

*Comité régional Est de la F.F.E.S.S.M.
MICHEL BETH*

REFLEXION SUR LA FORMATION M.F.1.

MEMOIRE POUR L'INSTRUCTORAT REGIONAL

Année 2000

SOMMAIRE

<i>I) INTRODUCTION</i>	<i>p 1</i>
<i>II) CONSTAT DE L'EXAMEN ACTUEL</i>	<i>p 2</i>
<i>2.1.) Le sauvetage de 25 mètres (coefficient 3)</i>	<i>p 2</i>
<i>2.1.1.) l'examen</i>	<i>p 2</i>
<i>2.1.2.) les résultats</i>	<i>p 2</i>
<i>2.1.3.) l'analyse</i>	<i>p 2</i>
<i>2.2.) La réglementation</i>	<i>p 3</i>
<i>2.2.1.) l'examen</i>	<i>p 3</i>
<i>2.2.2.) les résultats</i>	<i>p 3</i>
<i>2.2.3.) l'analyse</i>	<i>p 3</i>
<i>2.3.) Les pédagogies</i>	<i>p 4</i>
<i>2.3.1.) la pédagogie préparatoire à la plongée</i>	<i>p 4</i>
<i>2.3.1.1.) l'examen</i>	<i>p 4</i>
<i>2.3.1.2.) les résultats</i>	<i>p 4</i>
<i>2.3.1.3.) l'analyse</i>	<i>p 4</i>
<i>2.3.2.) la pédagogie pratique</i>	<i>p 6</i>
<i>2.3.2.1.) l'examen</i>	<i>p 6</i>
<i>2.3.2.2.) les résultats</i>	<i>p 6</i>
<i>2.3.2.3.) l'analyse</i>	<i>p 6</i>
<i>2.3.3.) la pédagogie théorique</i>	<i>p 8</i>

2.3.3.1.) l'examen	p 8
2.3.3.2.) les résultats	p 8
2.3.3.3.) l'analyse	p 9

III) DISCUSSION p 10

3.1.) *Le cursus MF1 actuel* p 10

3.2.) *Le projet de cursus MF1* p 10

3.3.) *Différences entre un niveau 4 et un MF1* p 11

3.3.1.) *le niveau 4* p 11

3.3.2.) *le MF1* p 11

3.3.3.) *les différences* p 12

IV) PROPOSITION POUR UN CURSUS MF1 p 13

4.1.) *Le stage initial* p 13

4.1.1.) *un examen théorique type N4* p 13

4.1.2.) *bases de pédagogie* p 14

4.1.3.) *les objectifs* p 15

4.1.3.1.) *définitions* p 15

4.1.3.2.) *objectifs des contenus de formation* p 16

4.1.3.3.) *méthodologie des contenus de formation* p 16

4.1.3.4.) *utilisation des contenus de formation* p 17

4.1.4.) *sensibilisation à l'évaluation* p 17

4.1.4.1.) *définitions* p 17

4.1.4.2.) *utilisation des capacités et compétences* p 17

4.1.5.) *élaboration et utilisation des tableaux de synthèse* p 19

4.1.6.) <i>comment construire un cours</i>	<i>p 19</i>
4.1.6.1.) <i>avant la séance</i>	<i>p 19</i>
4.1.6.2.) <i>pendant la séance</i>	<i>p 20</i>
4.1.6.3.) <i>après la séance</i>	<i>p 20</i>
4.1.7.) <i>apports théoriques aux stagiaires</i>	<i>p 21</i>
4.1.7.1.) <i>bases de réglementation</i>	<i>p 21</i>
4.1.7.2.) <i>notion d'entraînement physique</i>	<i>p 21</i>
4.1.7.3.) <i>remise d'une liste bibliographique globale</i>	<i>p 24</i>
4.1.8.) <i>réalisation d'un sauvetage en situation réelle</i>	<i>p 24</i>
4.2.) <i>Le stage intermédiaire</i>	<i>p 25</i>
4.2.1.) <i>le stage pédagogique en club</i>	<i>p 25</i>
4.2.2.) <i>autres expériences pédagogiques facultatives</i>	<i>p 27</i>
4.2.3.) <i>le stage pédagogique à Niolon</i>	<i>p 27</i>
4.3.) <i>Le stage final</i>	<i>p 28</i>
4.4.) <i>L'examen</i>	<i>p 28</i>
V) <i>CONCLUSION</i>	<i>p 29</i>
VI) <i>RESUME</i>	<i>p 30</i>
<i>MOTS CLES</i>	<i>p 31</i>
<i>BIBLIOGRAPHIE</i>	<i>p 32</i>
<i>ANNEXES</i>	<i>p 33</i>

*Je remercie mes deux parrains J.P GOEHNER et S. PEYBERNES
pour leurs conseils, tous mes amis de la Commission Technique Régionale Est
et tous ceux qui m'ont permis d'aimer la plongée et d'évoluer jusqu'à mon
niveau actuel.*

I) INTRODUCTION

A l'occasion des différents stages de formation MF1 auxquels j'ai participé depuis ma formation MF2 j'ai pu constater certaines carences répétitives chez nos stagiaires, celles ci étant souvent imputables aux stagiaires eux mêmes ; par contre quelques modifications de leur cursus pourraient améliorer leurs chances d'acquérir les compétences suffisantes au succès à l'examen (depuis 10 ans 60% des candidats se présentant à une session sont reçus).

L'objectif de ce mémoire de préparation à l'instructorat régional de la C.T.R. Est est double :

- servir de guide à nos stagiaires MF1*

- proposer quelques aménagements à la formation actuelle de façon à ce que celle ci soit encore plus performante*

II) CONSTAT DE L'EXAMEN ACTUEL

Ce paragraphe met en évidence les défauts les plus criants de nos stagiaires ; les éventuelles solutions seront proposées plus loin dans le paragraphe cursus MF1.

2.1.) Le sauvetage de 25 mètres (coefficient 3)

2.1.1.) l'examen

Il s'agit de remonter un plongeur en difficulté d'une profondeur de 25 mètres, sans l'aide du système de sécurité gonflable, de le remorquer correctement en surface jusqu'à une embarcation puis de le déséquiper pour le hisser à bord.

Toute note inférieure à 10/20 est éliminatoire.

2.1.2.) les résultats

Selon les sessions 10 à 20% des candidats sont éliminés à l'occasion de cette épreuve, d'abord par essoufflement et donc échec de la remontée, quelquefois par problème matériel (givrage de détendeur, perte de palme...) mais aussi parce que la sécurité du syncopé est mise en jeu (détendeur non tenu correctement, vitesse non maîtrisée, syncopé lâché au tractage en surface...)

2.1.3.) l'analyse

Notre stagiaire doit faire une DEMONSTRATION avec trois conditions nécessaires et indissociables :

☛ entraînement physique suffisant (celui-ci est souvent négligé après le niveau 4 au profit des pédagogies) ; en effet il estime que comme son sauvetage de niveau 4 s'est bien passé, il en sera de même pour le MF1 ; le palmage de surface et de sustentation a été négligé d'où quelques essoufflements tragiques pour l'examen (n'oublions pas que l'examen a lieu à Longemer, lac des Vosges, d'eau douce plutôt froide ; il existe une plateforme au fond pour favoriser l'impulsion mais nous démarrons de 25 mètres ; par contre si cela devait survenir dans la réalité d'un accident de plongée, il y aurait probablement départ en pleine eau donc sans impulsion !!!).

☛ technicité du plongeur suffisante : plus le sauvetage démarre profond, moins seront pardonnées les approximations techniques (le poids apparent augmente avec la profondeur, surtout en eau douce) ,

bonne préparation au fond (on ne largue plus les ceintures compte tenu de l'évolution des matériels), bonne impulsion, bonne maîtrise du poumon ballast, vitesse modulée avec la profondeur, décroissant avec celle-ci, surveillance suffisante du syncopé, arrêt à 3 mètres, tour d'horizon, signal de détresse en surface et déséquipement correct sont indispensables.

☛ *bonne adaptation au milieu :*

- > matériel performant (givrage !!!, combinaison suffisamment chaude et ample).*
- > lestage adapté (il est vérifié en début d'épreuve).*
- > vitesse d'intervention correcte ...*

2.2.) La réglementation

2.2.1.) l'examen

Il s'agit d'une interrogation orale ou plutôt écrite portant sur les règlements de la F.F.E.S.S.M.

Toute note inférieure à 10/20 est éliminatoire.

2.2.2.) les résultats

Au moins 10% des candidats sont éliminés à l'occasion de cette épreuve.

2.2.3.) l'analyse

La principale cause d'échec à cette épreuve est le manque de connaissances du sujet, soit par manque de travail personnel, soit par manque de pratique du fonctionnement de la F.F.E.S.S.M. soit par insuffisance intellectuelle mais aussi par manque de références précises.

Une autre cause qui paraît moins évidente aux stagiaires est le manque de pratique des examens (lecture incomplète des questions posées, grosse baisse des performances occasionnée par le stress des épreuves et concentration globale insuffisante).

2.3.) Les pédagogies

A l'examen il faut obtenir la moyenne sur l'ensemble des 3 pédagogies soit 110 points au minimum, toute note inférieure à 5 est éliminatoire ; il y a 30% d'échec global sur ces

épreuves alors qu'il y a une note pour chacune des trois pédagogies (une contre performance peut être compensée).

2.3.1.) la pédagogie préparatoire à la plongée (coefficient 3)

2.3.1.1.) l'examen

Le candidat doit exposer au jury une leçon faite à un ou plusieurs débutants dont le contenu concernera la pédagogie d'initiation à la plongée en scaphandre et aussi l'enseignement des techniques préparatoires à l'immersion en scaphandre ; cette leçon devra comporter :

- ☛ l'exposé des principes de base de la plongée (prévention des accidents, fautes à éviter, règles de sécurité, premiers signes du code de communication...)*
- ☛ l'utilisation pratique du matériel*
- ☛ l'équipement des débutants*
- ☛ la mise à l'eau des débutants*

2.3.1.2.) les résultats

C'est une épreuve que les candidats croient maîtriser... il y a quelques rares notes éliminatoires, mais les notes sous la moyenne le sont beaucoup moins, démontrant sur un sujet dont le contenu est connu par le candidat, une préparation très insuffisante, le reste du profil pédagogique étant bien souvent similaire.

Par contre les très bonnes notes (supérieures à 15) sont rares...

2.3.1.3.) l'analyse

L'aspect pédagogique est ici primordial, les connaissances étant acquises ; les carences peuvent être analysées dans plusieurs directions :

- ☛ pédagogie générale mal maîtrisée :*
 - mauvaise communication : les messages à transmettre étant émis, transmis ou reçus dans des conditions défavorables.*
 - plan de cours insuffisamment structuré avec oubli de points majeurs : les démonstrations (au sec ou dans l'eau) sont souvent escamotées, les points clés mal mis en évidence, les fautes à éviter oubliées (ce ne sont qu'une répétition de la démonstration par l'erreur), le plan de séance n'est pas énoncé avant la mise à l'eau, le rappel des règles de sécurité (en rapport avec la séance) est insuffisant mais surtout la vérification des*

acquis (au sec et encore plus dans l'eau !!) nécessaires à la construction et au bon déroulement du cours est totalement ou partiellement oubliée.

➤ *la progression pédagogique est quelquefois mal utilisée ou interprétée.*

☞ *pédagogie plus spécifique à la plongée insuffisante : elle est très importante pour la réflexion du futur moniteur et sa construction de cours :*

➤ *prise en compte insuffisante du niveau du départ*

➤ *mauvaise définition des objectifs qu'ils soient finaux, intermédiaires ou spécifiques, malgré l'aide des contenus de formation des plongeurs.*

➤ *critères d'évaluation insuffisants ou imprécis à tous les niveaux de la formation.*

☞ *pratique insuffisante :*

➤ *d'abord pour eux mêmes : la technique est imparfaite quoique efficace, le " savoir faire " est souvent techniquement améliorable : comment pouvoir enseigner à un élève un geste que l'on fait soi même de façon approximative en vue d'avoir un très bon résultat ?*

Cela est caractéristique pour le vidage du masque bien souvent pratiqué en décollant la jupe du masque.

➤ *pratique de l'enseignement en préparatoire insuffisante :*

◆ *démonstration insuffisamment décomposée*

◆ *progression dans l'exercice non adaptable,*

soit plus rapide si l'élève progresse vite, mais surtout plus démultipliée en cas de difficultés de l'élève.

◆ *analyse insuffisante des fautes de l'élève d'où des corrections inadaptées, voire inexistantes et donc inefficaces.*

Le futur moniteur manque de vécu de plongeur et d'expérience de l'enseignement : il ne dispose donc pas d'exemples pratiques lui permettant de démultiplier son enseignement ; il s'ADAPTE mal à ses élèves.

2.3.2) la pédagogie pratique (coefficient 4)

2.3.2.1.) l'examen

*Le candidat doit exposer au jury une leçon de plongée accompagnée de conseils, de remarques ou consignes préalables à l'immersion nécessaires à la leçon. Les élèves peuvent aller du plongeur débutant ayant déjà utilisé un scaphandre jusqu'au plongeur préparant les épreuves du niveau 4. La leçon peut concerner l'apprentissage ou le perfectionnement d'une capacité particulière, d'une compétence des différents brevets de la F.F.E.S.M. mais aussi des plongées plus spécifiques (plongée de nuit, orientation, adaptation à des situations particulières).
Le choix est donc très varié mais le thème, les conditions d'exécution de la leçon et ses limites seront, s'il le faut, définis au candidat par le jury.*

2.3.2.2.) les résultats

La difficulté de l'épreuve est souvent sous estimée par les stagiaires, les échecs graves sont peu fréquents car les candidats se trouvent en milieu connu, là encore les notes les plus proches de la moyenne (entre 8 et 12 !!!) sont les plus fréquentes.

2.3.2.3.) l'analyse

Les remarques sont globalement les mêmes qu'en pédagogie préparatoire ; toutefois certaines erreurs sont les plus caractéristiques en pédagogie pratique.

☛ erreurs pédagogiques :

- mauvaise évaluation du niveau de départ de l'élève (souvent non vérifié)*

- mauvaise distinction entre les niveaux : l'enseignement de l'échange d'embout n'a pas du tout les mêmes objectifs pour un niveau 1 ou un niveau 2 (en formation) : il s'agit pour un niveau 1 d'un plongeur encadré par un niveau 4 minimum (il doit savoir d'abord demander et recevoir de l'air de son encadrant puis servir de relais à un coéquipier en panne d'air jusqu'à cet encadrant) alors que le futur niveau 2 doit être capable d'assister un autre niveau 2 à partir de l'espace médian jusqu'à la surface (notion d'AUTONOMIE de la palanquée).*

- justification insuffisante de l'enseignement d'un thème précis : bien souvent le plongeur ignore à quoi va servir l'exercice enseigné.*

- objectifs de fin de séance et bien sûr évaluation*

☞ *pratique insuffisante :*

- *mauvaise adaptation de l'environnement à l'exercice enseigné : une remontée avec embout pour un futur niveau 2 doit d'abord être enseignée loin de la surface pour ensuite progressivement s'en rapprocher.*
- *adaptation insuffisante de l'enseignement à l'élève : les objectifs intermédiaires de la leçon doivent être évalués tout au long de celle-ci de façon à éviter toute difficulté à l'élève : le moniteur est totalement responsable des " blocages " de l'élève car grâce à son expérience, à des exemples pratiques et à une progression adaptée, il aurait dû lui donner les moyens de les éviter : pratique et réflexion associées le permettent.*
- *vécu de plongeur et surtout d'encadrant souvent insuffisants :*
 - ◆ *enseignement en club associatif uniquement avec une pratique majoritaire en piscine.*
 - ◆ *pas de vécu en mer : avantages et inconvénients des bateaux inconnus pour l'enseignement, mal de mer ...*
 - ◆ *pas d'expérience en club de bord de mer pourtant si formatrice avec la nécessité de s'adapter aux conditions de l'instant, de bien évaluer les niveaux de début et de fin de leçon et surtout d'assurer le succès des élèves.*

La pratique est irremplaçable car, plus on a vu de problèmes mineurs ou hélas quelquefois majeurs, plus on réfléchit à son enseignement de façon à les prévoir et à les prévenir.

2.3.3.) la pédagogie théorique (coefficient 4)

2.3.3.1.) l'examen

Le candidat doit exposer devant un groupe d'élèves un sujet précis concernant la plongée (niveau technique : du débutant jusqu'au plongeur préparant les niveaux 4 et 5 de la F.F.E.S.S.M.).

*Il s'agit d'une épreuve de pédagogie : le candidat doit démontrer ses capacités à transmettre les connaissances **nécessaires et suffisantes** à des élèves dont le niveau devra être défini par le jury.*

Le sujet sera tiré au sort parmi une liste de questions établies par le jury et portant sur le programme suivant :

- ☛ principales lois physiques régissant la plongée*
- ☛ la physiologie de la plongée*
- ☛ le scaphandre et son fonctionnement*
- ☛ l'équipement*
- ☛ la préparation à la plongée (matelotage compris)*
- ☛ la technique individuelle du plongeur*
- ☛ l'utilisation des moyens de décompression*
- ☛ les accidents*
- ☛ la réglementation de la plongée*
- ☛ la plongée en collectivité*

Le candidat disposera de 15 à 20 minutes d'exposé, c'est à dire que l'exposé va comporter en réalité :

- ☛ exposé détaillé du plan*
- ☛ introduction*
- ☛ début de développement de la leçon*
- ☛ si le contenu de la leçon est trop long, ce qui est très fréquent à partir du niveau 2, le jury demande le développement d'un ou deux paragraphes précis du plan avant de passer à la conclusion : cela peut désorienter le candidat mais il a vécu cette situation tout au long de sa formation et doit pouvoir s'y adapter !*

2.3.3.2.) les résultats

- ☛ souvent mauvais pour les candidats " limites"*
- ☛ c'est l'épreuve de pédagogie où les notes éliminatoires sont les plus fréquentes, le manque de préparation y est souvent évident et non pardonné...*

2.3.3.3.) l'analyse

☞ *les connaissances : l'évaluation de candidat se fait sur sa pédagogie mais pour pouvoir transmettre un savoir, il est indispensable de la maîtriser !!!*

L'insuffisance de connaissances arrive au premier rang des causes d'échecs, le futur moniteur se contente de son acquis de son niveau 4, quelquefois lointain et dont l'évolution n'a pas toujours été suivie pour essayer d'expliquer le contenu de sa leçon : il est évident que pour enseigner une matière il est indispensable d'avoir approfondi le contenu à enseigner de façon à le maîtriser totalement et à pouvoir l'expliquer et le transmettre de plusieurs façons.

☞ *les insuffisances pédagogiques :*

- *mauvais appréhension des niveaux (de début et de fin de leçon) : très souvent le stagiaire fait référence aux connaissances acquises lors de sa formation ou à celles enseignées par d'autres : d'où l'importance des " contenus de formation ".*
- *plan de cours non logiques ou incomplets (escamotant en particulier les applications à la plongée qui doivent être la partie la plus développée du cours)*
- *but de la leçon non atteint : avant de développer son cours le stagiaire doit réfléchir à la finalité, à l'utilité de celui-ci dans la formation du plongeur ; cela lui évitera de faire de la " théorie pour la théorie ".*

☞ *la pratique insuffisante :*

➤ *aisance insuffisante au tableau : elle se remarque à plusieurs indicateurs :*

- ◆ *pas de regard vers l'assistance : le candidat lit trop souvent son papier (alors qu'il devrait suivre son plan au tableau, c'est une aide pour lui surtout s'il est suffisamment détaillé)*
- ◆ *bafouillage (mais le stress de l'examen l'aggrave)*
- ◆ *mauvais placement du candidat (devant le tableau)*
- ◆ *mauvaise utilisation du tableau et des autres moyens pédagogiques possibles : l'écriture est souvent trop petite, mal écrite ; les schémas si utiles, sont quelquefois beaucoup trop éloignés des réalités, monochromes et non explicites, voire faux ! le stagiaire qui dessine mal doit " faire comme s'il" était en possession de transparents préparés avant le cours.*

➤ *dialogue insuffisant avec les élèves : les questions vérifiant qu'un élément est compris sont indispensables pour passer à l'élément suivant (c'est l'évaluation tout au long du cours).*

➤ adaptabilité de l'enseignement (grâce au dialogue avec les élèves !) : certaines difficultés doivent pouvoir être démultipliées, le futur moniteur devant disposer de solutions pédagogiques adaptables en cas d'échec d'un élève.

➤ oubli des élèves et de leur principal souci : la plongée !! les exemples personnels et les applications à la plongée sont très appréciés et aident beaucoup à la mémorisation.

En conclusion à ce chapitre les jurys de MF1 doivent évaluer le devenir du candidat : sera -t-il bon moniteur, a-t-il une réflexion et une pratique suffisantes, évoluera-t-il favorablement dans l'avenir ? 60% des candidats parviennent à ce résultat.

Les délibérations de jury sont très instructives : le profil des candidats y est souvent très net :

- soit très insuffisant de façon concordante sur les pédagogies
- soit très correct sur les pédagogies
- les " accidents " au sauvetage ne sont jamais discutés (le candidat bon en pédagogie le restera et a toutes ses chances lors d'une autre session)
- la réglementation garde son importance car le MF1 est le représentant de la F.F.E.S.S.M. dans les clubs

III) DISCUSSION

3.1.) Le cursus MF1 actuel

Voir annexe 1

3.2.) Le projet de cursus MF1

Voir annexe 2

3.3.) Différences entre un niveau 4 et un MF

3.3.1.) le niveau 4

☞ il a fait la preuve des compétences et du savoir faire qui font de lui un guide de palanquée jusque dans l'espace lointain ; s'il est initiateur ou déclaré en stage pédagogique il est enseignant de niveau 2 (E2) apte à l'enseignement dans l'espace médian (si un E3 est présent sur les lieux ; seul l' E3 peut valider les **compétences** avec l'aide de l' E2 pour les capacités).

☞ il peut d'autre part devenir directeur de plongée pour l'exploration après avoir obtenu sa qualification de plongeur niveau 5.

☞ il est bien précisé dans le manuel du moniteur que, d'une part la maîtrise aquatique doit aller jusqu'à permettre la démonstration et que, d'autre part les connaissances théoriques doivent être d'un niveau permettant d'accéder à une fonction de moniteur.

3.3.2.) le MF1

☞ il signe les carnets de plongée

☞ il valide les compétences des brevets de plongeur du niveau 1 au niveau 3

☞ il signe les compétences des candidats au niveau 4

☞ il valide la qualification de plongeur niveau 5

☞ il peut être membre des jurys de niveau 4 (évaluation à 2 MF1 de certaines épreuves pratiques ; évaluation en double avec un MF2 ou un BEES2 licencié)

☞ il peut être membre des jurys d'initiateur (évaluation à 2 MF1 de certaines épreuves pratiques ; évaluation en double avec un MF2 ou un BEES2 licencié des épreuves de pédagogie de prévention, d'organisation et de réglementation)

☞ il assume les fonctions de directeur de plongée : à ce titre il définira les objectifs de séance et la progression pour les niveaux 4 initiateurs présents

☞ il assure **SURTOUT** la formation du plongeur du débutant complet au niveau 5 : son rôle dans le club est l'organisation et la coordination des cours pour les différents niveaux : il doit donc parfaitement connaître les différents objectifs de formation et les compétences correspondantes

3.3.3.) les différences

De façon caricaturale, le niveau 4 a une fonction théorique de futur moniteur mais il a un rôle et une expérience d'encadrant ; il doit emmener et ramener sa palanquée en respectant toutes les règles de sécurité et en leur offrant le maximum de plaisir.

Quand au MF1 il forme le plongeur tant sur le plan théorique que pratique.

☞ **au niveau de la théorie** : il existe une très grande différence entre résoudre de manière satisfaisante un problème de physique et

enseigner les connaissances et le savoir nécessaires pour résoudre ce même problème : c'est la PEDAGOGIE

- ☛ *au niveau de la pratique : entre guider une palanquée de façon satisfaisante en conciliant plaisir et sécurité et enseigner un savoir être ou un savoir faire avec ou sans scaphandre, là encore le fossé est très grand et difficile à franchir pour certains de nos stagiaires : c'est aussi la PEDAGOGIE.*

Le MF1 a aussi un rôle bien délicat, c'est celui d'évaluateur : or on ne parle pas d'évaluation dans l'actuel cursus MF1 et bien peu dans le projet de nouveau cursus ; le MF1 évalue à différents niveaux.

- ☛ *évaluation prédictive, de départ : c'est la vérification des acquis nécessaire à la construction du cours sur des bases solides et maîtrisées par l'élève*
- ☛ *évaluation formative tout au long de la formation :*
 - *en théorie elle permet de moduler et d'adapter l'enseignement aux élèves*
 - *en pratique elle permet au MF1 de valider les capacités (avec l'aide des E2), cela permet aussi de moduler l'enseignement*
- ☛ *évaluation normative, en fin de formation avec validation des compétences et des brevets*

Pour cela les contenus de formation sont une aide précieuse et nécessaire mais pas suffisante : la formation initiale et l'expérience sont irremplaçables pour la mise en place et l'interprétation des critères précis nécessaires à l'évaluation.

Tout cela est d'autant plus difficile que le recrutement de nos stagiaires s'étend à des niveaux intellectuels et physiologiques très disparates, leurs difficultés ne seront pas du tout les mêmes.

MAIS IL LEUR FAUT POUR TOUS PASSER DU STATUT D'ENCADRANT A CELUI D'ENSEIGNANT

IV) PROPOSITION POUR UN CURSUS MF1

Une première condition paraît souhaitable pour l'inscription comme stagiaire MF1 : un vécu minimal d'initiateur dans l'espace proche et d' E2 dans l'espace médian (sous la direction d'un E3).

4.1.) Le stage initial :

Il pourrait s'étendre sur 4 jours soit 2 week-ends, le plus tôt possible dans l'année préparatoire ; le stagiaire sera ici surtout élève en cours d'acquisition de nouvelles notions.

4.1.1.) un examen théorique type N4

☛ *son but est de s'assurer que le niveau de connaissances de nos stagiaires est suffisant pour se présenter au monitorat (N4 lointain, réussi avec juste la moyenne ou avec des notes très disparates)*

☛ *son contenu : les sujets classiques de plongée : physiologie, accidents, problèmes de plongée, physique, réglementation*

☛ *ses modalités :*

- *son niveau : le niveau 4*
- *aucun coefficient*
- *toute note inférieure à 10/20 est éliminatoire*
- *moyenne générale d'au moins 12/20*

☛ *cela obligera nos stagiaires, futurs moniteurs à combler leurs points faibles, cela pourrait aussi leur permettre de se présenter à l'épreuve de pédagogie théorique en condition vraie d'enseignement, c'est à dire avec tous leurs documents habituels, à eux de bien les exploiter.*

4.1.2.) bases de pédagogie

Pour chaque sujet un résumé contenant l'essentiel sera remis en fin de séance.

☛ *la communication :*

➤ *éléments de communication :*

- ◆ *notion d'émetteur et de récepteur*
- ◆ *notion de message*
- ◆ *les différents canaux de communication*
- ◆ *les parasites*
- ◆ *les questions du moniteur, des élèves*
- ◆ *la reformulation*
- ◆ *les différents interlocuteurs*

➤ *comment bien communiquer*

- ◆ *conception d'un plan judicieux et harmonieux*
- ◆ *rédiger et utiliser ses notes d'exposé*
- ◆ *lutter contre le trac*
- ◆ *utiliser les différents supports de communication :*
 - & tableau*
 - & transparent*
 - & paper board*
 - & cobaye*

☛ *la progression pédagogique (voir annexe 3)*

- *en préparatoire*
- *en pratique*
- *en théorie*

*Son intérêt est de ne pas faire d'erreur lors d'une succession de cours : on ne peut construire un cours que sur des bases solides et ajouter une difficulté que lorsque ce qui a été enseigné avant est bien connu d'où une succession logique qui s'appelle **progression pédagogique** ; elle peut par contre être modulée et modifiée en fonction des conditions locales à condition d'être précisément **motivée**.*

D'autre part lorsque nous verrons les contenus de formation , nous nous apercevrons que ceux ci, classés par compétences, doivent être utilisés en respectant cette progression pédagogique.

*Enfin à l'occasion de cet exposé, il faut sensibiliser nos stagiaires sur l'importance de la relation entre théorie et pratique, majeure pour l'apprentissage : le MF1 doit apporter les acquis théoriques et pratiques de façon coordonnée et adaptée, cela stimule les élèves car leur montre bien la finalité des cours : la **pratique de la PLONGEE**.*

☛ *plan de cours type : ils seront proches pour la théorie et la pratique*

(voir annexes 4 et 5)

Bien sûr, ces plans ne sont pas à réciter systématiquement à chaque cours, mais ils doivent servir de référentiel de base afin d'éviter les oublis importants ; ensuite chaque moniteur élaborera son **PROPRE COURS** grâce à sa réflexion , son travail et à son expérience .

4.1.3.) les objectifs

4.1.3.1.) définitions

☞ objectif est un but à atteindre pour une démarche d'enseignement.

➤ **objectif final** ou global : c'est le but à atteindre en fin de formation ; pour le plongeur il est souvent validé, après évaluation, par un **brevet** : par exemple niveau 1

➤ **objectif intermédiaire** : ce sont les principales étapes à franchir pour arriver à l'objectif final : ce sont les **compétences** des contenus de formation :
par exemple le futur niveau 1 doit démontrer la maîtrise de la ventilation en plongée pour valider cette compétence

➤ **objectif spécifique** : c'est l'apprentissage d'un geste ou d'une technique précise : c'est la **capacité** des contenus de formation :

par exemple le futur niveau 1 doit pratiquer sans problème la remontée en expiration à partir de 5 mètres (c'est une partie de la compétence : maîtrise de la ventilation)

4.1.3.2.) objectifs des contenus de formation

☞ ils mettent en place un guide pédagogique :

➤ grâce à un catalogue de compétences analogues pour les niveaux 1, 2, 3

➤ ils précisent les savoir faire et savoir être attendus

➤ ils incitent à la liberté pédagogique de l'enseignant

☞ c'est un support de réflexion bivalent élève et enseignant :

➤ la règle du jeu est clairement explicite (" commentaires et limites " et " critères de réalisation ")

➤ *la lecture est identique pour l'élève et l'enseignant*

L'élève sait sur quoi et comment il va être évalué, quant à l'enseignant ce guide lui rappelle les limites nécessaires et suffisantes du niveau concerné (cela doit éviter les disparités dans la délivrance des brevets par la formalisation des critères de réussite en restreignant la part subjective de l'évaluation)

4.1.3.3.) méthodologie des contenus de formation

L'objectif général ou final est démultiplié en un certain nombre de compétences (ou objectifs intermédiaires) nécessaires à l'obtention du niveau de plongeur (voir annexe 6 : contenus de formation du niveau 1)

*Chaque compétence comprend une liste de capacités (ou objectifs spécifiques) listées dans la première colonne : " connaissances, savoir faire et savoir être " ; la deuxième colonne expose les critères de réalisation de chaque capacité (le moniteur en déduira ses **critères d'évaluation**)*

4.1.3.4.) utilisation des contenus de formation

Les contenus de formation peuvent être lus de façon verticale listant les compétences et capacités du plongeur concerné (c'est la lecture du futur plongeur). Par contre le (futur) moniteur va surtout les utiliser de façon horizontale en comparant les niveaux successifs : ainsi cela clarifiera les objectifs de formation de chaque niveau en les différenciant bien.

4.1.4.) sensibilisation à l'évaluation

4.1.4.1.) définitions

Le moniteur évalue en permanence lorsqu'il enseigne :

*☞ il doit évaluer au départ, c'est l'évaluation **prédictive** avec des critères précis : il va rechercher si les connaissances de*

ses élèves sont suffisantes pour lui permettre de développer son cours : c'est la vérification des prérequis autant en théorie qu'en pratique

*☞ il va évaluer tout au long du cours en vérifiant à chaque étape que celle-ci est comprise avant de passer à la suivante (moyens : exercice simple et très court préparé à l'avance) : c'est l'évaluation **formative**, elle lui permet d'adapter et de moduler son enseignement.*

☞ il va évaluer en fin de cours : elle permet l'évaluation par l'enseignant de son propre travail : le but du cours a-t-il été atteint, ont-ils progressé ?

*. il va évaluer en fin d'une partie ou de toute la formation : compétence ou brevet : c'est l'évaluation finale ou **certificative***

4.1.4.2.) utilisation des capacités et compétences

☞ comment évaluer ? La clé de l'évaluation c'est l'établissement de critères d'évaluation précis, reproductibles et fidèles : cela réduit la part de subjectivité et d'interprétation de la part de l'évaluateur.

☞ la plus grande partie des critères d'évaluation va être retrouvée au sein des capacités des contenus de formation dans les critères de réalisation ; cela est-il suffisant ?

exemple :

compétence n° 4 pour le niveau 3 :

➤ capacité " réaction à l'essoufflement nécessitant une assistance ou un sauvetage de 40 mètres "

➤ critères de réalisation :

◆ rapidité d'intervention et clarté dans l'exécution à 40 mètres

◆ efficacité sans perte de temps ni précipitation.

Maîtrise simultanée des autres éléments : profondeur, vitesse de remontée

◆ usage des palmes toléré à condition que ce ne soit pas le moteur essentiel de la remontée

➤ critères d'évaluation à noter sur la plaquette immergeable avant la mise à l'eau et à remplir après réalisation du geste :

- ◆ *vitesse d'intervention*
- ◆ *gestualité au fond (interprétation adaptée aux signes)*
- ◆ *vérification de l'autonomie*
- ◆ *maintien de la profondeur (descend ?)*
- ◆ *maintien du détenteur*
- ◆ *vitesse de remontée, début remontée*
- ◆ *vitesse de remontée ensuite*
- ◆ *arrêt à 3 mètres*
- ◆ *arrêt pendant la remontée*
- ◆ *redescend lors de la remontée*
- ◆ *surveillance assisté*
- ◆ *percute la surface*
- ◆ *problèmes divers*

Il suffit ensuite de remplir chaque case avec des croix afin d'avoir une analyse fine de la façon dont l'exercice a été effectué, la note sera mise ensuite si nécessaire.

On voit donc qu'il est nécessaire d'encore préciser et compléter les critères de réalisation pour une évaluation réduisant la part de la subjectivité et cela aussi bien en pratique qu'en théorie sans dépasser les limites des capacités et compétences, le moniteur et l'élève possédant tous deux les règles du jeu !!!

4.1.5.) élaboration et utilisation des tableaux de synthèse :

☞ *c'est une aide précieuse pour le (futur) moniteur, il lui permet de bien distinguer les apports nécessaires à chaque niveau*

☞ *pourquoi peuvent ils être utilisés ? Le moniteur peut les utiliser aussi bien en pratique qu'en théorie pour balayer un sujet très large ou au contraire très précis : le matériel, la physique ou l'échange d'embout...*

☞ *comment sont-ils composés ?*

QUI : *c'est le niveau auquel on s'adresse*

POURQUOI : *c'est l'objectif de la séance à définir par rapport au niveau de départ*

TYPE DE CONNAISSANCES : *superficielles ou approfondies*

QUOI : *c'est la matière à enseigner*

OU : *c'est le lieu (bateau, salle de cours), l'espace d'évolution, la situation par rapport au fond où à la surface*

QUAND : c'est la situation dans la progression

PREREQUIS : nécessaires à la construction du cours

COMMENT : progression dans l'exercice, moyens pédagogiques

DUREE : temps à prévoir ou nombre de séances

EVALUATION : où et comment évaluer avec des critères précis

- ☞ un tableau de synthèse vierge sera remis à tous les stagiaires et rempli en commun (annexe n° 7)

4.1.6.) comment construire un cours

4.1.6.1.) avant la séance

C'est le travail le plus important du moniteur, si celui-ci est bien fait le cours se déroulera au mieux ; cela est valable aussi bien en théorie qu'en pratique.

- ☞ *définir les objectifs généraux, intermédiaires et spécifiques :*
 - *définition d'une progression pédagogique de formation*
 - *puis définition d'un contenu de cours en fonction du niveau (contenus de formation, tableaux de synthèse)*
 - *fixation des prérequis et définition de leur évaluation*
 - *préparer une progression à l'intérieur du cours avec ses objectifs spécifiques et leur évaluation en fonction des difficultés prévisibles (expérience et vécu de l'enseignant indispensables) : points clés et fautes à éviter*
 - *prévoir une modulation de la progression en fonction des difficultés*
 - *prévoir la durée du cours (avec le nombre de répétitions ou d'exercices)*
- ☞ *organisation matérielle :*
 - *vérifications administratives*
 - *logistique : lieu, matériel indispensable, encadrement*
 - *moyens pédagogiques*
 - *sécurité à mettre en place*
- ☞ *prévoir une évaluation :*
 - *de départ*
 - *pendant le cours*
 - *après le cours*

4.1.6.2.) pendant la séance

C'est le déroulement du plan de cours prévu (théorique ou pratique)

☞ *ne pas oublier en théorie :*

- *les applications à la plongée*
- *des exercices adaptés au niveau*

☞ *ne pas oublier en pratique :*

- *les rappels de théorie*
- *de ménager un temps de pratique le plus long possible*

☞ *bien évaluer sa prestation tout au long du cours (questions, exercices)*

4.1.6.3.) après la séance

☞ *C'est l'étape de régulation de l'enseignement, de l'autoévaluation de la prestation :*

- *le but du cours a-t-il été atteint ?*
- *aurais-je pu faire autrement ?*

➤ *analyse des causes d'échecs et remèdes à apporter lors du cours suivant*

☞ *remplir les fiches pédagogiques*

4.1.7.) apports théoriques aux stagiaires

4.1.7.1) bases de réglementation :

Elles pourraient comprendre :

☞ *un court Q.C.M. fait, et ensuite corrigé par les stagiaires eux mêmes afin qu'ils évaluent leurs connaissances (10 minutes maximum)*

☞ *un développement de 50 minutes évoquant rapidement les sujets habituels de réglementation de la F.F.E.S.S.M. mais détaillant les modifications les plus récentes*

☞ *15 minutes seront laissées aux stagiaires afin qu'ils posent par écrit toutes les questions de réglementation qui les perturbent (il y en a beaucoup car, à*

l'occasion de la préparation au monitorat, ils découvrent beaucoup d'aspects juridiques) : les réponses leur seront données lors du prochain stage C.T.R.

☛ des conseils de bibliographie et de travail pour la réglementation :

➤ participation au fonctionnement du club (assemblée générale, licences et assurances, réunions du comité directeur et des commissions) mais aussi des comités départemental et régional

➤ lecture et résumé de quelques ouvrages :

◆ manuel du moniteur complet et à jour

◆ " droit et plongée " de J.M BRONER

◆ " guide juridique de la plongée " de DELMAS et VEZIAT

4.1.7.2) notions d'entraînement physique

Le contenu pourrait être le suivant :

■ la source d'énergie

Le carburant du muscle est l'ATP (adénosine triphosphate) mais son gros défaut est que le stock disponible est immédiatement utilisé en quelques secondes ; plusieurs processus vont alors s'engrener de façon à le renouveler plus ou moins rapidement :

☛ la filière anaérobie alactique : elle fournit 10 à 20 secondes d'ATP (très forte puissance possible)

☛ la filière anaérobie lactique : elle fournit 2 minutes d'ATP grâce à la dégradation du glucose en ATP sans présence d'oxygène, son gros défaut est de produire de l'acide lactique qui est responsable de la fatigue musculaire, des douleurs et crampes musculaires (forte puissance possible)

☛ la filière aérobie : elle fournit de l'ATP pour des périodes beaucoup plus longues, elle est limitée en intensité par la capacité de l'individu à capter de l'oxygène de l'air (c'est le VO2 max !, assez forte puissance possible)

■ les efforts en plongée

☛ la filière aérobie est prépondérante pour les efforts modérés et prolongés :

nage, capelé (si le niveau de nage est dessous du VO2 max ; s'il est au dessus, la fatigue viendra rapidement par accumulation de l'acide lactique dans le muscle

☞ *la filière lactique est prépondérante pour le sauvetage :*

- *décollage : filière anaérobie alactique*
- *remontée : filière anaérobie lactique*

☞ *le mannequin pour être efficace doit se dérouler en aérobie pour la partie nage, avec une hyperventilation permettant l'apnée qui suit*

■ *comment s'améliorer ?*

Pour s'améliorer il faut au moins 3 séances par semaine qui peuvent être plus ou moins longues : l'idéal est d'alterner séances courtes avec travail en fractionné et séances longues avec travail sous faible intensité ; en variant aussi bien l'intensité que la nature des exercices.

☞ *la filière anaérobie alactique : travail à puissance maximale de 10 à 15 " avec récupération active de 20 à 30 " à répéter par séries de 10 à 15 fois, 2 à 3 séries séparées de récupération :*

par exemple : palmage de sustentation maximal 10 à 15 " avec récupération à répéter 10 fois (3 séries de suite)

☞ *la filière anaérobique lactique : cela est à utiliser avec parcimonie (c'est le travail en "résistance") : travail à puissance forte de 30" à 2' avec 3' de récupération active et quelques répétitions seulement :*

par exemple : palmage de sustentation avec lest 3 fois 1' avec 3' de récupération à chaque fois

☞ *la filière aérobie : c'est la plus importante (c'est le travail en " endurance"), elle est sollicitée par 3 types d'activités :*

- *une activité d'intensité modérée d'au moins 30' en continu (nage, PMT par exemple) avec un rythme stable et longtemps maintenu (surtout ne pas partir trop vite...)*
- *le fractionné ; effort à 80% de la puissance maximum pendant 5' : 3 ou 4 répétitions séparées de 3 à 4' de récupération active (par exemple nage rapide)*
- *le fartlek : nage avec accélération progressive jusqu'à l'essoufflement puis rythme plus lent de récupération puis*

*réaccélération progressive jusqu'à l'essoufflement : 3 à 4 fois
au début puis 30 à 40 minutes progressivement*

- ☞ *l'échauffement est toujours primordial et conditionne la séance : plus le sportif est âgé, plus cette partie doit être longue et progressive (10 à 15 minutes au moins)*
- ☞ *la récupération : elle doit toujours être active : nage lente dans l'eau, sans tuba, donc sur le dos ; la fin de la séance peut comporter des étirements musculaires dans et hors de l'eau (5 à 10' minutes au moins)*

■ *le programme d'entraînement*

Il peut comprendre plusieurs phases dans l'année :

- ☞ *une phase de préparation : elle contient surtout un travail en endurance aérobie dont l'intensité va progressivement augmenter : elle dure environ 2 mois.*
- ☞ *une phase plus spécifique de 2 à 3 mois : l'intensité du travail est augmentée, la durée se raccourcit, le reste des séances étant consacré au travail des gestes techniques*
- ☞ *la phase de l'examen :*
 - *révision des gestes techniques*
 - *conseils hygiénodiététiques*
 - *travail physique sous forte intensité mais de courte durée avec des périodes de repos plus longues*

4.1.7.3) remise d'une liste bibliographique globale

- ☞ *manuel du moniteur récent*
- ☞ *les ouvrages de réglementation*
- ☞ *" enseigner et organiser la plongée " Ph MOLLE*
- ☞ *' mémento VAGNON du moniteur de plongée " RICOU et MEDALIN*
- ☞ *les dossiers de CTN INFO et des commissions techniques de la FFESSM*
- ☞ *' le tour de la plongée en 80 problèmes " R. AUBERT et P. JONVILLE*
- ☞ *" la physique appliquée à la plongée " J C. RIPOLL*
- ☞ *" plonger dans l'étude du matériel " C. GUILLEMIN*
- ☞ *" la plongée sous marine à l'air " P. FOSTER*

4.1.8.) réalisation d'un sauvetage en situation réelle

- ☞ *il paraît utile de faire un rappel technique, le futur moniteur devant maintenant DEMONTRER tout son potentiel physique et technique*
- ☞ *conseil d'entraînement de palmage suffisant (surface et sustentation) par exemple en accompagnant les futurs niveaux 4 lors des entraînements physiques*
- ☞ *optimisation de la technique en dissociant bien les trois parties de l'exercice :*
 - *la gestualité au fond : intervention rapide en vérifiant son autonomie, remise de l'embout en bouche non traumatisante la tête en avant (de façon à expulser l'eau de la cavité buccale vers l'extérieur), vérification de l'autonomie de l'accidenté, mise en position de départ avec balayage des jambes puis synchronisation des 2 respirations ; la tenue du syncopé ne doit pas se faire uniquement par la tête*
 - *la remontée_ : impulsion la plus puissante et la plus verticale possible avec bonne utilisation du poumon ballast ; la vitesse de remontée sera adaptée à la profondeur : maximale au début de 25 à 15 mètres puis de 12 à 15 mètres par minutes (meilleure indicateur : les petites bulles... et pas les instruments) puis de plus en plus lente avec un arrêt à 3 mètres avec un tour d'horizon (360°). Pendant la remontée la sécurité du syncopé doit être parfaite : détenteur tenu en bouche et surveillance (au moins deux fois) et éventuelles manœuvres expiratoires (en cas de non respiration spontanée)*
 - *la surface : nouveau tour d'horizon afin de faire le signal de détresse (3 fois) vers la surveillance de surface, palmage rapide jusqu'à l'échelle ; là, asseoir le syncopé sur le genou coincé dans l'échelle puis commencer le déséquipement en maintenant la tête hors de l'eau*
- ☞ *réalisation du sauvetage sur les lieux de l'examen afin que les conditions locales soient connues le mieux possible et avec les commentaires habituels.*

Cet apport pédagogique initial sera indispensable pour être déclaré en stage pédagogique (soit E2). Cela mettra fin aux multiples niveaux 4 faisant de l'enseignement sans aucune base pédagogique dans quelques centres de plongée

4.2.) LE STAGE INTERMEDIAIRE

Il comprendra plusieurs parties : le stagiaire y sera très actif, son travail personnel y est considérable.

4.2.1.) le stage pédagogique en club

Il devra comprendre au moins :

☛ *50 séances aquatiques étalées en 2 ans maximum :*

- *dans l'espace proche (milieu naturel ou artificiel)*
 - ◆ *3 séances de baptême*
 - ◆ *15 séances de préparation sur tous les niveaux avec ou scaphandre (5 séances avec évaluation des élèves en parallèle avec un MF1)*

- *dans l'espace médian (milieu naturel)*
 - ◆ *1 séance de formation de fin de niveau 1*
 - ◆ *10 séances de formation de niveau 2 (orientation, assistance autonomie, technique individuelle, connaissance du milieu, paliers)*
 - ◆ *10 séances de formation de niveau 4 (remontée sans embout, sauvetage, conduite de palanquée) avec participation aux évaluations des compétences de l'examen niveau 4*
 - ◆ *2 séances de formation de niveau 5 (organisation) dont au moins 10 séances avec évaluation des élèves en parallèle avec un MF1*

- *dans l'espace lointain (milieu naturel)*
 - ◆ *1 séance de formation de fin de niveau 2*
 - ◆ *4 séances de formation de niveau 3 (assistance PA, technique individuelle, conduite de palanquée...) dont quelques séances d'évaluation avec un MF2 si possible*

☛ *20 séances théoriques sur la même période :*

- *3 séances de formation niveau 1 (très courtes et faites sur les lieux de plongée) avec participation à au moins une séance d'évaluation finale*
- *6 séances de formation niveau 2 (et la préparation*

d'un sujet d'examen niveau 2 avec participation aux évaluations finales)

- *2 séances de formation niveau 3*
- *7 séances de formation niveau 4*
- *2 séances de formation niveau 5*

*Ces séances pédagogiques devront être validées par un MF2 ou un BEES2 licencié ; **chaque** séance sera commentée et évaluée sur un livret pédagogique beaucoup plus détaillé : la place pour les remarques et conseils y sera beaucoup plus importante permettant un meilleur suivi à la fois par le stagiaire lui même et par l'encadrement ; ces appréciations peuvent être faites par un MF1 ou un BEES2 licencié (voir annexe 8) ; tout au long de ces séances le stagiaires doit devenir de plus en plus actif ; l'évaluation doit y être travaillée **systématiquement**.*

4.2.2.) autres expériences pédagogiques facultatives

- ☞ *une période d'enseignement en structure commerciale de bord de mer paraît très bénéfique, obligeant le stagiaire à évoluer simultanément dans des niveaux différents*
- ☞ *une expérience en plongée enfant ou handicapé paraît aussi recommandable et bénéfique à l'adaptabilité de notre futur moniteur à toutes les situations*

4.2.3.) le stage pédagogique à Niolon

*Il est recommandé car c'est une mise en situation d'enseignement aussi bien théorique que pratique, en **MER** et avec des formateurs chevronnés ; il comprendra :*

- ☞ *élaboration et exposition de séances en situation réelle favorable*
- ☞ *corrections et conseils par des formateurs expérimentés et différents (les apports seront donc complémentaires car émis par des personnalités différents)*
- ☞ *la confrontation avec d'autres stagiaires est toujours bénéfique bien que quelquefois mal vécue (certains stagiaires peuvent être déstabilisants car injustement critiques)*
- ☞ *la confrontation avec le milieu marin et les bateaux (ce qui quelquefois n'a jamais eu lieu ...)*

- ☞ *assistance à des cours théoriques de complément :*
 - *cours détaillé de réglementation*
 - *apport sur les éléments de calcul de tables*
 - *apport sur les accidents de plongée et leur enseignement*

- ☞ *réalisation de deux sauvetages afin de bien appréhender la différence eau douce eau de mer (si ce n'était pas connu jusque là)*

- ☞ *le livret pédagogique sera rempli par le formateur à **chaque** prestation avec des commentaires précis et judicieux.*

4.3.) LE STAGE FINAL

Son but est de mettre les candidats en situation réelle d'examen tant sur le plan pratique que théorique : chaque épreuve doit être au moins passée une fois par chaque stagiaire dans les meilleures conditions possibles .

- ☞ *réalisation d'un ou deux sauvetages*
- ☞ *réalisation d'une séance de pédagogie préparatoire*
- ☞ *réalisation d'une séance de pédagogie pratique*
- ☞ *réalisation d'une séance de pédagogie théorique*
- ☞ *réalisation d'une séance de révision de la réglementation :*
les réponses aux questions diverses seront ici primordiales .

En fin de stage une synthèse globale sera réalisée et exposée aux stagiaires, ceux ci pouvant alors faire des remarques (anonymes ou signées) ; celles-ci devront être réfléchies et discutées au sein de la commission technique régionale afin d'améliorer notre prestation.

4.4.) L'EXAMEN

Il sera fait dans les conditions du stage final de façon à assurer une évaluation la plus juste possible. L'épreuve de pédagogie théorique sera pratiquée avec tous les documents voulus par le candidat, c'est une bonne façon de savoir comment il les exploite, ainsi seule sera évaluée sa capacité à enseigner !!

V) CONCLUSION :

Cette évolution du cursus MF1 devrait nettement améliorer les résultats de l'examen MF1 grâce à différentes mesures :

- ☛ vécu d'encadrement, d'enseignement et d'évaluation plus riches*
- ☛ mise en place d'un examen théorique avec comme conséquence une évaluation en pédagogie théorique avec documents*

Cela pourrait se répercuter vers les formations inférieures :

- ☛ soit un examen théorique de niveau 4 un peu assoupli (ce qui permettrait à certains d'accéder à l'encadrement)*
- ☛ soit une modification plus profonde des brevets de niveau 3 et 4 :*
 - examen de niveau 3 beaucoup plus difficile sur le plan physique et un peu plus complet sur le plan théorique permettant alors l'encadrement (mais que ferait on des anciens niveaux 3 ?)*
 - examen théorique de niveau 4 similaire à celui proposé dans ce mémoire et donc donnant l'équivalence à la théorie de départ du stage MF1 proposé ici pendant 2 ans*

VI) RESUME

Quelques aménagements pourraient rendre la formation des MF1 plus efficace :

- ☞ vérification d'un niveau de connaissances théoriques compatibles avec la fonction MF1 par un examen en début de formation, cela permettant ensuite la préparation de l'épreuve de pédagogie théorique avec tous les documents du candidat.*

- ☞ formation du futur MF1 plus longue et plus contrôlée avec l'obligation de participation à l'enseignement de tous les niveaux fédéraux.*

- ☞ formation à l'évaluation en pratique et en théorie.*

- ☞ tenue d'une fiche de suivi du stagiaire beaucoup plus détaillée avec appréciation sur chaque séance effectuée.*

MOTS CLES

Vécu important

Formation à l'adaptabilité

Evaluation objective

Capacité à enseigner

PROGRESSION PEDAGOGIQUE

EN PREPARATOIRE

Baptême (promotion)
Equipement au sec
Nage avec masque
Vidage du tuba
Les palmages
Apnée statique
Les moyens d'immersion
Dissociation naso buccale
Le vidage de masque
Apnée dynamique
Les mises à l'eau
Leçon de synthèse
Baptême
Perfectionnement au
palmage de surface :
500 puis 800 mètres
Apnée à 10 mètres

EN PRACTIQUE

Equipement du bloc
Code de communication
Règles de sécurité
Poumon ballast
Vidage de masque (petit fond)
Lâcher et reprise d'embout (petit
fond)
Remontée avec embout de 3 puis
de 5 mètres
Découverte du système de
sécurité gonflable
Vidage de masque à 3 mètres
Moyens d'immersion
Sauts
Le passage embout tuba et
tuba embout
Les signes en plongée
Capelage, décapelage en surface
Capelé ventral
Remontée avec embout
Descente dans le bleu à 20 mètres
Vidage de masque à 20 mètres
Signes à 20 mètres
Remontée à 2 sur un embout
Assistance et sauvetage avec
système de sécurité gonflable
Orientation
Evolution en palanquée en autonomie
Descente dans le bleu à 40 mètres
Vidage de masque à 40 mètres
Signes à 40 mètres en autonomie
Evolution en palanquée
Assistance et sauvetage PA de 40 m
Remontée sans embout
Sauvetage de 20 mètres
Signes à 40 mètres en encadrement
Conduite de palanquée

EN THEORIE

Physique
Physiologie
Accidents
Problèmes de
plongée
Réglementation
Matériel
Matelotage

PLAN DE SEANCE EN THEORIE

Rappel du cours précédent

Présentation et justification du cours du jour

Rappels nécessaires au cours du jour avec vérifications (exercices) du niveau des élèves

Développement :

mise en évidence

loi ou explication du phénomène

formule éventuelle

exercices

Applications à la plongée

Conclusion avec rappel points importants

Prochaine leçon

BIBLIOGRAPHIE

- *Le manuel du moniteur (F.F.E.S.S.M Marseille)*
- *Manuel de l'éducateur sportif THILL THOMAS CAJA (VIGOT)*
- *Vécu de stage initial C. BERGMANN*

PLAN TYPE DE COURS EN PRATIQUE

I) AU SEC

Définition et justification

Vérification des prérequis (du niveau initial des élèves)

Démonstration au sec

Insister sur les points clés (ou fautes à éviter)

Exécution par l'élève, répétition et correction

Plan de séance

Rappel de sécurité et vérification mutuelle de l'équipement

II) DANS L'EAU

Mise à l'eau adaptée au niveau

Vérification des prérequis

Démonstration par le moniteur

Exécution par l'élève, correction

Répétition par des exercices adaptés ou additions d'éléments déjà connus

Promenade ou jeux

III) AU SEC

Déséquipement, rinçage, rangement

Critique toujours constructive et positive

Présentation du prochain cours