 scaphandres complets.
- 5 bouées.
- Matériel de premier secours.

Annexe 5

Problème d'organisation de séance:

1) Contexte:

- Organisation d'une séance technique de plongée limitée aux prérogatives de l'initiateur club.
- Plusieurs ateliers d'au moins 3 niveaux différents (du débutant Niveau 0 à l'autonome Niveau II).
- Durée de la séance 1 H 30.
- L'activité se déroulant dans une piscine de 50 mètres avec une profondeur maxi de 5 mètres.

2) Les encadrants:

- 1 Capacitaire Niveau IV Initiateur Club en stage pédagogique **E.2**
- Vous même Capacitaire Niveau IV Initiateur Club **E.2**
- 1 Autonome Niveau III Initiateur Club (ancien) **E.1**
- 1 Autonome Niveau II préparant l'Initiateur Club **E.0**

3) Les élèves:

- 3 baptêmes (chasseurs) **P.0**
- 5 Autonomes Niveau II (anciens) ne voulant pas passer d'examen, mais désireux de s'initier à l'orientation **P.2**
- 4 Elémentaires Niveau I préparant le groupe 2 de l'autonome Niveau II **P.1**

4) Le matériel:

- Chaque élève a son matériel P.M.T.C.C et bouée.
- 12 scaphandres complets.
- 5 gilets avec direct-system.
- Matériel de premier secours.

CONCLUSION

- J'espère que l'ensemble du contenu traité dans cette étude servira aux futurs initiateurs de support de travail dans leur formation pour ce brevet d'encadrant.
- Ce fascicule développant tous les grands thèmes de la formation d'initiateur ne remplacera en aucun cas un travail pratique de mise en situation; il sera plutôt l'aide mémoire théorique.
- L'objectif principal pour des stagiaires initiateurs reste l'examen mais le plus important par la suite sera de savoir évoluer, de se remettre en cause à tout moment dans ses actions pédagogiques surtout dans notre activité toujours en évolution qu'est la "**LA PLONGEE**".

Sylvain Peybernès

Janvier 1999