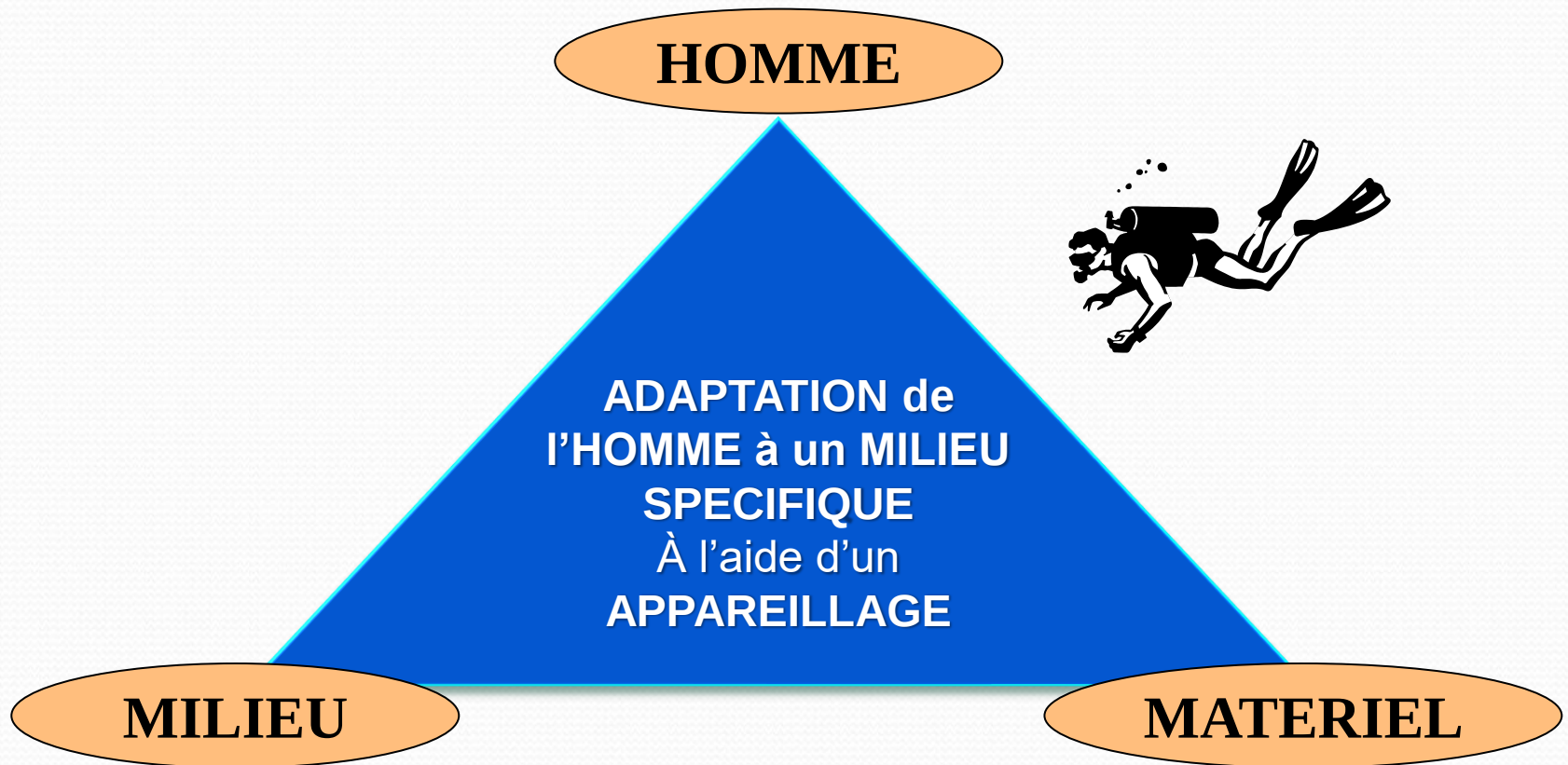


Pédagogie générale pour l'Initiateur



CTD17 – Gilles MOIZAN – SURGERES 29 & 30 octobre 2022

La situation de notre activité



La PLONGÉE Subaquatique

Une ACTIVITÉ physique de loisir

NOTION DE **SPORT**

NOTION DE **LOISIR**

**LES
PRATIQUANTS**

- ENFANTS
- ADULTES
- SENIORS
- PSH, ...

LES MILIEUX DE PRATIQUES

MER
LAC
CARRIERES

NATURELS

**ACTIVITE
PLONGEE**

ARTIFICIELS

PISCINE
FOSSES

Les Contraintes de L'activité



LE MILIEU AQUATIQUE

SES CONSÉQUENCES

PSYCHOLOGIQUES

PEUR
ANGOISSE
STRESS
BIEN ÊTRE
ETC...

PHYSIQUES

PRESSION
STABILISATION
MATERIEL
DENSITE
LUMINOSITE
ETC...

PHYSIOLOGIQUES

VENTILATION
DESATURATION
FROID
CARDIO-REGULATION
ECHANGES GAZEUX
ETC...

INITIATEUR de Club

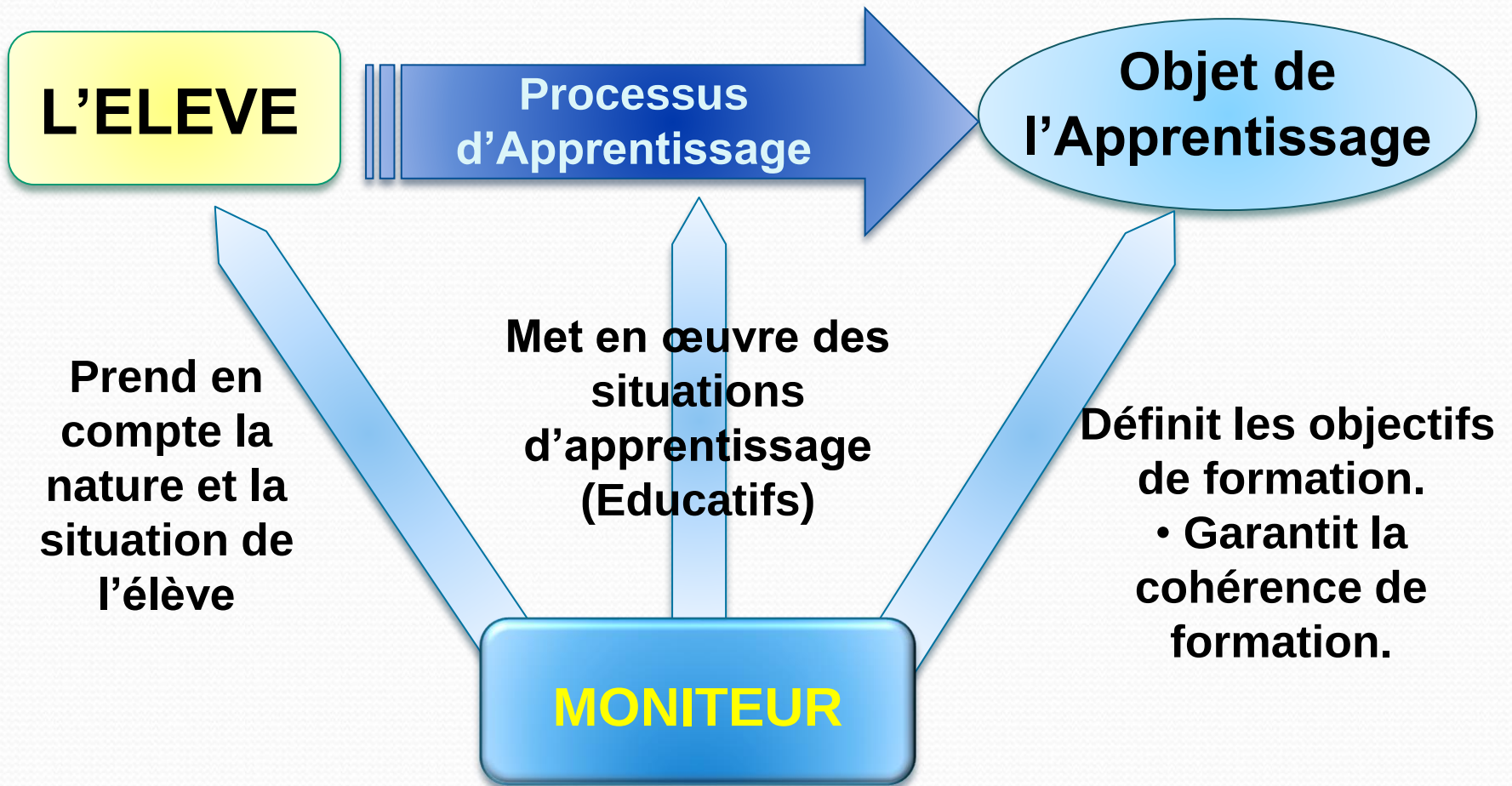


ENSEIGNANT de la plongée



**Quelques notions de
PEDAGOGIE s'imposent...**

Le Rôle du Moniteur



Prendre en compte l'élève (QUI ?)

Sa **SITUATION** dans un **CURSUS DE FORMATION**

- Capacités déjà atteintes.
- Compétences à revoir.
- Etc ...

L'élève

Ses **OBJECTIFS** personnels :

- Atteindre un niveau de plongée (1, 2, PA, PE ...).
- Perfectionner une ou des compétences (apnée,...).
- Retrouver ses compétences après une interruption.
- Etc...

Sa **NATURE** propre :

- D'un naturel stressé → à rassurer.
- Inattentif aux consignes → à surveiller.
- Peu apte à l'effort → à ménager.
- Etc...

Les Capacités mise en œuvre dans le processus d'apprentissage

L'élève va puiser dans ses :

capacités Motrices

- Aptitudes gestuelles
- Aptitudes physique

capacités Intellectuelles

- Aptitudes cognitives
 - Pas de surenchère
 - Formulations simples
 - S'adapter à l'élève

capacités Psychologiques

- Gestion des émotions et du comportement
 - Prise en compte du stress

Exemple :

le processus d'apprentissage

Capacité visée :
Réaliser un saut droit

L'élève va puiser dans ses :

capacités
Motrices

Sauter à l'eau le corps « droit », le regard au loin, regagner la surface
...

capacités
Intellectuelles

Comprendre les consignes,
Mémoriser plusieurs gestes simultanés
...

capacités
Psychologiques

Maîtriser son appréhension (gérer le stress du nouvel exercice)
...

Concevoir des situations d'apprentissage

= Construire le pont (élève → objet d'apprentissage)

C'est IDENTIFIER :

Les prérogatives du niveau visé

Les compétences qui en découlent



Pour chaque compétence, y associer :

Des
SAVOIRS FAIRE



Techniques

Des SAVOIRS



Connaissances
théoriques

Des
SAVOIRS ÊTRE



Comportements

Mes outils de référence :

- **Manuel de Formation Technique (MFT).**
- **Code du Sport.**
- **Prérogatives du Niveau préparé.**
- **Réalité de la Plongée (Justifications).**

Exemple 1 :

Prérogative du niveau 1 :

Evoluer dans l'espace médian sous la direction d'un plongeur GP-N4 mini.

Une compétence qui en découle :

Gérer son retour en surface en sécurité.
devient l'objet d'apprentissage.

Cette compétence met en œuvre :

**Des
SAVOIRS FAIRE**



Techniques :

- Gestion de la vitesse remontée avec Palmes + Gilet.
- Remontée en expiration – 6m.
- Tenue d'un palier.
- Tour d'horizon.

Des SAVOIRS



Connaissances théoriques :

- Rapport Pression – Volume
- Flottabilité
- Prévention Baro.
- ADD – Gestion Ordi.
- Règles en cas de perte.

**Des
SAVOIRS ÊTRE**



Comportements :

- Cohésion palanquée.
- Ecoute GP et réactivité.
- Réaction en cas de perte.
- Maîtrise ses appréhensions

Exemple 2:

Prérogative du niveau 1 :

Evoluer dans l'espace médian sous la direction d'un plongeur GP-N4 GP mini.

Une compétence qui en découle :

Savoir s'équilibrer en pleine eau à l'aide du gilet et du Poumon-Ballast devient l'objet d'apprentissage.

Des SAVOIRS FAIRE



Techniques :

- Choix du lestage.
- Gestion du gilet + PB

Des SAVOIRS



Connaissances théoriques :

- Rapport Pression / Volume
- Flottabilité

Des SAVOIRS ÊTRE



Comportements :

- Concentration
- Réactivité à l'ajustement de sa flottabilité.
- Développer des automatismes
- Respect du milieu.

DEMARCHE de conception du processus d'apprentissage :

Définir : pour chaque COMPETENCE à acquérir :

1- Un Objectif final

Elève à
l'état
final

3 - Des Objectif(s)
intermédiaire(s)

Progression logique pour
atteindre l'objectif

Elève à
l'état
initial



2 - Des Pré requis : Connaissances ACQUISES INDISPENSABLES pour
débuter l'apprentissage d'une nouvelle compétence
: Que doit maîtriser mon élève pour aborder cette
séance ?

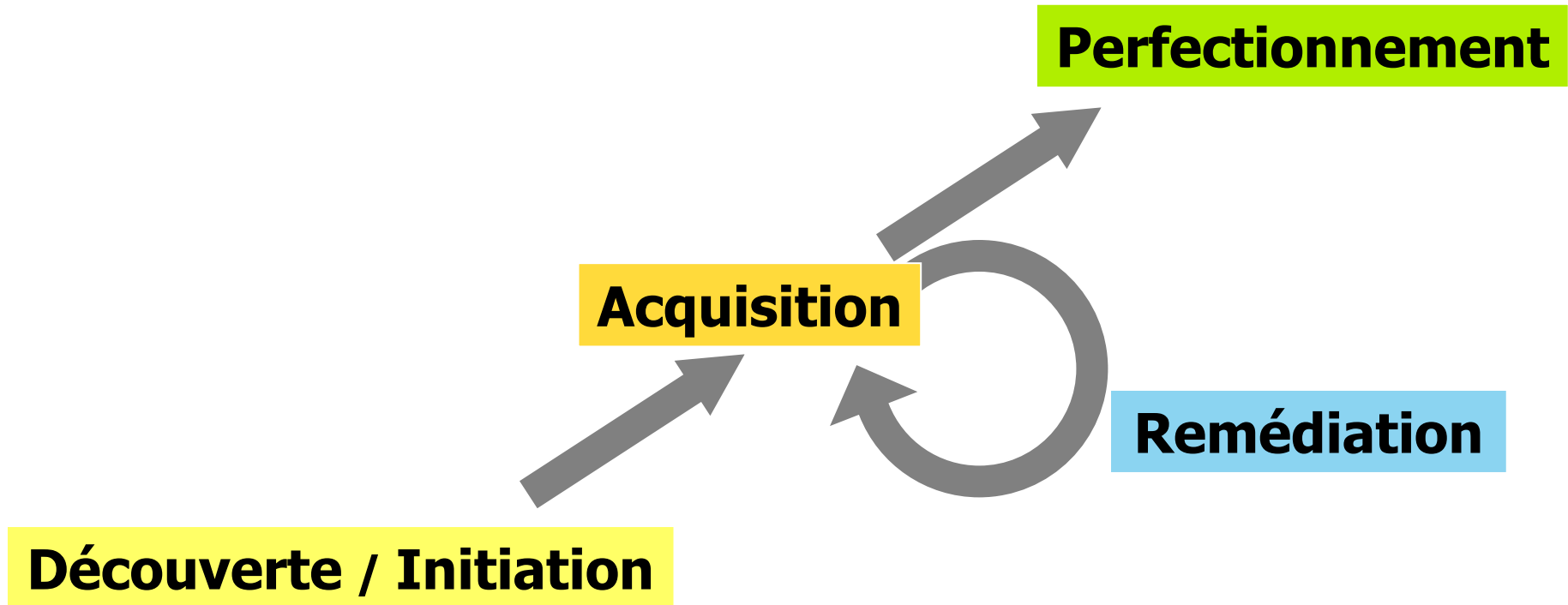
Un peu de Vocabulaire : Pré-requis / Acquis

- ▶ **Pré-requis** : capacités qui doivent être maîtrisées avant d'entreprendre l'acquisition d'une nouvelle capacité (à venir).
- ▶ **Acquis** : ensemble des capacités maîtrisées (passé).
- ⇒ Les pré-requis relatifs à une nouvelle capacité doivent être acquis avant d'en entreprendre l'enseignement (évaluation)

- ▶ 2 types de pré-requis
 - Pédagogiques : Exemple : Gestion gilet avant remontées contrôlées.
 - Sécurité : Vidage de tuba avant canard

NB : les pré-requis peuvent dépendre des conditions de réalisation (nb d'élèves, profondeur,...)

Un peu de Vocabulaire : Les Phases d'Apprentissage

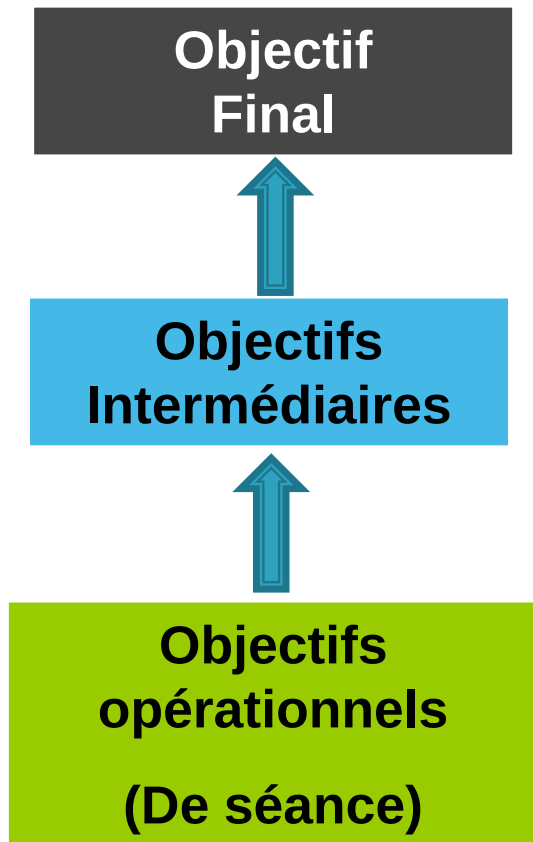


NB : formulation des sujets d'examen

Une préoccupation importante : Analyser sa propre pratique

- ▶ Une évidence : il faut comprendre avant d'enseigner !
- ▶ Pratique devenue automatique $\Rightarrow$ tentation de la démonstration (efficacité pédagogique ???)
- ▶ Quelques questions à se poser par rapport à sa pratique devenue automatique :
 - Comment je fais ?
 - Dans quel ordre je le fais ?
 - Quels muscles travaillent ?
 - Quelles sont mes sensations ?
 - Quels repères j'utilise (visuels, sensitifs)?
 - Quels appuis j'utilise ?
 - Quand est-ce que j'inspire ? ... j'expire ?

Fixer des objectifs



Compétence liée aux prérogatives

- plonger à 20m en palanquée, encadré par un N4-GP

capacités

- assurer sa propre sécurité
- gérer son matériel

ETRE CAPABLE DE :

- ne pas modifier sa ventilation en cas d'intrusion d'eau dans le masque
- Remonter de 6m en expiration contrôlée
 - gréer son gilet et son détendeur
 - Choisir son matériel

L'objectif opérationnel (de Séance):

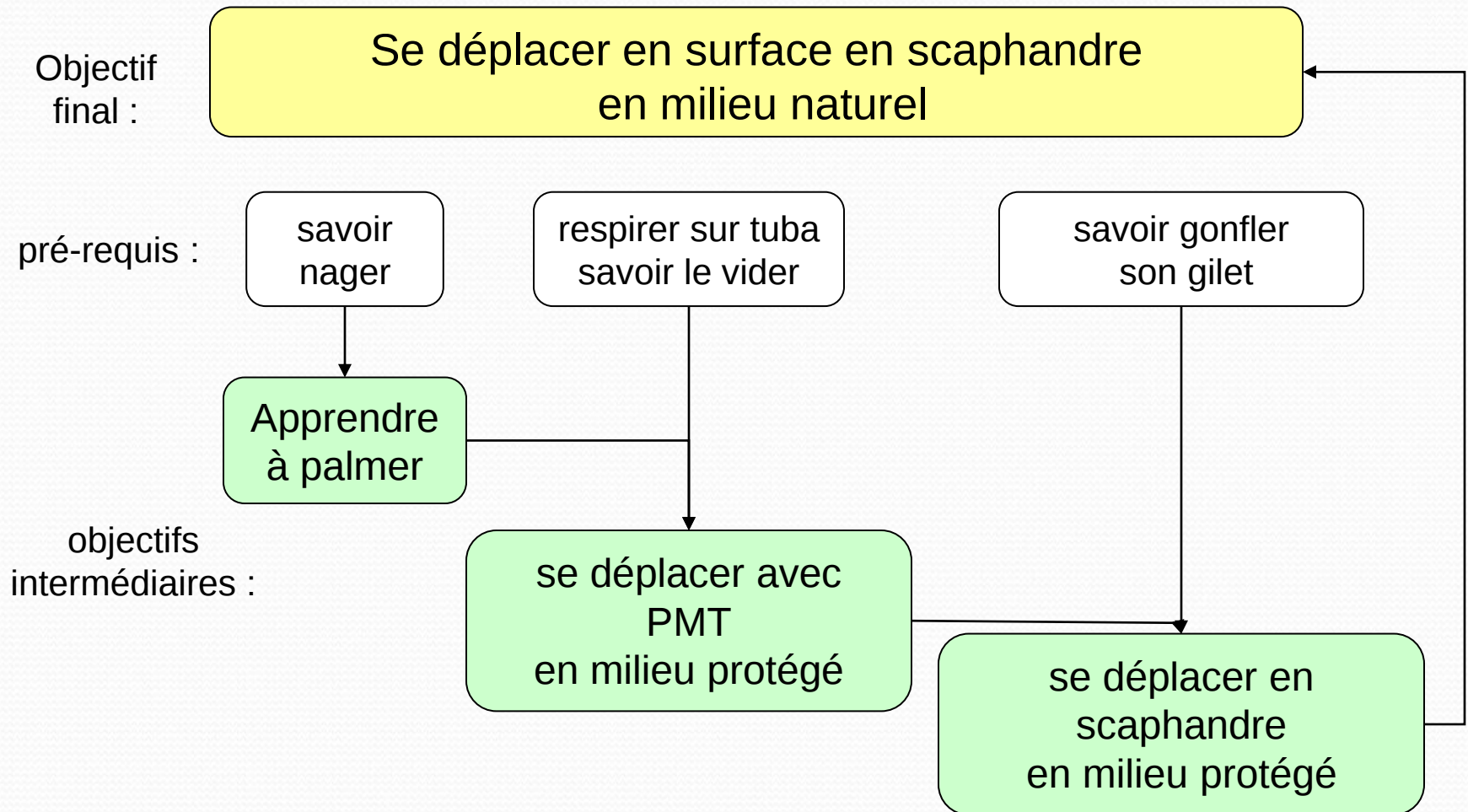
- ▶ L'élève sera capable de ...(Verbe d'action)
 - ▶ Résultat attendu observable et quantifiable
 - ▶ Critères de réussite
 - ▶ Conditions de réalisation
- Ex : L'élève sera capable de vider son masque, préalablement rempli à moitié, en appui sur un fond de 2m, en une seule expiration.

Les Conditions de réalisation

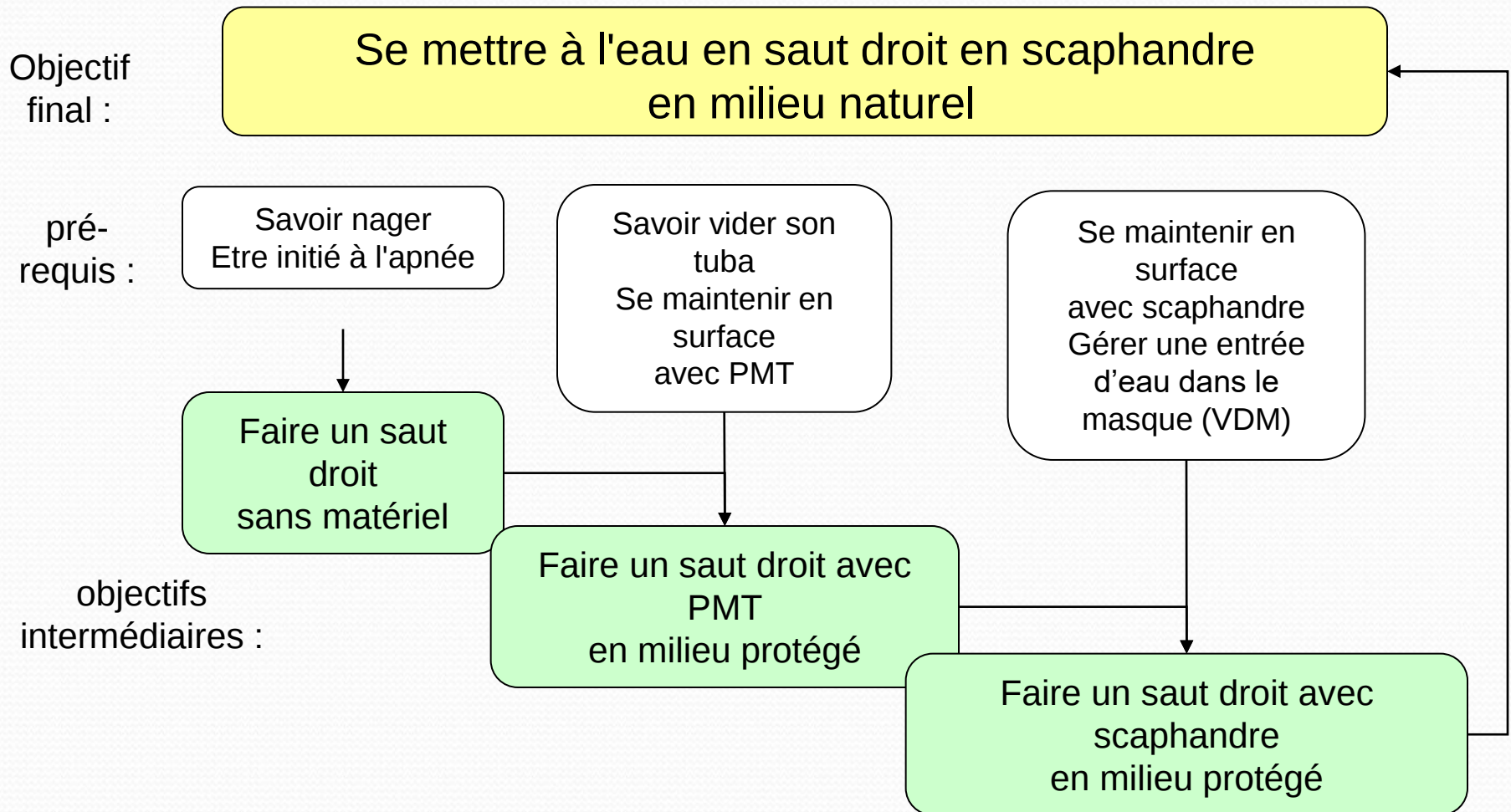
Exemple du vidage de masque :
que peut-on faire varier ?

- ▶ Profondeur
- ▶ Appuis
- ▶ Statique / en déplacement
- ▶ Quantité d'eau introduite
- ▶ Délai de réaction
- ▶ Durée (nombre de cycles ventilatoires)
- ▶ Repères visuels ou non.

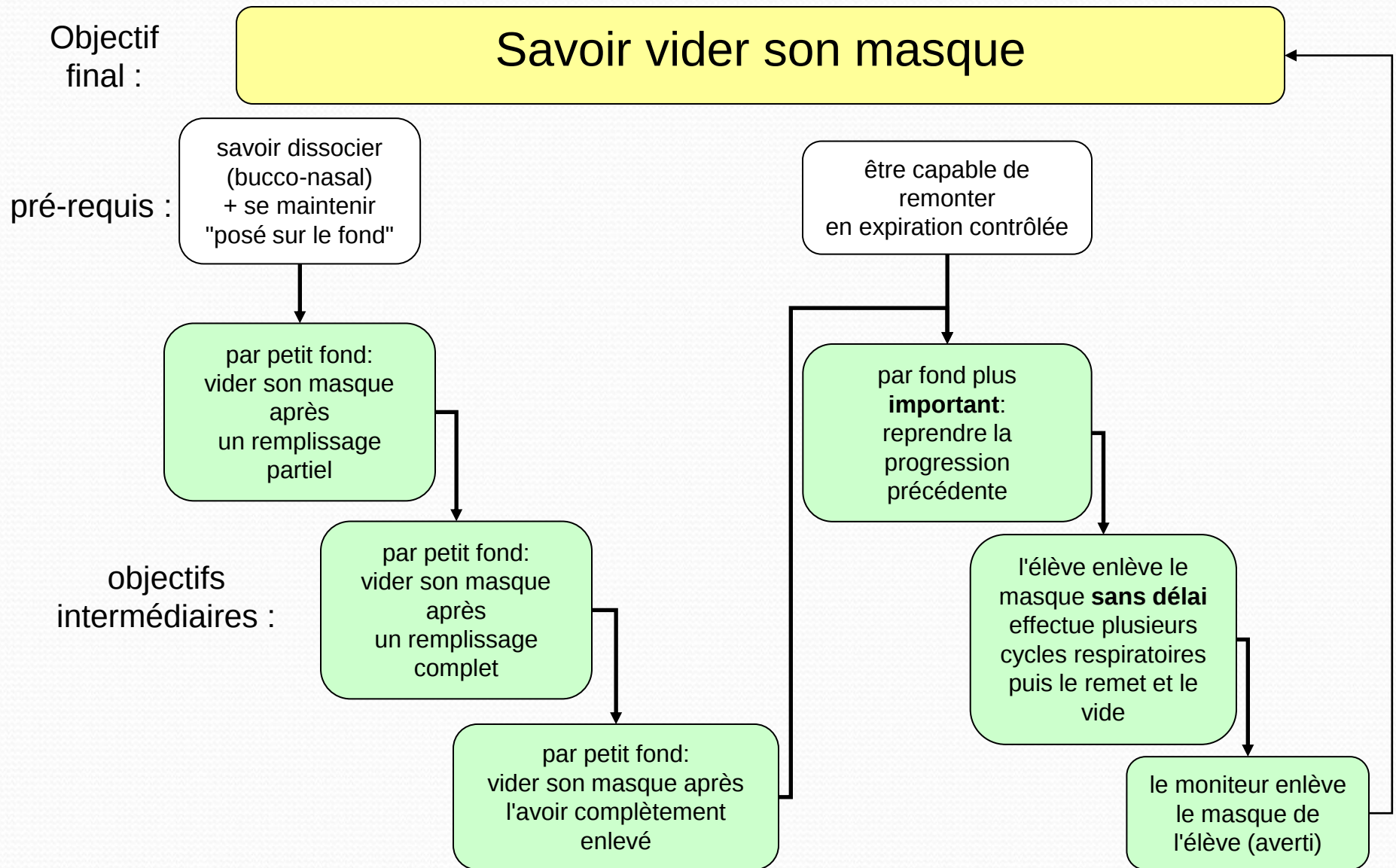
Exemple 1 de progression



Exemple 2 de progression



Exemple 3 de progression



Comment savoir si l'objectif est atteint ?

L'EVALUATION

EVALUER **=** **IDENTIFIER SI une
COMPETENCE est :**

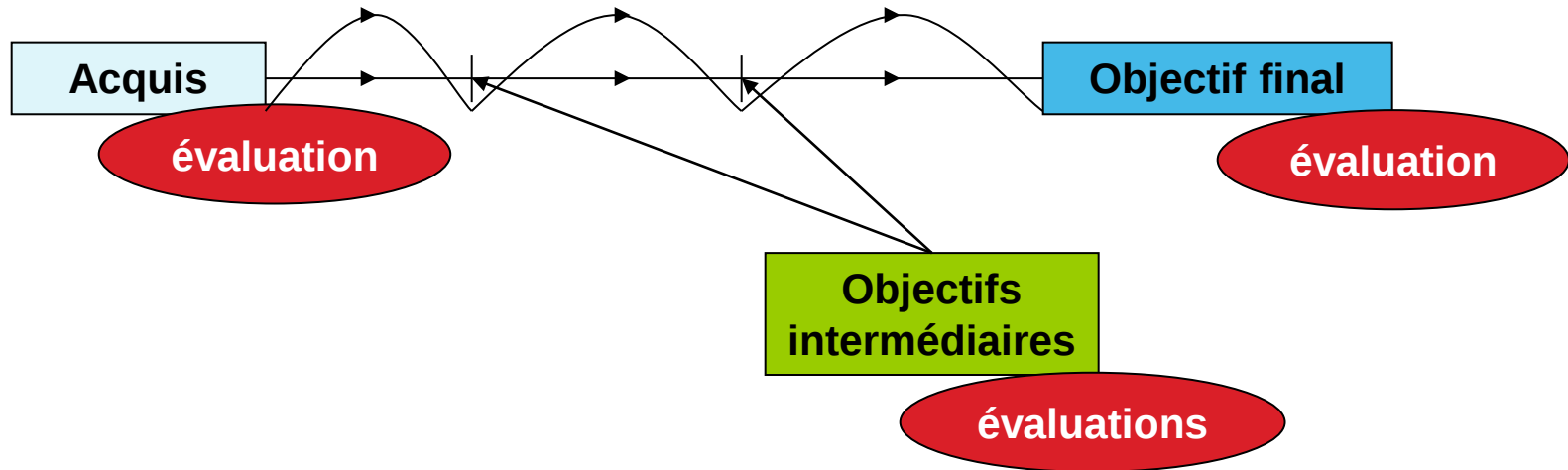
PARTIELLEMENT ACQUISE

TOTALEMENT ACQUISE

NON ACQUISE

**Elle constitue un outil majeur
de l'enseignant**

Evaluer dans une progression



- ▶ **Pas de formation efficace sans évaluation cohérente à différents stades de la progression.**
- ▶ **But de l'évaluation :**
 - Tracer les progrès : repères pour le formateur et pour l'élève
 - Valider les acquis nécessaires à une nouvelle acquisition.
 - Entretenir la motivation
 - Adapter la pédagogie (remédiations)

Les Critères d'évaluation

**Des critères d'évaluation doivent être définis précisément
(Où ? Comment ?)**

Ils sont constitués uniquement de :

**COMPORTEMENTS OBSERVABLES ou
MESURABLES**

Exemples :

- vitesse de remontée
- rapidité d'exécution
- réponses aux exercices théoriques
- fait / non fait
- Etc...

Savoir évaluer

Quelques règles :

- Les critères d'évaluation doivent être connus des élèves
- Critères communs et annoncés lors des jurys d'examen
- Les élèves sont informés de l'évaluation
- L'auto évaluation (par l'élève) est à privilégier dès que possible
 - => Leur donner la capacité de s'évaluer

Savoir évaluer

Que faire en cas de difficultés d'acquisition ?

- **Ne jamais laisser l'élève sur un échec.**
- **Identifier** l'origine de la difficulté d'acquisition.
- Remédier par des **exercices différents** ou plus décomposés (**REMEDIATION** = s'adapter à la situation)
- **Reprendre** un exercice précédent s'il est la cause identifiée du problème.
- Terminer la séance sur une **réussite** (un exercice acquis par l'élève)
- Faire un **bilan** avec l'élève. L'**encourager** par la mise en avant de ses acquis.

Communiquer pour transmettre

LES DIFFÉRENTES FORMES DE COMMUNICATION

VERBALE
(Briefing,
exposé, ...)

VISUELLE
(Démonstration,
tableau, ...)

KINESTHESIQUE
(Sensation
physique)

Un élève retient :

- 20% de ce qu'il entend
- 30% de ce qu'il voit
- 50% de ce qu'il entend et voit
- **90% de ce qu'il fait !**

Communiquer pour transmettre

**COMMUNIQUER ne se REDUIT PAS simplement à
DONNER DES CONSIGNES aux élèves**

COMMUNIQUER C'EST ÉCHANGER DES INFORMATIONS
ÉLÈVES ↔ MONITEUR

Attention :

- Aux termes inconnus ou incompris de l'élève
- Aux explications trop longues.
- Aux bruits extérieurs
- A l'inattention de l'élève...
- Utiliser le « **Feed-back** » (retour de l'élève)
- Répéter

Les 3 préoccupations du Moniteur :

1. Atteindre l'objectif de formation fixé

2. S'assurer que la situation est réalisable par l'élève

**3. Garantir la Sécurité :
Pas de mise en danger de l'élève**

Exercice d'application : Construire un cursus N1

CONSIGNES DE TRAVAIL :

NIVEAU 1 - PE20

1- Définir un nombre de séances :

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

2- Mentionner Fosse F ou piscine P :

3- Distribuer les capacités sur chacune des séances → Surligneur fluo / cases

4- Ordonnancer les capacités travaillées dans chacune des séances avec un Numéro (Chronologie)



COMMENTAIRES

CAPACITES

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

Durée d'une séance :

S'EQUIPER ET SE DESEQUIPER

Gréer et dégréer

Capeler et décapeler

Choisir son matériel personnel

SE METTRE A L'EAU ET SORTIR DE L'EAU

Réaliser un Saut droit

Réaliser une Bascule arrière

Partir de la plage

Sortir de l'eau

EVOLUER DANS L'EAU – S'IMMERGER

Réaliser un Canard

Réaliser un Phoque

S'équilibrer à 3m