Pourquoi ?

L'Adaptation Du Moniteur à son élève

Ados

Enfants

Handis

Séniors

Femmes

Hommes

Plongeurs de l'Ain - 2018

Ados

Enfants

Handis

Séniors

Femmes

Hommes

Différents publics

✓- Capacités physiques
✓-Capacités intellectuelles
✓-Envies
✓-Motivations

Différents publics

- ✓- Capacités physiques
- ✓-Capacités intellectuelles
- ✓-Envies
- ✓-Motivations

Un même OBJECTIF

Un moniteur qui s'**adapte** à son élève

Maîtrise des compétences du MFT

PLONGEE LOISIR

L'Adaptation Du Moniteur à son élève

I. Adapter le cursus de formation

II. Adapter le contenu de la formation

III. Adapter sa façon d'être

L'Adaptation Du Moniteur à son élève

I. Adapter le cursus de formation

II. Adapter le contenu de la formation

III. Adapter sa façon d'être

I. Adapter le cursus de formation

- En fonction du public concerné
- En fonction des envies et motivations

I. Adapter le cursus de formation

➢En fonction du public concerné

Exemple : les enfants

- Temps de concentration relativement court, découragement, zapping
- Vocabulaire et connaissances moindres
- Physiologie plus fragile (oreilles, poumons, masse graisseuse, corpulence/matériel…)

Cursus Jeune Plongeur 8-14 ans

Plongeur Bronze
↓
Plongeur Argent
↓
Plongeur Or

6m

12m (10 ans)
20m (12 ans)

Théorie adaptée à l'âge

Profondeur limitée = sécurité

Effectif limité (2) = attention & sécurité

Progression motivante

<u>Qualifications</u>
- Plongée du bord
- Bateau 1
- Bateau 2
- Aide-moniteur

I. Adapter le cursus de formation

➢En fonction du public concerné

Exemple : les enfants

•Temps de concentration relativement court, découragement, zapping
•Vocabulaire et connaissances moindres
•Physiologie plus fragile (oreilles, poumons, masse graisseuse, corpulence/matériel…)

- **Cursus sans scaphandre**
  Moins de 8 ans

0-1 m

Etoile de mer 1
↓
Etoile de mer 2
↓
Etoile de mer 3

Progression motivante

Contenu MFT adapté : curiosité / dév. l'intérêt

I. Adapter le cursus de formation

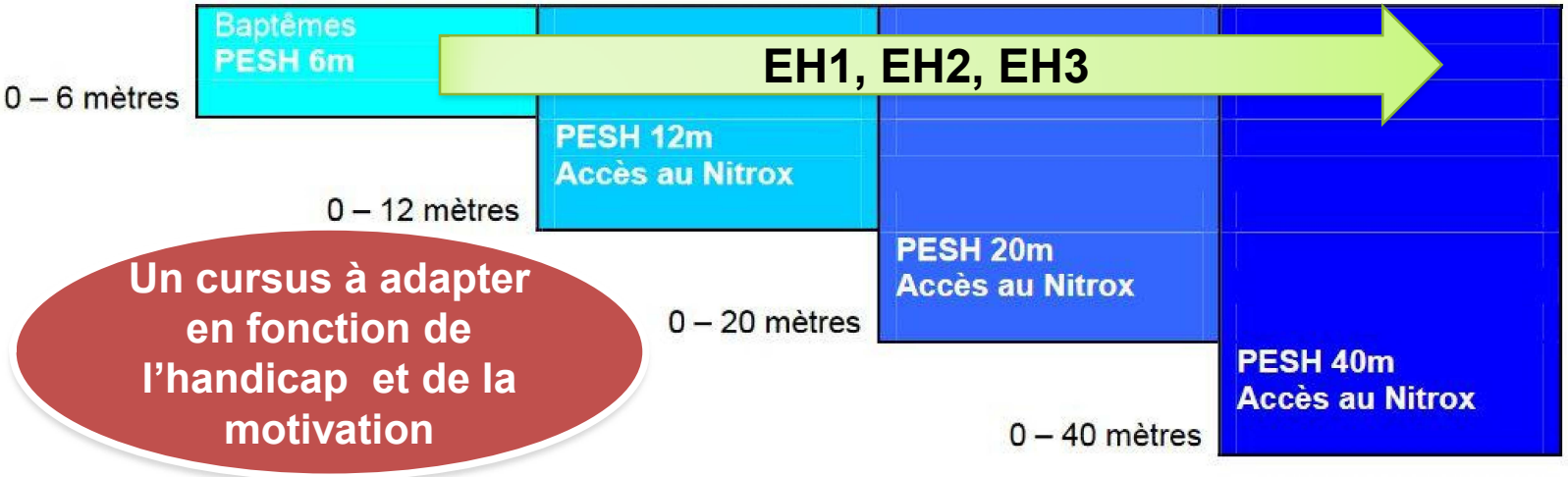
➢En fonction du public concerné

Exemple : les Handis

- Handicaps très variés
- Grande appréhension
- Autonomie +/- limitée

▸ Cursus spécifique Plongeur Encadré en Situation de Handicap

Des formations spécifiques pour les encadrants, dès le niveau E1



Un cursus à adapter en fonction de l'handicap et de la motivation

I. Adapter le cursus de formation

➢En fonction du public concerné

Exemple : les ados

Pas d'autonomie avant la majorité

Cursus N1 dès 14 ans

Possibilité d'anticiper à 12 ans pour les plus motivés

Cursus N2 dès 16 ans

- Très sensibles au regard des autres
- Différences importantes entre filles et garçons
  - →Filles : Ecoute de soi, grande appréhension, peur de mal faire
  - →Garçons : esprit de compétition, capacités physiques variables
- Attention facilement détournée
- Peu de sens de l'effort

I. Adapter le cursus de formation

➢En fonction des envies et motivations

Qu'est-ce qui motive la pratique d'une activité physique et sportive ?

FACTEURS EXTERNES	FACTEURS INTERNES
Les récompenses : médailles, cadeaux, argent …	**Les sensations** : glisser dans l'eau,…
L'approbation sociale : admiration des autres, reconnaissance….	**La connaissance** : Apprendre, maîtriser des techniques ou progresser dans leur maîtrise
La comparaison sociale : chercher à battre les autres (pour prouver sa valeur), vouloir apparaître comme le meilleur,…	**L'accomplissement** : Repousser ses limites, atteindre ses objectifs, connection avec l'environnement …

Source : Atelier de l'encadrant 2018 – Hervé Cordier (Instructeur National)

I. Adapter le cursus de formation

➢En fonction des envies et motivations

Sur quels facteurs agir pour motiver notre élève ? Comment ???

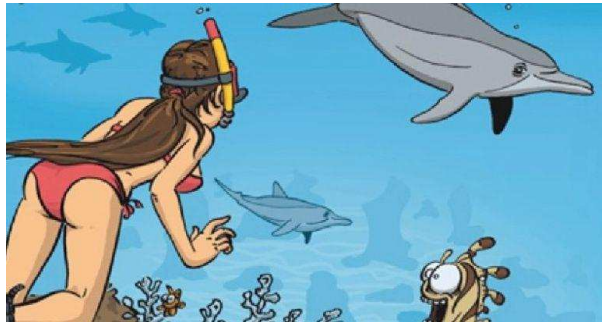
FACTEURS EXTERNES	FACTEURS INTERNES
Les récompenses : médailles, cadeaux, argent …	**Les sensations** : glisser dans l'eau,…
L'approbation sociale : admiration des autres, reconnaissance….	**La connaissance** : Apprendre, maîtriser des techniques ou progresser dans leur maîtrise
La comparaison sociale : chercher à battre les autres (pour prouver sa valeur), vouloir apparaître comme le meilleur,…	**L'accomplissement** : Repousser ses limites, atteindre ses objectifs, connection avec l'environnement …

I. Adapter le cursus de formation

➢En fonction des envies et motivations

Exemple : les voyageurs et les conjoint.e.s

- Pas de pratique régulière
- Parfois, peu d'envie pour les conjoints



- **Cursus Plongeur Encadré**

Pack Découverte PE12

↓

Niveau 1 = PE20

↓

Qualification PE40

↓

Qualification PE60

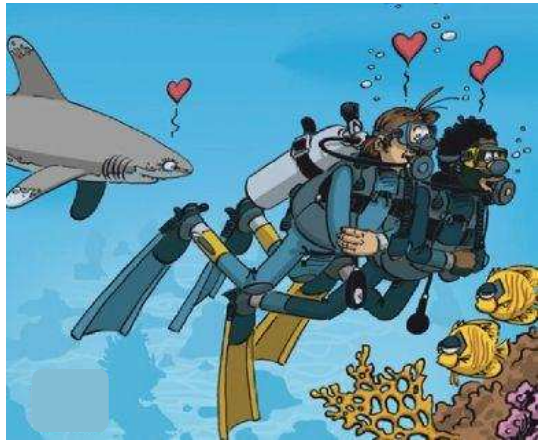
Encadrement explo par un E4

I. Adapter le cursus de formation

➢ **En fonction des envies et motivations**

Exemple : les voyageurs et les conjoint.e.s

- Pas de pratique régulière
- Parfois, peu d'envie pour les conjoints



Délivrance des brevets

Pack Découverte PE12

NIVEAU 1
- Niveau 1 = PE20

NIVEAU 2
- Qualification PE40 → Qualification PA20

NIVEAU 3
- Qualification PE60
- Qualification PA40 →

L'Adaptation Du Moniteur à son élève

I. Adapter le cursus de formation

II. Adapter le contenu de la formation

III. Adapter sa façon d'être

L'Adaptation Du Moniteur à son élève

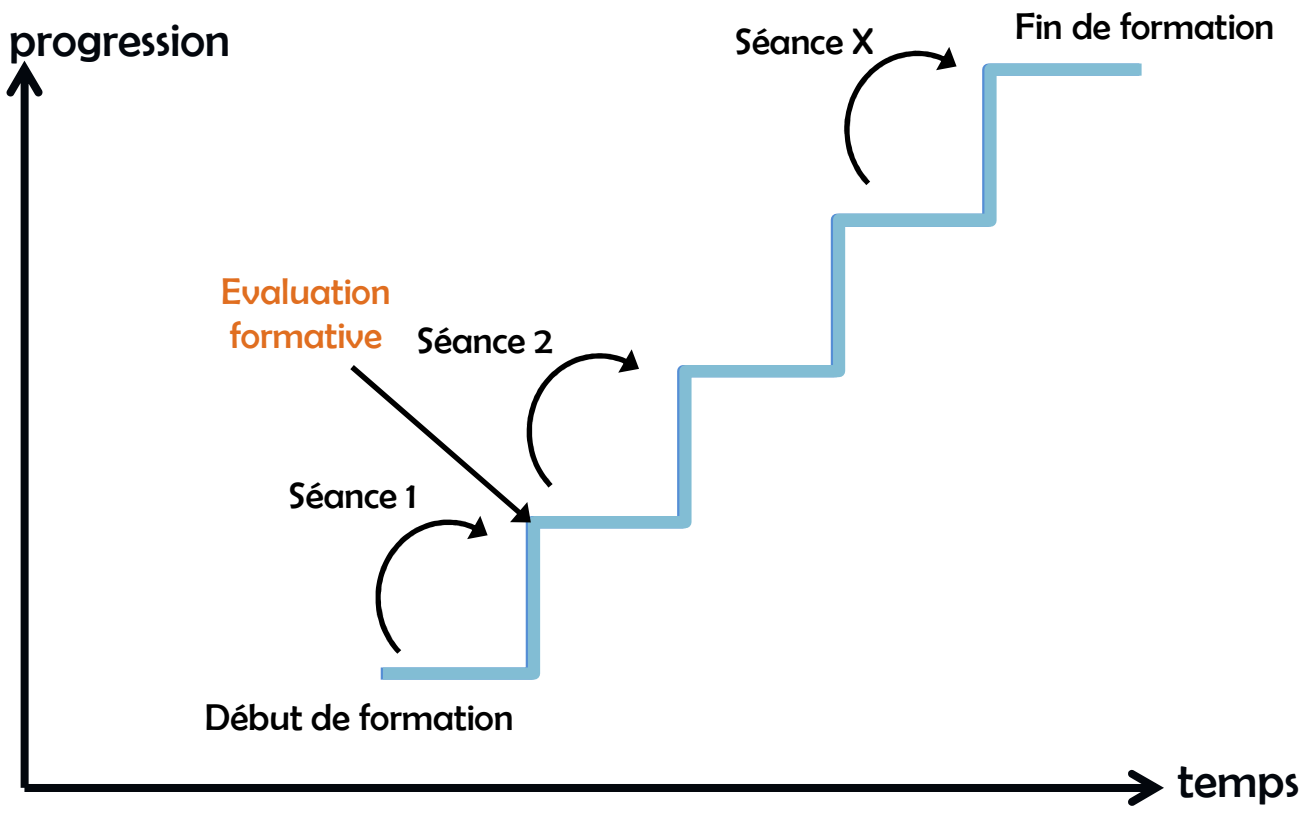
I. Adapter le cursus de formation

II. Adapter le contenu de la formation

III. Adapter sa façon d'être

II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter sa progression

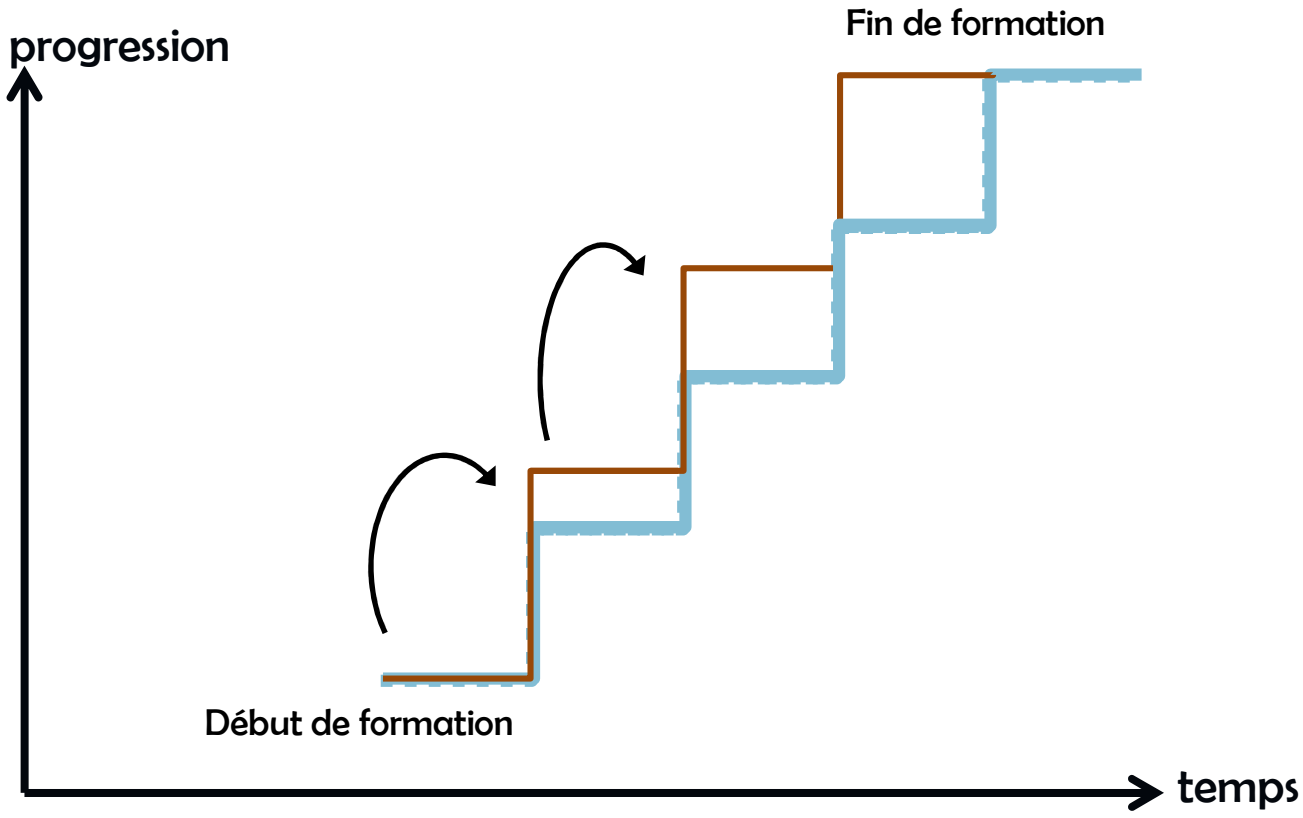


II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter sa progression

Exemple : la préparation physique des niveaux 4

→ le nageur régulier



II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter sa progression

Exemple : la préparation physique des niveaux 4

→ <u>les séniors</u>

- Environ 8% des licenciés
- Grande disponibilité
- Besoin de rester en forme et de s'occuper

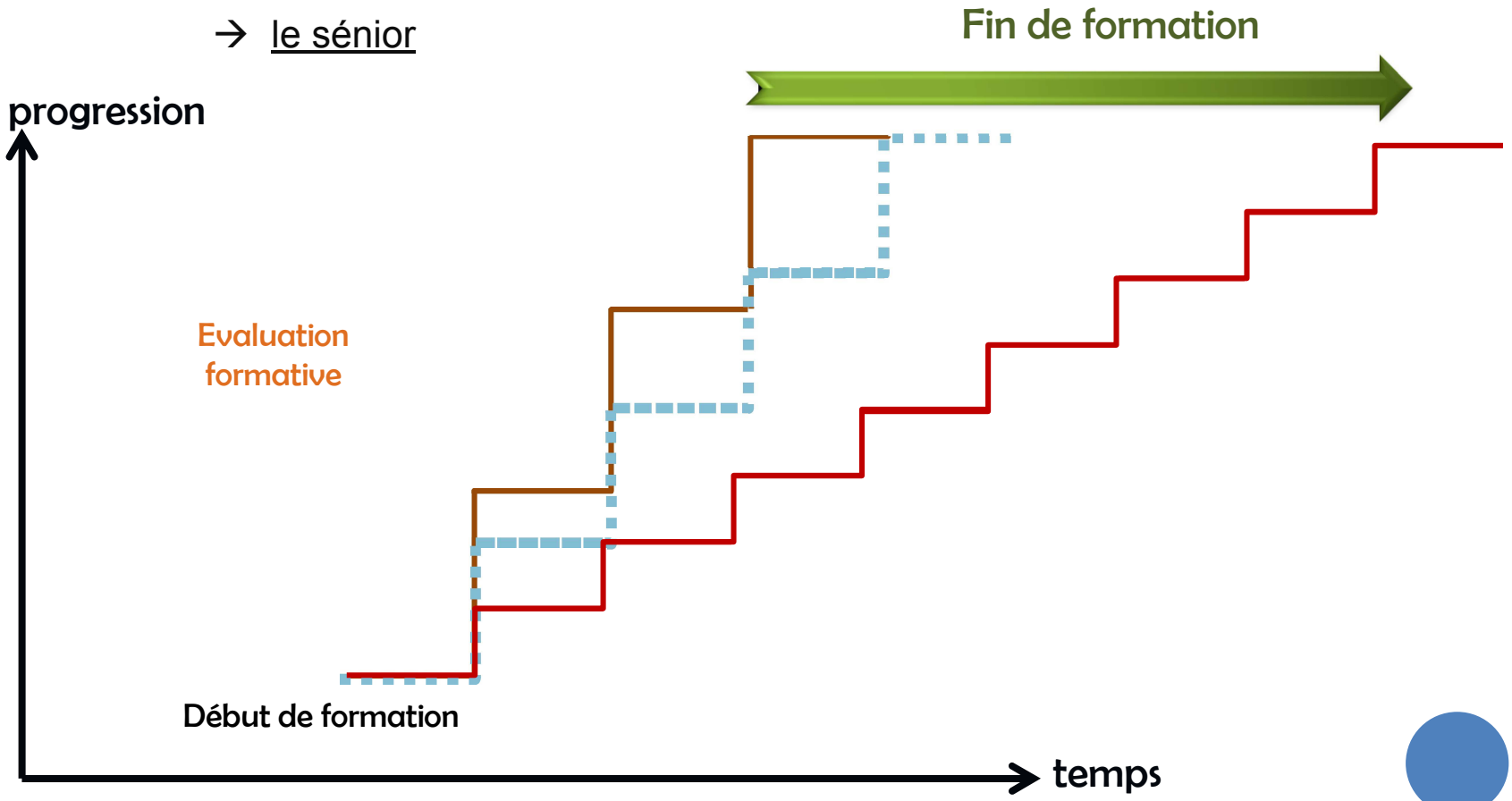
- Baisse des capacités sensorielles (vue, audition)
- Baisse de la masse musculaire au profit de la masse graisseuse
- Diminution des capacités ventilatoire et cardiaque
- Augmentation de la fatigabilité
- Augmentation de la sensibilité au froid

II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter sa progression

Exemple : la préparation physique des niveaux 4

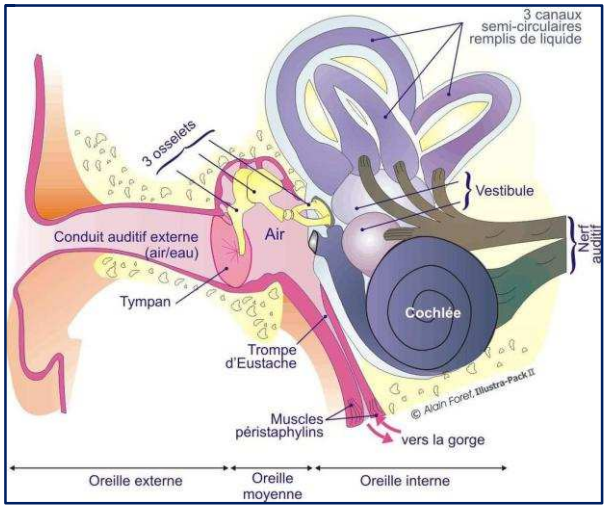
→ le sénior

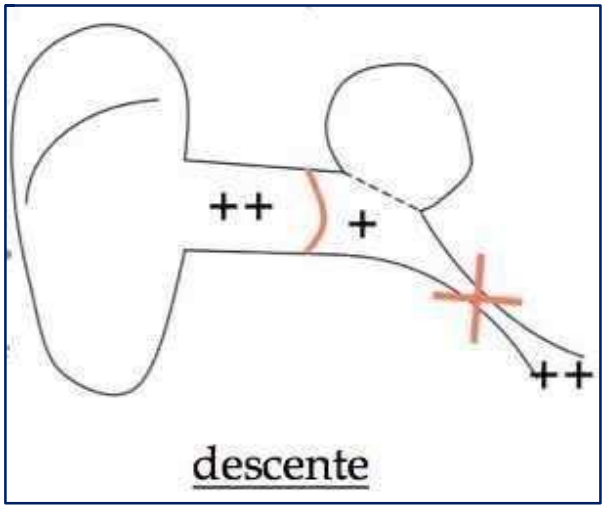


II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter la difficulté

Exemple 1: La théorie / Barotraumatisme de l'oreille N2





Comparaison de deux schémas illustrant un cours N2

Niveau de connaissances initial différent selon les publics
Intérêt/Désintérêt pour les apports théoriques

Identifier les **connaissances essentielles** en fonction de la formation donnée

II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter la difficulté

Difficulté de l'exercice

Exemple 2:
la panne d'air

Exercice inopiné

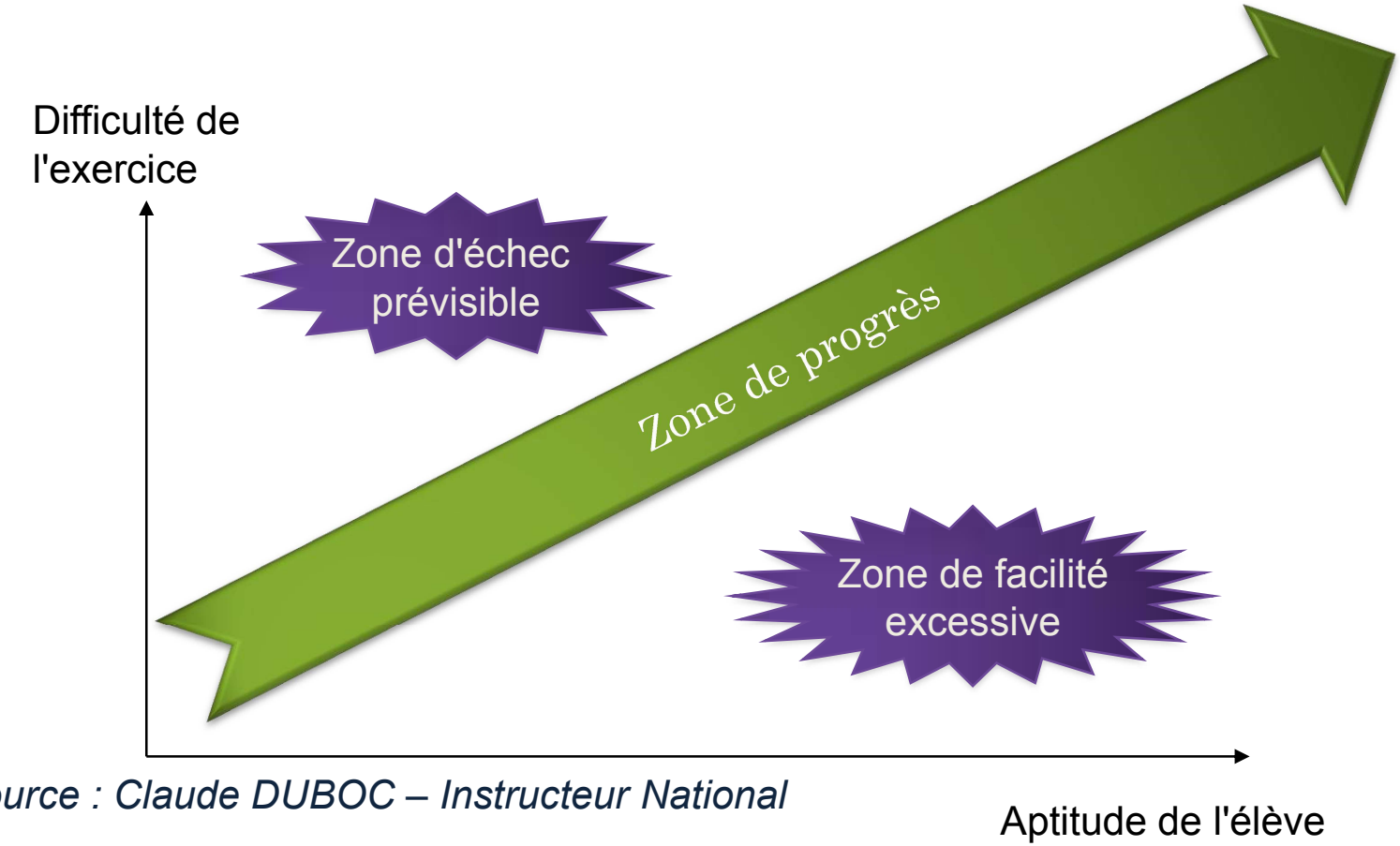
En déplacement

En pleine eau

Posé sur le fond

II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter la difficulté

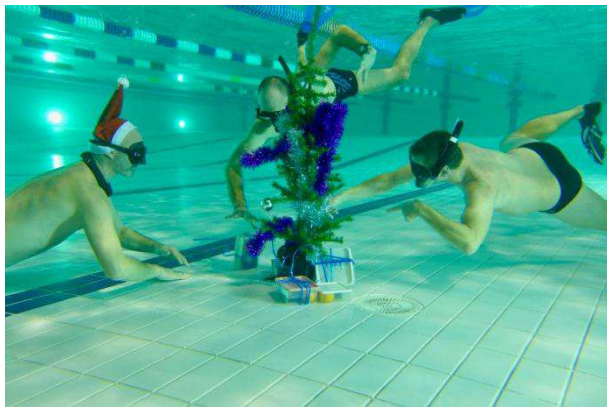


Source : Claude DUBOC – Instructeur National

II. Adapter le contenu de la formation

➢Proposer des activités ludiques

•Diversifier les activités proposées, avec les enfants et les plus grands
•Permet de détourner l'attention de la difficulté rencontrée



II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter les conditions de la plongée

Exemple : Les enfants

•Température eau > 12°C
•Une plongée par jour
•25 min maxi si eau <23 °C
•Courbe de sécu
•Matériel adapté

Source : Code du Sport

Exemple : Les séniors

•Température eau > 18°C
•Privilégier une plongée par jour
•Profondeur : 110m – âge **par jour**
•Courbe de sécu - Nitrox
•Matériel adapté / pas de portage

Source : Mémoire d'Instructeur (AS Dessertine)

II. Adapter le contenu de la formation

➢Adapter la composition de la palanquée

Public particulier (*Enfant, sénior, difficulté particulière…*)

•Réduire l'effectif de la palanquée
•Privilégier un moniteur expérimenté

Prérogatives du E3
Enseignement 0-40 m
4 élèves (+ 1 GP)

Prendre en compte l'hétérogénéité

	Palanquée hétérogène	Palanquée homogène
Avantages	•Favorise l'observation •Evite la stigmatisation •Gestion facilitée	•Facilite la remédiation
Inconvénients	•Dévalorisation et survalorisation	•Passivité

Adapter en fonction des personnalités

•Eviter les couples
•Etre attentif aux comparaisons voire moqueries

L'Adaptation Du Moniteur à son élève

I. Adapter le cursus de formation

II. Adapter le contenu de la formation

III. Adapter sa façon d'être

L'Adaptation Du Moniteur à son élève

I. Adapter le cursus de formation

II. Adapter le contenu de la formation

III. Adapter sa façon d'être

III. Adapter sa façon d'être

➢Avec les enfants & adolescents

•Vocabulaire simple et adapté
•Favoriser le ludique
•Respecter l'intimité, être attentif à ses gestes et son propre comportement
•Prendre en compte les questions sans sortir du sujet

III. Adapter sa façon d'être

➢Avec les séniors

•Etre attentif aux efforts demandés
•Adapter sans infantiliser
•Mettre en avant les réussites
•Favoriser la découverte du milieu et la bio

III. Adapter sa façon d'être

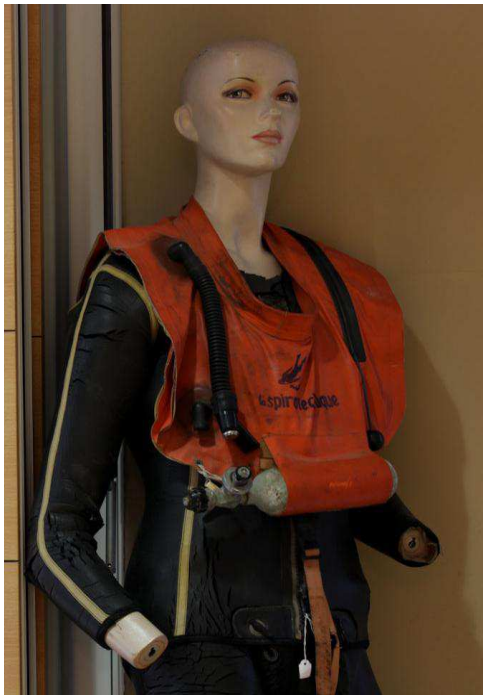
➢Avec les dames

•Rester calme, soigner son vocabulaire, son humour et son attitude !

III. Adapter sa façon d'être

➢Avec les dames

•Rester calme, soigner son vocabulaire, son humour et son attitude
•Respecter leur intimité et la vôtre
•Adapter l'effort demandé (matériel, portage…)



III. Adapter sa façon d'être

➢Avec chaque élève

•Etre bienveillant et empathique

On n'engueule pas son élève !!!

III. Adapter sa façon d'être

➢Avec chaque élève

•Etre bienveillant et empathique
•Etre disponible, équitable et avoir de la considération pour chaque plongeur

On ne choisit pas son élève …

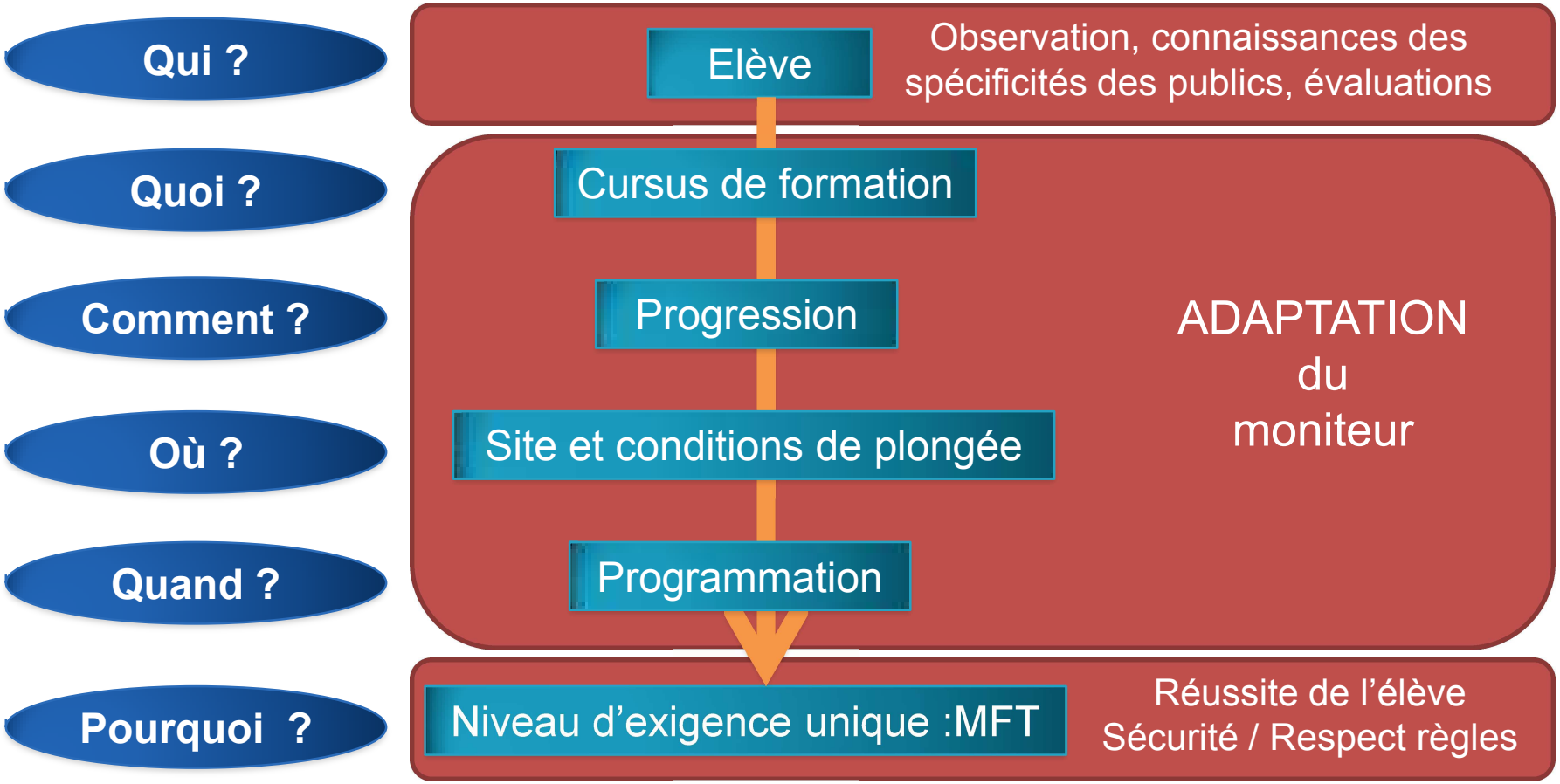
III. Adapter sa façon d'être

➢Avec chaque élève

•Etre bienveillant et empathique
•Etre disponible, équitable et avoir de la considération pour chaque plongeur
•Plonger pour son élève : contenu, sécurité & cadre règlementaire

On ne plonge pas pour le plaisir de plonger…. Mais pour le plaisir d'enseigner !

L'Adaptation Du Moniteur à son élève

En résumé …

L'Adaptation Du Moniteur à son élève