



POURQUOI ? ? ?

MEMOIRE POUR L'INSTRUCTORAT REGIONAL DU COMITE EST

Yves GAERTNER

Remerciements

Ce travail est une étape dans un long cheminement qui m'a mené d'une réalité de la plongée pratiquée dans la sécurité civile à celle de la plongée sportive et de loisirs.

Les différences qui existent entre ces deux réalités proviennent avant tout de la différence entre les finalités de l'activité : l'aspect opérationnel de la plongée S.C. n'implique pas les mêmes cheminements dans la forme pédagogique.

Un scaphandrier S.C. est sélectionné pour ses capacités physiques et psychologiques et entraîné de manière optimale sans état d'âme.

La plongée sportive et de loisirs s'adresse à un plus large public présentant d'autres motivations, objectifs et intérêts. La sélection de ses pratiquants est beaucoup moins rigoureuse et se réduit à une simple visite médicale.

Il s'agit là de partage et mise en commun d'une passion.

Les années de pratiques au sein de la **fédération** m'ont permis de découvrir ces autres aspects qui tiennent dans une autre façon de plonger, d'enseigner, d'apprécier ...

Je tiens à remercier ici tous les pratiquants de la plongée loisirs qui m'ont permis de chercher, essayer, observer et comprendre en pratiquant avec eux.

Les promotions d'élèves E1, E2, E3 qui ont joué le jeu de la mise en pratique de mes idées pédagogiques.

Les instructeurs du collège de la CTR qui m'ont de suite accueilli et ont su partager leur vision de l'enseignement de la plongée.

Mes parrains Christian Bergmann et Georges Livet qui m'ont orienté, épaulé, recadré dans ce travail.

Michel Gauchet le grand maître de la CTR pour ses interventions éclairées, sporadiques mais très pertinentes.

Gaby Vasseur président du comité régional pour sa gentillesse, sa disponibilité et son écoute.

Et plus près, dans mon département, Marc Winterhalter pour ses explications techniques et administratives, et enfin mes amis, Gaby Fimbel et Pierre Kehri le premier pour ses heures d'écoute et partage de point de vue, le second pour l'aide à la réalisation de ce mémoire.

Merci à vous tous.

<< **NIHIL MINARI , NIHIL LACRIMARI , SED INTELLIGERE. >>**
(Ne s'étonner de rien, ne se lamenter de rien, mais comprendre)

SPINOZA

Table des matières

Le monde subaquatique	6
Principes de bases fondamentales	8
Justification de la formation	12
Conscience et compétence	14
Evaluation formative et évaluation normative	18
Le pourquoi dans les applications :	21
Le pourquoi dans la sécurité :	22
Le pourquoi de la prévention	23
Le pourquoi dans la réglementation :	24
Le pourquoi dans la formation des cadres :	25
Conclusion	26

La pratique de la plongée subaquatique, activité de loisirs en plein développement, présente un certain nombre de points communs avec d'autres activités sportives de loisirs à dominante de pratique individuelle, par opposition aux jeux collectifs, mais s'en distingue en raison des spécificités liées au milieu aquatique.

Les points communs que l'on peut énoncer sont le plaisir de la pratique, dans le cadre du loisir, associé au besoin d'exercice physique et d'évolution dans un milieu différent.

On retrouve ces points communs dans les activités telles que la randonnée pédestre, cyclisme, le ski, l'escalade, etc..

La spécificité du milieu subaquatique nécessite cependant dès la première incursion une adéquation des comportements, ce qui se traduit par la nécessité d'un apprentissage.

L'apprentissage (ou la formation) va introduire un couple fondamental dans la relation existant entre les plongeurs : **l'apprenant et l'enseignant**

La description de cette relation particulière sera développée dans les pages qui vont suivre, avec un fil conducteur, qui s'appellera « **pourquoi ?** »

Le principe pédagogique majeur qui sous tendra toute l'articulation de la formation, dans ses aspects cognitifs, psychomoteurs et socio-affectifs tient en effet dans cette question condensée dans ce simple mot qui implique l'exigence d'une **justification** à toute action proposée dans le cadre de l'apprentissage.

Bonne introduction

↳ donne envie d'aller plus loin.

Le monde subaquatique

Le monde subaquatique est un milieu **hostile** pour l'être humain, celui-ci étant conçu pour évoluer sur la terre ferme, à l'air libre. D'où sa morphologie, la station debout, son système respiratoire, etc... Contrairement aux habitants du monde subaquatique, (poissons, céphalopodes, mammifères marins, etc...), l'être humain n'est pas fait pour évoluer sous l'eau. Tout au plus, il est en mesure d'y effectuer des incursions, en fonction de ses talents de nageur et/ou d'apnéiste.

Ses aptitudes naturelles le limitent bien sûr à de petites incursions, à faible profondeur, en tenant compte de conditions optimales de température, de visibilité...

Dès qu'il veut y pénétrer, l'homme doit adapter son comportement.

De la station debout avec appui plantaire, il doit adopter la posture horizontale et trouver des appuis dynamiques.

D'une respiration inconsciente, il doit passer à une respiration calée sur le rythme voies respiratoires à l'air / voies respiratoires immergées avec expiration consciente, ceci déjà dans le cas de la natation.

Dès qu'on aborde l'incursion subaquatique, les problèmes liés à l'arrêt volontaire de la respiration, éventuellement ceux liés à l'augmentation de la pression, vont apparaître.

Pour répondre à ces impératifs, l'entraînement aux techniques de natation constitue un élément, l'utilisation d'une tenue et d'un matériel spécifique l'autre élément.

L'application conjointe de ces deux éléments permet de transformer l'être humain « animal terrestre » en amphibien : C'est l'apparition de « l'homme grenouillis », **l'homme-grenouille** moderne.

L'application de ces techniques, l'utilisation de cet équipement de plongeur, nécessitent dès le baptême des indications de la part d'un encadrant, en somme les premières bases d'un apprentissage.

La poursuite de l'activité continuera dans le même sens.

Pour augmenter ses possibilités et par-là augmenter son plaisir dans la pratique de l'activité en évoluant dans le domaine de l'autonomie, en accédant à des profondeurs plus importantes, en encadrant à son tour des néophytes, le plongeur devra sans cesse s'améliorer en se formant.

Principes de bases fondamentales

L'homme doit s'appuyer sur quelque chose : sur la terre ferme, ce n'est en principe pas un souci majeur.

Dans l'eau, cela s'apprend. Nous nous situons dans la famille des **appuis**.

Il a aussi besoin de respirer très souvent, dans l'eau, en surface, il doit apprendre à alterner inspiration et expiration en fonction de la situation de ses voies respiratoires, situation qui découlera elle-même de son déplacement.

Sous l'eau, il utilisera un appareillage qui lui procurera de l'air respirable, mais qui nécessitera aussi un apprentissage particulier. Nous nous situons dans la famille de la **respiration**.

Pour se déplacer, appréhender son environnement, interférer sur son milieu, il doit pouvoir voir, nous avons là la famille de la **vision**.

Pour mieux prendre en compte les autres et échanger l'information il doit pouvoir communiquer, il s'agit là de la famille **communication**.

Parallèlement à ces familles d'exercices, il y a lieu de distinguer les **savoir**, les **savoir-faire** et les **savoir-être**.

Dans le cadre de la formation, l'enseignant agira toujours dans ces trois domaines.

L'aspect cognitif est sollicité en plongée dans l'apprentissage de toutes les applications, règles, lois physiques, adaptation, qu'il importe de connaître pour pratiquer l'activité dans les meilleures conditions de sécurité. Ce sont les **savoirs**.

La procédure, l'acquisition et la réalisation des gestes techniques, sont du domaine du **savoir-faire**.

Le **savoir-être**, quant à lui, recouvre les aspects plus généraux de l'interaction du plongeur avec son milieu ainsi que ses camarades de palanquée.

On y retrouvera les aptitudes à évoluer en pleine eau, à respecter naturellement la faune, la flore, l'état du fond (ce qui garantira les meilleures conditions de visibilité), l'observation attentive, la conscience de ses camarades de palanquée par le maintien d'une communication, premier élément indispensable pour intervenir en cas de besoin d'assistance ou de sauvetage.

Si l'on croise ces deux axes de description de l'enseignement de la plongée vu au paragraphe précédent, on obtient un tableau qui contiendra les aspects de la formation en lecture horizontale et verticale.

	Savoir	Savoir-faire	Savoir-être
Appuis			
Vision			
Respiration			
Communication			

Exemple d'application à la plongée: Elèves en formation niveau II

Objectif : *Nager 200mètres PMT, en ventral, bras et jambes, sans appui, avec demi-tour après la bouée placée à 100 mètres, ceci avec un effort soutenu.*

	SAVOIR	SAVOIR FAIRE	SAVOIR ETRE
APPUI	Connaître les lois physiques concernant la flottabilité. Comment utiliser des palmes.	Nager en position ventrale, bras et jambe, une distance de 200 m, sans appui, dans un temps acceptable.	Etre capable de se déplacer avec aisance en utilisant les appuis existants
VISION	Savoir se situer dans le plan horizontal Prendre en compte les indicateurs naturels, artificiels, définis par l'objectif initial	Nager dans une direction définie, sans ondulation ou changement de cap	Savoir se déplacer de façon optimale entre deux points.
RESPIRATION	Savoir adapter son effort à ses capacités physiques.	Maîtriser la ventilation avec dissociation bucco-nasale. S'adapter à l'évolution en milieu aquatique.	Etre capable de maîtriser un effort soutenu en respectant la qualité aérobique
COMMUNICATION	Connaître les signes de communication minimum. (OK, je suis essoufflé ...) Connaître l'intérêt de travailler en binôme	Savoir reconnaître les comportements et attitudes observables de son binôme. Les prendre en compte, modifier son propre comportement si besoin.	Etre capable d'évoluer à deux, de communiquer, avec plus de sécurité.

L'évaluation doit être présente à toutes les étapes de la formation

Tout acte d'enseignement exige de définir les aspects suivants :

- A qui s'adresse t-on ? (Où se situe l'élève en terme de capacités ou de compétences ?)
- Que veut-on lui apprendre ?
- Par quel chemin va t-on le faire passer pour l'amener à ce nouveau niveau de compétences ?
- Comment va t-on mesurer ce nouvel état ? (et dans quelle mesure va t-on associer l'élève à cette prise d'information_n)

On le voit, tout ceci implique de savoir **évaluer** les compétences de l'élève, en situant ces compétences dans une description des aptitudes nécessaires à la pratique de la plongée, du type du modèle proposé précédemment.

L'encadrant aura très vite le souci d'associer son élève à cette évaluation, en définissant de manière simple et claire les critères permettant de valider ou non la réussite, critères que l'élève s'appropriera et mettra en œuvre **lui-même**, lors de la réalisation de l'exercice et au moment du « débriefing » pour se situer.

Justification de la formation

Dans le cadre de la pratique de la plongée de loisirs, il est logique d'admettre que toute personne qui désire s'y initier puis de la pratiquer le fait d'une manière **volontaire**, par plaisir.

Ceci nous amène à considérer cet élève non pas comme un être passif, subissant sa formation plus ou moins contre son gré et sans en comprendre ni le sens, ni l'intérêt, (situation des enseignements habituellement dispensés dans les cursus scolaires classiques), mais comme une personne **active**, **motivée**, consciente des **objectifs** à atteindre pour aller dans la direction dictée par son choix. Pratiquer la plongée, donc acquérir les compétences nécessaires pour le faire en les améliorant pour continuer à éprouver du plaisir en plongeant et en toute sécurité.

La relation pédagogique entre l'élève et l'enseignant doit, en tout état de cause, tenir compte de ce postulat premier : **l'élève vient librement, parce qu'il en a envie et qu'il veut apprendre quelque chose.**

De ce fait, il n'y a **pas de mauvais élève**, il n'y a que des personnes ayant des parcours différents, des compétences d'entrée inégales, des objectifs divers selon le degré de perfectionnement visé, c'est à **l'enseignant de prendre tous ces éléments en compte**, pour établir avec chaque élève un projet de formation approprié.

Exemple

De jeunes personnes sportives, douées en natation et rêvant de s'accomplir dans cette pratique pourront faire l'objet de projet ambitieux, devenir à leur tour de futurs encadrants.

D'autres, personnes d'âge mûr, souhaitant acquérir les bases minimales pour se faire plaisir lors d'un voyage sous des latitudes paradisiaques devront trouver la formation adaptée à leurs possibilités physiques, qui tiendra compte de difficultés plus grandes pour maîtriser certains exercices, pour les amener à pouvoir en toute sécurité, sans perdre de vue l'aspect convivial et sympathique d'une relation définie dans une discipline de loisirs, à goûter les joies de la plongée explo dans l'espace proche.

Le point commun de ces deux situations consiste en l'adhésion volontaire de l'élève à l'acte de formation qui va lui être dispensé, ce qui implique qu'on va l'y **associer** le plus complètement possible.

D'une part, en lui permettant de se situer dans sa progression **par lui-même**, des critères de réalisation étant clairement définis, et d'autre part en **justifiant toujours les situations d'exercice ou d'évaluation**.

C'est le fameux « **POURQUOI** », titre de ce mémoire.

Exemples d'applications à la plongée:

- on nage 200 m en début de cours à la piscine **parce qu'il** est important d'échauffer le corps et de faire fonctionner le système cardiovasculaire, avant de poursuivre avec des exercices (PMT) plus physiques, qui pourraient (surtout pour les moins jeunes) être l'origine de problèmes divers.
- on effectue toute une série d'exercices qui font parfois tousser et cracher pour apprendre à vider un masque, ce n'est pas pour le plaisir de faire souffrir les apprenants mais pour apprendre à maîtriser progressivement la fameuse dissociation bucco-nasale, si utile pour vider le masque. (remarque : dans un souci de confort des élèves, l'encadrant aura à cœur de ne pas les solliciter de manière trop intense, donc normalement les situations qui font « tousser et cracher » devraient être exceptionnelles; cela ramène à la notion d'évaluation des acquis de l'élève pour définir la charge de travail qu'on lui proposera pour atteindre un objectif réaliste).

Conscience et compétence

Dès l'entrée en formation, l'élève se rend compte de la nature des difficultés qui se présentent à lui : quand on le sollicite pour effectuer un baptême, un plongeon canard, une petite apnée, etc. il découvre déjà la complexité de certains gestes techniques. (maîtrise de la verticalité dans la descente, réaction à la pression, etc...)

Il devient conscient de son incompétence.

Cela signifie aussi qu'il a commencé à mettre en place des critères d'auto-évaluation, qui rappelés-le, vont être introduits clairement par l'encadrant dans son enseignement.. L'élève commencera à comparer l'image qu'il a de sa prestation à l'image idéalisée que lui suggère l'encadrant.

Après une période de formation adaptée, l'élève deviendra conscient de ses progrès. Ceux ci se finaliseront par l'acquisition de compétences, qui vont pouvoir être validées par une évaluation plus formelle. L'élève atteint maintenant le stade de la **conscience de certaines compétences**, selon son niveau de plongeur.

La personne qui vient effectuer un baptême **n'est pas consciente de son incompétence** dans le domaine de la plongée.

Elle doit avoir totalement confiance en l'encadrant, qui lui a cet état de fait constamment présent à l'esprit, pendant toute la durée du baptême.

En particulier, l'encadrant aura le souci de mettre en place un accueil de la personne susceptible de créer autant que faire se peut cet état d'esprit.

Il n'oubliera pas que l'activité plongée est source d'angoisse chez beaucoup de monde, il aura à cœur de se renseigner sur le vécu de la personne dans le domaine aquatique et sera sensible aux manifestations même discrètes de l'appréhension.

Tout le baptême doit se faire en toute sécurité, ce qui implique ici l'absence totale de stress, tension... Le candidat doit être pris en charge par un encadrant clairement désigné à lui, présenté comme une personne compétente, qui a le temps de s'occuper de lui. L'encadrant mettra la situation en place en associant le néophyte (qui n'attendra pas en se refroidissant dans un coin du bassin que l'on veuille bien s'occuper de lui !) et profitera du temps nécessaire pour créer le matériel pour engager la discussion avec le baptisé. Il veillera en particulier à ne pas tomber dans la démonstration technique qui est avant tout un moyen de se mettre en avant face à une personne inexpérimentée. Il donnera les indications simples et utiles, en les faisant découvrir à la personne.

Par exemple, « tiens, c'est le dérendeur, tu peux essayer de respirer dessus, c'est facile... » L'encadrant évitera de parler des risques liés à la pratique de la plongée ; cela ne signifie pas qu'ils n'existent pas, mais ils n'ont pas à être évoqués en situation de baptême !

Ce petit développement de l'organisation d'un baptême permet d'appréhender l'inconscience de l'incompétence du baptisé, malgré cela il devra pouvoir effectuer cette première incursion en toute sécurité et en tirer un plaisir suffisant pour qu'il ait l'envie de recommencer !

Enfin, après une autre période de pratique, les compétences conscientes acquises lors de la formation évolueront vers une **inconscience de ses compétences**, qui s'appliqueront automatiquement; c'est la transformation en automatismes de ces dernières.

Exemple d'application

Le plongeur de niveau 1 apprend à utiliser un système gonflable de sécurité ; dans un premier temps, il va apprendre à s'en servir pour se maintenir en surface, en le gonflant, puis à le purger.

Il apprendra également à le gonfler au fond pour s'équilibrer et à le purger pour maîtriser sa vitesse de remontée.

Il effectuera ces gestes en y réfléchissant, il y aura peut être même des petits retards dans l'exécution d'une manœuvre, le temps de retrouver les boutons du direct system !

Après quelques plongées, ces compétences conscientes vont devenir automatiques, le plongeur n'aura plus besoin de réfléchir pour penser à gonfler son SGS en surface, à fortiori l'encadrant n'aura plus à le lui rappeler en le voyant palmer désespérément pour se maintenir en surface, en risquant l'essoufflement

R Faire
ressortir

La suite de sa formation va se dérouler de même : sans cesse, il y aura prise de conscience d'une incompétence, puis travail, puis conscience d'une compétence acquise et enfin incompétence de cette compétence devenue automatisme.

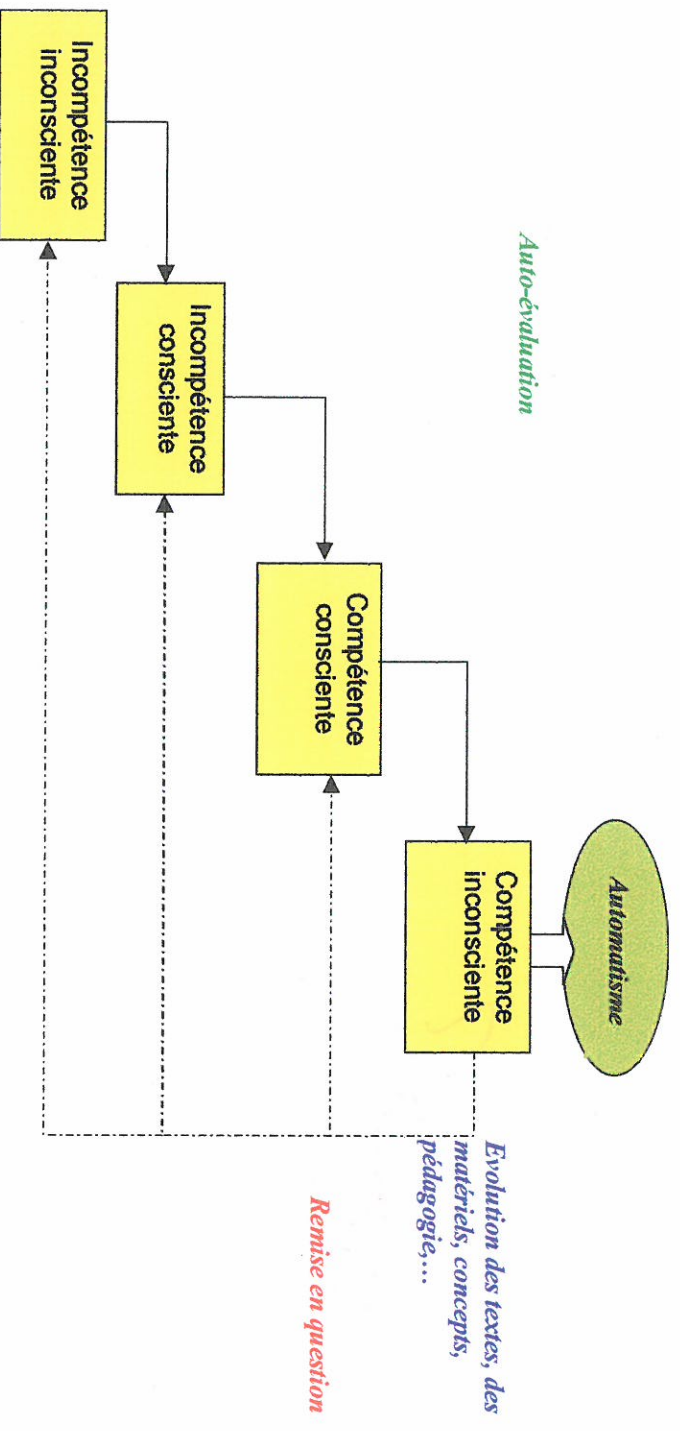
Cette analyse mérite d'être éclairée par rapport à l'axe développé dans ce travail : **pourquoi** faut-il être attentif à ces différents stades conscients ou inconscients de compétence ou d'incompétence ?

Cela complète l'évaluation de l'élève effectuée par l'encadrant, évaluation qui elle-même se décompose en deux grandes familles : **l'évaluation formative** et **l'évaluation normative**.

Ce thème va être développé dans le chapitre suivant, mais il faut souligner déjà ici l'importance de la cohabitation de plusieurs critères d'évaluation : dans une évaluation formative, qui consistera à proposer des critères de réalisation clairs pour décider du degré de réussite d'un exercice, il faut que l'encadrant ait conscience de l'endroit « où en est l'élève », ce qui renvoie bien sûr au savoir-être de l'encadrant et sa capacité à considérer l'élève dans son ensemble. La réussite d'un vidage de masque n'est pas suffisante en soi pour estimer que l'élève va pouvoir effectuer cette manœuvre dans des conditions différentes, (mauvaise visibilité, froid, stress, surprise...). C'est là qu'intervient cette notion de compétence consciente et inconsciente, qui va aussi permettre à un encadrant de situer un élève par rapport à la suite de sa formation : il vient d'obtenir son niveau 1, est-ce qu'il est déjà « mûr » pour envisager le niveau 2 ?

Pour certains, l'encadrant devra être en mesure de savoir freiner les ambitions tout en veillant à ne pas froisser la susceptibilité de l'élève, parfois aussi il devra encourager quelqu'un à tenter la formation au niveau supérieur.

CONSCIENCE ET COMPETENCE



Evaluation formative et évaluation normative

La notion d'évaluation est totalement imbriquée dans l'acte d'enseigner : on l'a déjà vu, il faut évaluer le niveau de départ de l'élève pour proposer une formation adaptée à ses ambitions et ses possibilités.

Il faut proposer des situations d'apprentissages poursuivant un objectif clair et dont la réussite est également clairement vérifiée par la réalisation d'un certain nombre de critères de réalisation, connus de l'élève.

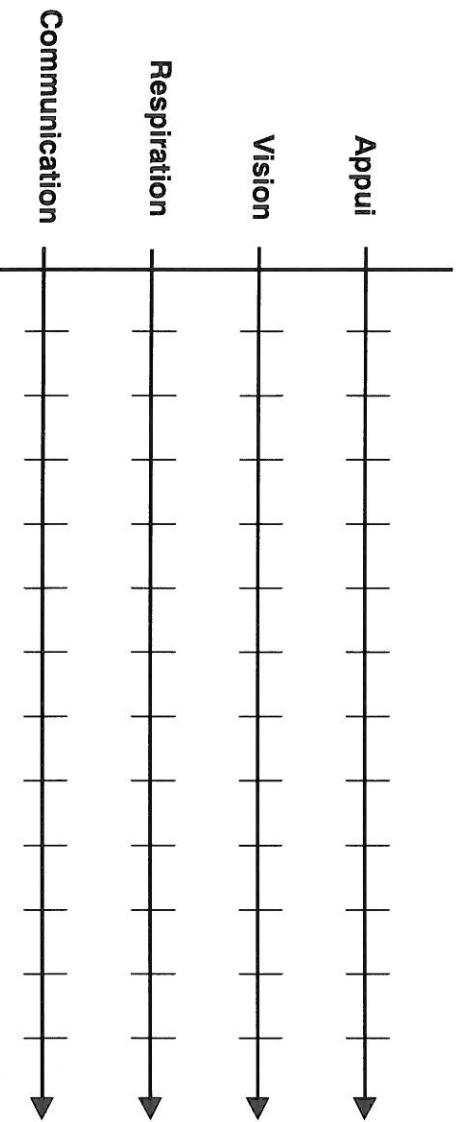
Ces mises en situations composées d'éléments et de repères observables permettent l'auto évaluation.

La définition d'un objectif clair implique l'univocité de l'exercice demandé, identifié par une et une seule intention pédagogique. (Voir les contenus de formation)

Les exercices de plongée peuvent se classer, on l'a vu précédemment, dans quatre familles, les appuis, la vision, la respiration et la communication. Tout exercice fait en principe appel à une voire souvent plusieurs ou toutes ces familles.

Le principe à mettre en œuvre est de définir le degré de difficulté que l'on désire attribuer à chaque famille.

Ce degré de difficultés peut être visualisé en utilisant des **vecteurs**.



Exemple d'application à la plongée :

Si l'on veut faire travailler la dissociation bucco-nasale, qui est une activité de la famille de la respiration, il ne faut pas en plus demander la réalisation de l'exercice en interprétant une série de signes ou en aveuglant le masque. Exercices des familles de la communication et de la vision.

- Si l'on veut faire réaliser un exercice de **synthèse**, qui fera appel aux différentes familles, puisque l'objectif est de conjuguer plusieurs capacités ensemble pour se rapprocher de la pratique réelle de la plongée, il faut impérativement doser faiblement chaque difficulté, pour que la somme de celles-ci ne rendent pas l'exercice infaisable voire dangereux.

Dans tous les cas, il faut sans cesse faire évoluer l'élève en toute sécurité, ce qui va être développé dans le chapitre intitulé « **pourquoi la sécurité** ».

Ces formes d'évaluation sont dites « **formatives** » elles participent pleinement à la formation.

L'évaluation **normative**, renvoie à la comparaison d'une prestation à une norme, définie préalablement et posée comme objectif final d'un parcours de formation.

Exemple : Formation N.II

Dans la série d'exercices à effectuer en libre, le candidat plongeur doit faire une apnée à 5 mètres, suivie d'un déplacement horizontal de 10 mètres, avant de remonter en contrôlant le retour en surface, vidanger son tuba et communiquer « OK » en fin d'exercice à l'encadrant.

La définition des critères de réalisation de cet exercice est suffisamment précise pour permettre aux évaluateurs d'apprécier si le candidat a réussi ou non cet exercice.

Profondeur atteinte, longueur du déplacement réalisée, remontée correcte avec contrôle de surface et communication réaliste, tuba vidé.

Ces critères constituent la norme à laquelle on compare la prestation du candidat. Cette norme est la même dans tous les examens fédéraux et confère un degré de compétences minimal commun à tous les plongeurs validés dans ce niveau.

Suivi de l'évaluation :

L'évaluation prend donc des formes distinctes, l'évaluation dite « **formative** » qui se situe en permanence dans le cadre de la formation et l'évaluation dite « **normative** » qui sanctionne la réussite ou l'échec d'une situation d'examen formel. Ces situations étant elles mêmes définies par les contenus de formation.

Dans le cadre de l'**évaluation formative** il est intéressant de coder les degrés de réussite d'un apprenant avec les lettres **A** « *acquis* » ou **V** « *en voie d'acquisition* ». Echelle que l'on peut compléter avec des signes + (plus) ou - (moins) pour affiner la prise d'information.

A noter que dans le cadre d'une progression, il n'y a pas lieu de sanctionner un exercice par la lettre **N** « *on acquis* » puisque la logique d'un formateur impliquant l'élève consiste à placer ce dernier en situation de progression constante et non d'échec.

Dans le cadre d'une **évaluation normative**, pour décerner une aptitude, un niveau, l'encadrant et plus globalement le jury se doit d'être clair et en mesure d'expliquer ses décisions : **oui** ou **non** (*acquis A ou non acquis N*), ceci en fonction de critères clairs, établis de manière précise et connus de l'apprenant.

La mise en place permanente de critères d'auto évaluation tout au long de la formation trouvera ici tout son sens, notamment pour faciliter la gestion de l'éventuel échec.

Une fiche de suivi individuel de chaque élève permet de reporter les évaluations de chaque exercice ou mise en situation constituant sa progression. Cette fiche doit être accessible à l'élève et à toute l'équipe pédagogique.

En annexe exemple de fiche de suivi proposée par *Sylvain Peybernes* I.R. au Comité Est

Le pourquoi dans les applications :

Les exercices visant à entraîner les plongeurs aux techniques de mises à l'eau regorgent eux aussi de justifications.

- Le saut droit, traditionnellement enseigné dès le niveau 1, permet de se mettre à l'eau depuis le bord, est certes intéressant dans cette forme pour donner les bases nécessaires à une bonne réalisation : contrôle de la surface, maintien du masque, du détenteur et de la bouteille, saut effectué franchement, communication OK après le retour en surface. Il faut cependant considérer cette technique comme un passage nécessaire, un objectif intermédiaire et non comme une finalité, puisque le même saut effectué en y ajoutant un demi-tour aérien permet de se mettre à l'eau dans les mêmes conditions que celles du saut droit, contrôle de la surface en particulier, mais permet en plus de se retrouver dans l'eau face au point de départ, dans une position qui facilite l'évacuation de la zone de saut. Cette rapidité permet d'accroître la sécurité du plongeur (qui ne risque plus de réceptionner le suivant au moment où il va faire surface au milieu de ses bulles !) mais permet aussi d'accélérer la mise à l'eau de l'ensemble de la palanquée, facteur précieux en cas de mer agitée qui facilite le regroupement de tous avant l'immersion. Encore du **pourquoi** qui mérite d'être expliqué aux élèves qui se demanderaient sinon à quoi servent ces acrobaties.
- La bascule arrière mérite le même développement, la technique de bascule avant la remplaçant avantageusement (de part la possibilité de contrôler visuellement la zone d'immersion, en éliminant les risques d'accrocher le bloc au bord de l'embarcation) ceci sans inconvénient supplémentaire, le choc de l'impact étant le même. Le **pourquoi** sert aussi à proposer des évolutions dans des pratiques courantes, mais perfectibles comme tout le reste.

Le pourquoi dans la sécurité :

Ce chapitre est incontournable dans le domaine de la plongée et de son enseignement : l'encadrant doit avoir l'obsession de rester dans les limites qui garantissent la possibilité à l'apprenant d'effectuer ses exercices en toute sécurité.

Cela dit, il convient de mettre cette intention en pratique, et cela va s'observer déjà dans la construction d'une progression d'apprentissage ;

Exemple : la connaissance des lois physiques régissant le monde subaquatique nous permet de savoir que les déplacements dans la verticalité sont les plus dangereux, en raison des problèmes liés aux variations de pression qui se posent.

A la descente, les problèmes de placage de masque, de forte pression sur les tympans doivent déjà entraîner un comportement de prévention et de rappel à chaque descente, descente qui doit être surveillée par l'encadrant dans le cadre d'une initiation, d'un baptême.

A la remontée, les risques barotraumatiques ou de décompression qui risquent d'être accentués par le changement de flottabilité, mauvaise utilisation du SGS entraînant une remontée rapide sont également à considérer avec attention.

De sorte que toute progression commencera par la vérification des pré-requis indispensables, suivis d'exercices qui seront effectués à des profondeurs variables dans le plan horizontal.

La sécurité indispensable dans la pratique justifie ce choix pédagogique, de même que tout exercice prévu dans la verticalité devra être précédé de la vérification du pré-requis « l'élève maîtrise la remontée en expirant ».

Cette maîtrise de la verticalité, au delà de son aspect exigeant sur le plan des mesures de sécurité, nécessite une progression qui inclut des repères visuels, des positions tête en haut et en bas, puis la suppression des repères visuels (descente dans le bleu).

Le pourquoi de la prévention

C'est aussi et surtout la prévention, qui impose que la plongée et par extension les activités préparatoires y menant, ne se pratique jamais seul. Dès le début de la formation, l'élève sera associé à ce devoir de surveillance mutuelle, dans l'organisation du **travail en binôme**, qui préfigure la palanquée responsable.

Surveiller l'autre, c'est aussi être en mesure de constater un problème, ce qui implique qu'il faut supprimer les situations qui rendent cette constatation improbable ou incertaine : à partir de quel moment faut-il intervenir pour remonter un individu qui pratique l'apnée statique ?

Ceci explique bien sûr le **pourquoi** de l'abandon et de l'interdiction de cette pratique.

Ici le concept du travail en binôme trouve tout son sens.

Au cours d'exercices en milieu naturel, il est de coutume de réaliser des échanges d'embout, par exemple, sur signe du moniteur « je n'ai plus d'air », l'élève applique la procédure d'échange d'embout et engage la remontée.

Cette façon de faire implique cependant une prise de risque. Au préalable à cet exercice, le contrôle de la remontée en maîtrisant l'expiration fera partie des pré-requis indispensables de l'apprenant.

Il en découle un renforcement et une meilleure garantie de sécurité.

Le pourquoi dans la réglementation :

L'arrêté du 22 juin 98 a redéfini les conditions réglementaires de la plongée ; quelques exemples méritent une attention particulière dans le cadre de ce mémoire, en particulier les dispositions qui décrivent les possibilités d'accès à l'autonomie de plongeurs majeurs de niveau 1 évoluant par équipes de 2 dans une zone n'excédant pas 10 m de profondeur et dont le fond est visible de la surface, sous la surveillance d'un moniteur et d'un niveau 4 au minimum.

Ces dispositions sont à rapprocher des compétences exigées d'un candidat au niveau 4 qui doit réaliser une apnée de 10 m de profondeur en plongée libre, ce qui implique que le législateur a fixé les conditions d'évolution des plongeurs de niveau 1 et de leur surveillance par des personnes dont les compétences validées rendent possible l'exercice effectif de leur mission de surveillance et de sécurité.

La description des matériels dont disposent les plongeurs de niveau 2 autonomes sous la responsabilité d'un directeur de plongée dans la zone médiane correspond aussi au souci de rendre possible l'exercice de leurs prérogatives d'autonomie.

A cet effet, ils ont les moyens techniques de vérifier les paramètres de leur plongée, durée et profondeur et sont en mesure de déterminer la procédure de décompression appropriée.

Ce qui renvoie à leur formation théorique et à la cohérence de leur savoir-faire et savoir-être par rapport aux prérogatives accordées.

Le pourquoi dans la formation des cadres :

Le plongeur qui progresse se voit tôt ou tard amené à devenir guide de palanquée et /ou encadrant.

Dans ce but, les formations organisées à l'échelle des clubs doivent également inscrire ce principe essentiel dans la manière de former des formateurs : **pourquoi** ?

Plusieurs points doivent être soulignés :

- les candidats doivent être conscients de leurs prérogatives futures mais aussi des devoirs qui y sont rattachés, ce qui donne de la matière aux justifications !
- l'acte d'enseigner ne correspond pas à une démonstration de maîtrise personnelle qui est cependant intéressante, souvent indispensable.
- Le candidat doit se demander **pourquoi** il veut enseigner. Si les motivations relèvent du besoin de se valoriser dans un rôle supposé valorisant et conférant un prestige social, cela n'entraînera pas de hautes performances dans l'art de l'enseignement, dans la perspective de la réussite des élèves.
- Cela renvoie aussi et encore au savoir être, déjà évoqué.
- Le rôle de l'encadrant au service des élèves et de son club nécessite aussi un questionnement de sa part, dans la justification de son rôle défini par le contexte social et associatif. **Pourquoi** faut il former d'autres personnes, quelles conséquences cela entraîne t-il pour le club ?

Conclusion

Le « pourquoi ? » appliqué à la pratique et l'enseignement de la plongée ne se limite bien sûr pas à cette activité. Au-delà des exemples décrits précédemment avec leurs interactions et leurs prolongements dans différents aspects, c'est une sagesse de l'existence.

Etre en mesure de justifier ses actes, de répondre aux pourquoi, c'est assumer la responsabilité de ceux-ci, qui restent certes perfectibles et doivent pouvoir supporter la remise en question, mais consiste surtout à se démarquer d'une attitude irréfléchie, inconsciente, qui se contente de reproduire et de répéter sans comprendre....

Les pourquoi nous y aideront.

Plongeur Niveau 1

Comité départemental Marne



Nom :
Prénom:

Date																		
Milieu																		
Formateur																		

		Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Certification E3	
Compétence 1a <i>Utiliser son matériel</i>	Créer et dégréer																			Date	
	Réglage des sangles ou du SGS																				Nom
	Réglage de la ceinture et du masque																				Cachet
	Mettre et enlever une combinaison (naturel)																				
	Notion de réserve (mano, réserve, ordinateur)																				
	Entretien courant du matériel perso (règles hygiène)																				
Compétence 1b <i>Comportement et gestes techniques en surface</i>	Mise à l'eau (saut droit, bascule arrière)																				Date
	PMT (sustentation, ventral, dorsal)																				Nom
	Déplacement en capelé																				Cachet
	Décapelage et recapelage en surface																				
Compétence 2 <i>Immersion et retour en surface</i>	Techniques d'immersion (phoque ou canard)																				Date
	Maîtrise de la remontée																				Nom
	Maintien d'un niveau d'immersion en pleine eau																				Cachet
	Passage embout / tuba et vice-versa																				
	Enseignement du SGS																				
Compétence 3 <i>Maîtrise de la ventilation en plongée</i>	Ventilation sur détendeur																				Date
	REC embout en bouche de 3 à 5 m																				Nom
	LRE (expiration ou supresseur)																				Cachet
	Réaction au remplissage inopiné du masque																				
	Maîtrise du poumon ballast																				
	Initiation à l'apnée																				
Compétence 4 <i>Réactions aux situations usuelles</i>	Communication (Ok, non Ok, froid, Plus d'air, Essoufflement, Sur réserve, Réserve à passer)																				Date
	Monter, Descendre, Mi pression, Fin)																				Nom
	Savoir demander de l'air au moniteur																				Cachet
	Savoir donner de l'air à un coéquipier																				
	Savoir évoluer en palanquée (notion de binôme)																				
	Procédure de sécurité en cas de perte																				
Compétence 5 <i>Plongée en équipe sur 10 m</i>	Initiation à l'orientation																				Date
	Gestion des paramètres d'une plongée																				Nom
	Contrôle mutuel des membres de l'équipe																				Cachet
Compétence 6 <i>Connaissances théoriques élémentaires</i>	Principe des barotraumatismes et prévention																				Date
	L'essoufflement																				Nom
	Le froid, les dangers du milieu naturel																				Cachet
	Le principe de l'accident de décompression																				
	Symptômes, courants et prévention																				
	Présentation table et l'ordinateur de plongée																				
	La courbe de sécurité de la table MN 90																				
	Flottabilité																				
	Connaissances sur la réglementation																				
Organisation de plongée, respect de l'environnement																					

Signature Elève																				
Signature Formateur																				