



CONSTRUIRE UN COURS  
« PRÉPARATOIRE »

---

ou  
« PRATIQUE »

Stage Initial INITIATEUR



## LA REFLEXION

---

- Pratique Plongeur..... ce que je sais faire
- Pratique INITIATEUR..... ce que je veux faire faire
- Identifier et quantifier les besoins pour chaque niveau
- Prendre du recul, essayer de se mettre à la place de l'élève pour comprendre ses difficultés, pour retrouver comment j'ai appris ce qui est devenu pour moi un automatisme



## LE PLAN

---

- Se poser les bonnes questions
  - A qui?
  - Pourquoi ?
  - Comment ?
  - Quand ?
  - Où ?



## A QUI ?

---

- Niveau des élèves auxquels je m'adresse
- Vécu de ces élèves
- Prérogatives du niveau



## POURQUOI ?

---

- Quel intérêt à faire ce cours ?
  - motivation pour l'élève
- De quoi mes élèves ont-ils besoin ?
  - par rapport à leurs futures prérogatives
- Quel sera mon objectif final ?



## COMMENT ?

---

- Temps imparti
  - Créneau horaire
- Moyen en matériel
  - Pmt
  - Bouteille (nombre suffisant – transport....)
  - Autres moyens pédagogiques (à prévoir)
- Progression à établir
- Moyen humain
  - Nombre de moniteurs nécessaires



## Quand ?

---

- Que doivent maîtriser mes élèves avant d'aborder ce cours ?
- Quels sont leurs acquis ?
- Où placer ce cours dans la progression générale du niveau ?



# Où ?

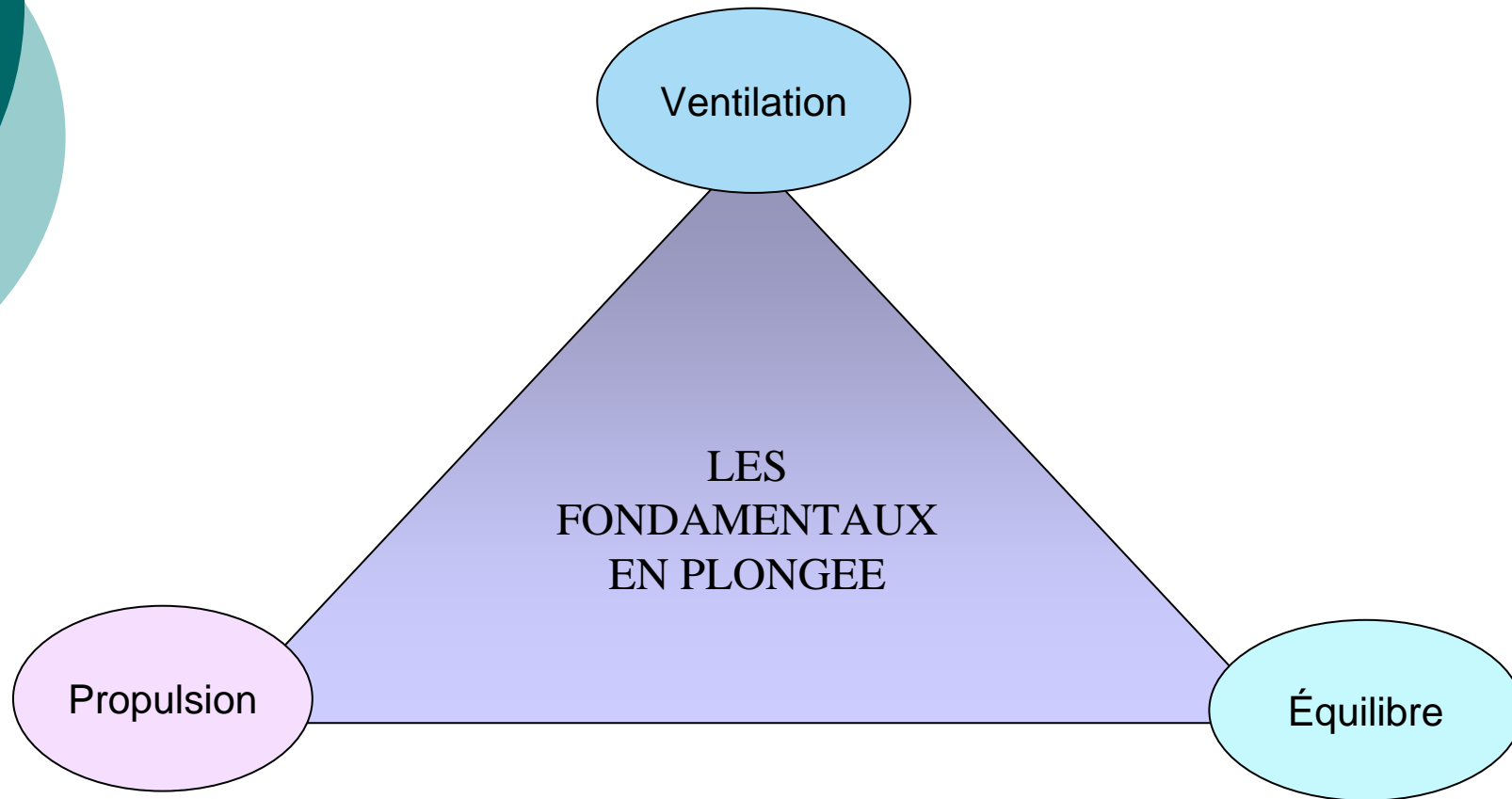
---

- Milieux naturels ou artificiels
  - balisage de zone
- Zones de profondeur



# Les FONDAMENTAUX de l'activité

---





# LA DEMONSTRATION

---

## ○ POUR :

- quand elle est **utile**
- quand elle est **efficace**
- quand elle fait appel à des gestes **observables** et **reproductibles** par l'élève

## ○ CONTRE :

- quand elle met la **sécurité en jeu**
- quand elle fait appel à des **sensations**
- quand elle n'est **pas maîtrisée** par le moniteur

## EXEMPLE DE DEMARCHE

Thème de la séance :  
Niveau de plongée :

Exprimer l'objectif général de formation :  
*(directement lié au niveau préparé)*

Fixer la compétence (en rapport avec le thème de la séance) que doit acquérir l'élève pour atteindre cet objectif :

Définir les technique(s) et/ou comportement à enseigner :  
*(en rapport avec le thème de la séance)*

Déterminer les critères d'évaluation de la technique enseignée :  
*Que doit être capable de réaliser mon élève pour que je considère que la technique ou le comportement soit acquis ?*

Déterminer les acquis nécessaires (qu'il faudra vérifier) pour débiter la technique ? (pré requis) afin de ne pas mettre d'entrée mon élève en situation délicate voire dangereuse.

Elaborer une progression dans l'apprentissage de la technique ou du comportement.



*erreur à ne pas commettre : aller directement à l'évaluation finale !*

*D'une manière générale commencer par la situation ou l'exercice le plus facile.*

Réfléchir aux difficultés spécifiques que peut rencontrer mon élève afin d'y remédier.

*Être capable de proposer une progression plus lente, des exercices plus faciles, des exercices correctifs ...*



# Présentation de la séance (Briefing)

## 1 - Discussion avec l'élève :

- Établir le contact avec l'élève
- Vérifier oralement auprès de l'élève les pré-requis nécessaires
- Présenter globalement l'exercice ou la technique
- Justifier (motivation pour l'élève: à quoi cela va-t-il servir en plongée ?)

## 2 - Description du ou des exercices :

- Faire découvrir la réalisation, éventuellement avec démonstration du moniteur (si possible)
- Préciser l'objectif à atteindre et présenter les critères de réussite

## 3 - S'assurer de la compréhension de l'élève :

- Faire reformuler par l'élève la réalisation attendue
- Faire essayer à terre chaque fois que cela est possible !

## 4 - Exposer le déroulement de la séance :

- Expliquer le déroulement de la séance dans l'eau
  - Définir les consignes d'organisation :
    - où et comment se mettre à l'eau, sortir de l'eau
    - qui fait quoi et quand
    - quels sont les signes particuliers que l'on va utiliser
    - .....
  - Rappeler les **consignes de sécurité** : oreilles, masque, respiration, signes ....

# DEROULEMENT DE LA SEANCE

## 5 - S'équiper :

Le moniteur doit **s'assurer** que ses élèves sont correctement équipés avant la mise à l'eau.

## 6 - Déroulement dans l'eau :

- Vérifier les pré-requis
- Proposer la progression prévue :
  - du plus simple au plus compliqué
  - avec point d'appui puis sans point d'appui
  - du moins profond au plus profond
  - en statique puis en déplacement
  - .....
- S'adapter aux difficultés des élèves
- Pour chaque exercice :
  - faire une démonstration (si possible et si utile)
  - évaluer l'acquisition de l'élève (par rapport aux critères de réussite)
  - apporter les corrections
- Faire refaire plusieurs fois en variant les situations
- Terminer la séance par une réussite de l'élève et **par une explo !**

Quelques principes  
à mettre en œuvre



# Conclusion de la séance (Débriefing)

---

## 7 - Sortie de l'eau :

Recueillir les impressions des élèves

Rappeler les difficultés rencontrées et donner des solutions pour y remédier

Rappeler les capacités acquises (terminer sur une note positive)

Présenter la prochaine séance