Pédagogie générale
pour l'Initiateur

CTD17 – Gilles MOIZAN – SURGERES 11 & 12 novembre 2023

Mise en situation de notre activité

HOMME

ADAPTATION de l'HOMME à un MILIEU SPECIFIQUE
À l'aide d'un
APPAREILLAGE

MILIEU

MATERIEL

La PLONGÉE Subaquatique

Une ACTIVITÉ physique de loisir

NOTION DE **SPORT**

NOTION DE **LOISIR**

LES PRATIQUANTS

- **JEUNES**
- **ADULTES**
- **SENIORS**
- **En Situation de Handicap, …**

LES MILIEUX DE PRATIQUES

ACTIVITE PLONGEE

NATURELS
- **MER**
- **LAC**
- **CARRIERES**

ARTIFICIELS
- **PISCINE**
- **FOSSES**

Les Contraintes de L'activité

LE MILIEU AQUATIQUE

SES CONSEQUENCES :

PSYCHOLOGIQUES

- PEUR
- ANGOISSE
- STRESS
- BIEN ÊTRE

ETC…

PHYSIQUES

- PRESSION
- STABILISATION
- MATERIEL
- DENSITE
- LUMINOSITE

ETC…

PHYSIOLOGIQUES

- VENTILATION
- DESATURATION
- FROID
- CARDIOREGULATION
- ECHANGES GAZEUX

ETC…

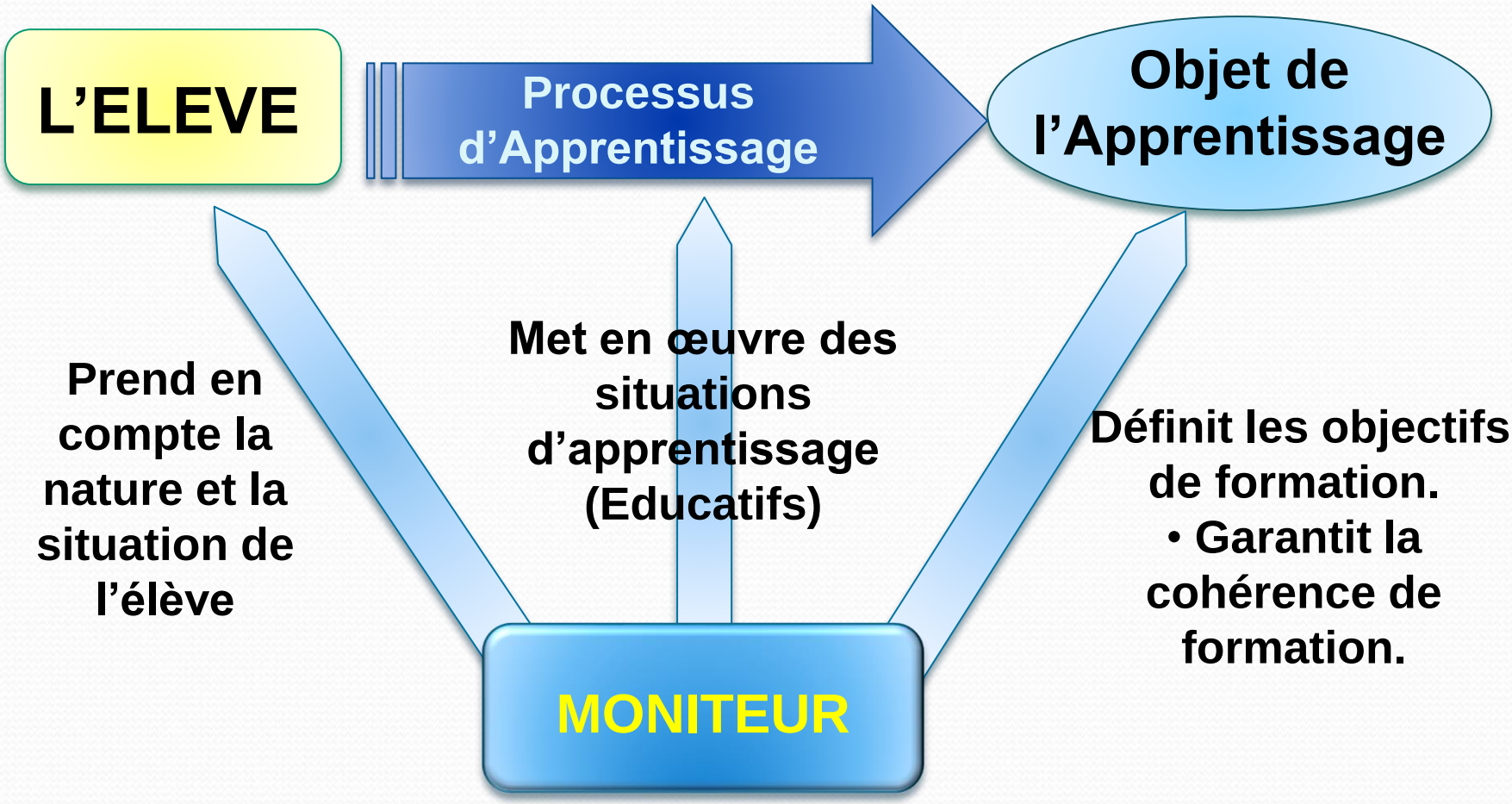
INITIATEUR de Club

=

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 :

1. **Les prérogatives du niveau visé**
2. **Les compétences qui en découlent**

Pour chaque compétence, y associer :

Des SAVOIRS FAIRE	Des SAVOIRS	Des SAVOIRS ÊTRE
↓	↓	↓
Techniques	Connaissances théoriques	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 0-20m 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 0-20m 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.

Cette compétence met en œuvre :

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 :

<u>Définir</u> : pour chaque COMPETENCE à acquérir :

1- Un **Objectif** final

Elève à l'état initial

3 - Des Objectif(s) intermédiaire(s)

Progression logique pour atteindre l'objectif **(éducatifs)**

Elève à l'état final

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 nécessaire pour entreprendre l'acquisition d'une nouvelle capacité (à venir).
- **Acquis :** ensemble des capacités maîtrisées (passé).

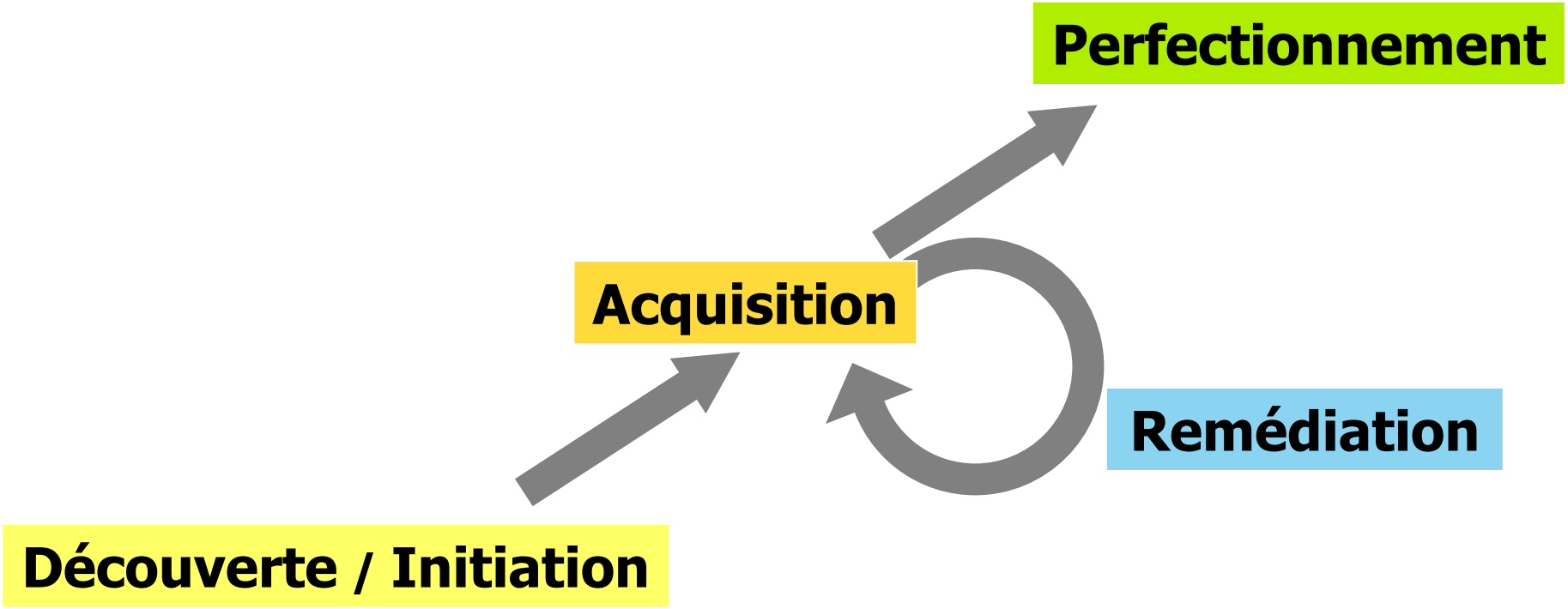
⇒ Les pré-requis relatifs à une nouvelle capacité doivent être acquis avant d'en entreprendre l'enseignement (évaluation possible)

- 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 ⇒ 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

Objectif Final

Objectifs Intermédiaires

Objectifs opérationnels

(De séance)

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 définis
- Conditions de réalisation décrites

➔ <u>Exemple :</u>

L'élève sera capable de vider son masque préalablement rempli à moitié, à l'aide d'une seule main, positionné à genoux sur un fond de 1,5m, en une seule expiration.

Les Conditions de réalisation

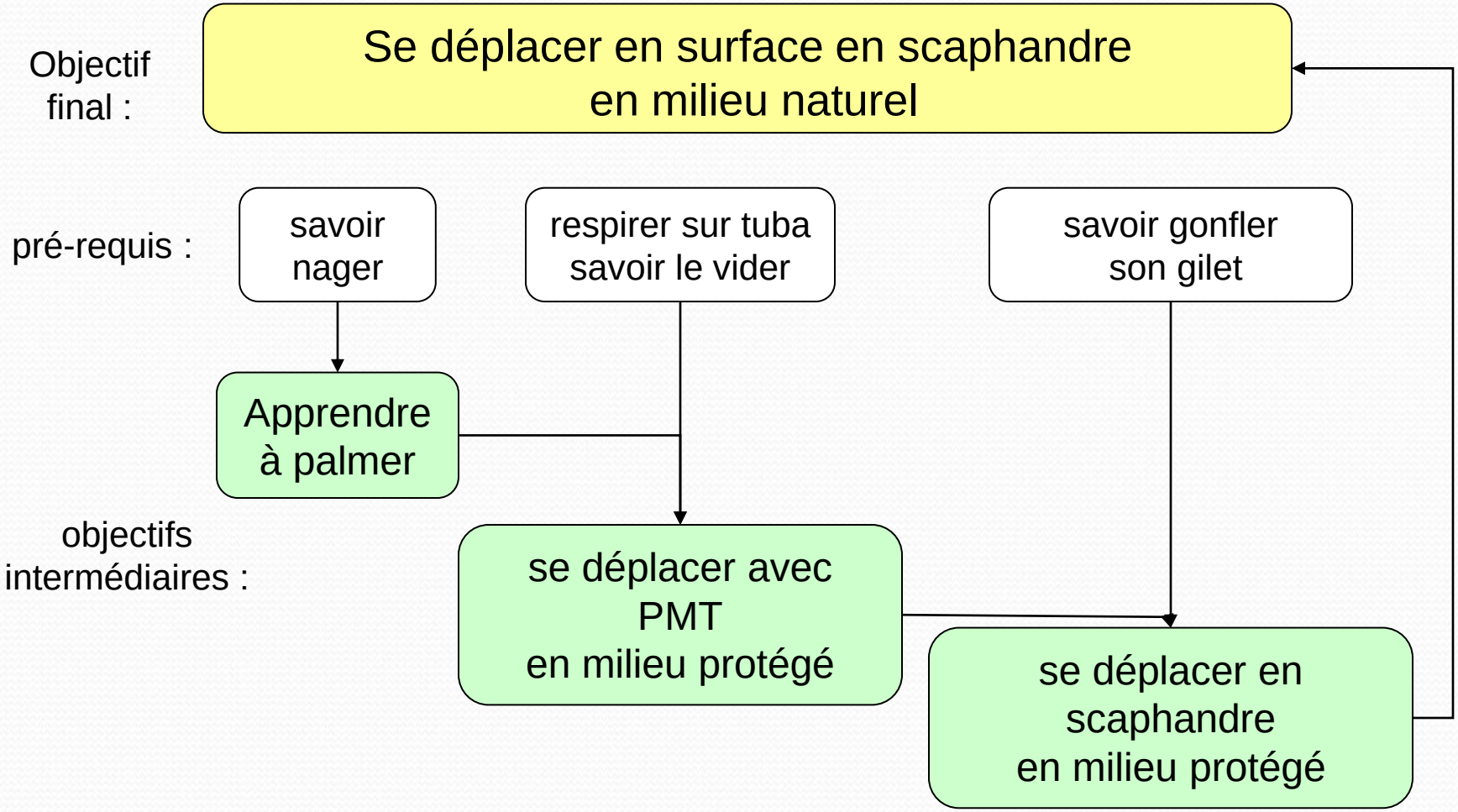
Exemple du vidage de masque :

Que peut-on faire varier ?

- Profondeur
- Appuis (A genoux, couché, debout)
- En Statique ou en déplacement
- Quantité d'eau introduite
- Délai de réaction au signe
- Durée (nombre de cycles ventilatoires)
- Avec repères visuels ou non.

Notion de PROGRESSIVITE

Exemple 1 de progression



Exemple 2 de progression

Objectif final :

Se mettre à l'eau en saut droit en scaphandre en milieu naturel

pré-requis :

Savoir nager
Etre initié à l'apnée

Savoir vider son tuba
Se maintenir en surface avec PMT

Se maintenir en surface avec scaphandre
Gérer une entrée d'eau dans le masque (VDM)

objectifs intermédiaires :

Faire un saut droit sans matériel

Faire un saut droit avec PMT en milieu protégé

Faire un saut droit avec scaphandre en milieu protégé

Exemple 3 de progression

Objectif final :

Savoir vider son masque

pré-requis :

savoir dissocier (bucco-nasal) + se maintenir "posé sur le fond"

être capable de remonter en expiration contrôlée

objectifs intermédiaires :

par petit fond: vider son masque après un remplissage partiel

par petit fond: vider son masque après un remplissage complet

par petit fond: vider son masque après l'avoir complètement enlevé

par fond plus **important**: reprendre la progression précédente

l'élève enlève le masque **sans délai** effectue plusieurs cycles respiratoires puis le remet et le vide

le moniteur enlève le masque de l'élève (averti)

Comment savoir si l'objectif est atteint ?

L'EVALUATION

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

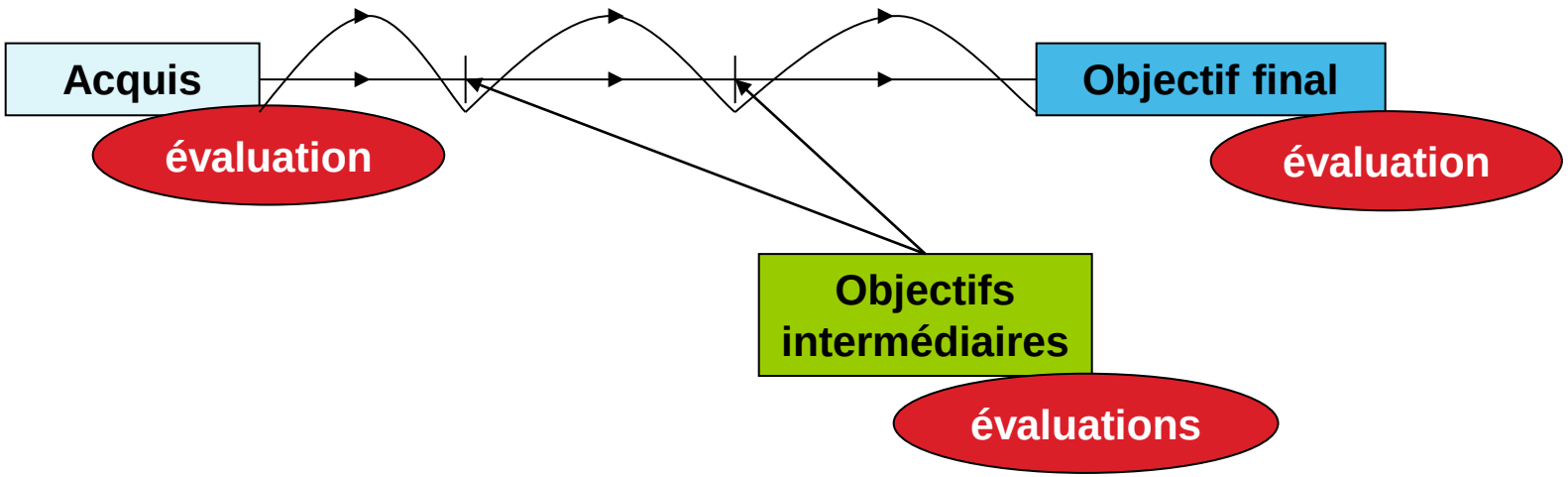
PARTIELLEMENT ACQUISE

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 réaction au signe
- Rapidité d'exécution du geste technique
- Adéquation ou non à la situation
- Réponses aux exercices théoriques
- Fait / non fait
- Etc…

Savoir évaluer

Quelques règles :

- Les critères d'évaluation doivent être connus des élèves

Exemple : Critères communs et annoncés lors des jurys d'examen (initiateur / Grilles d'évaluation).

- 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** (élément acquis par l'élève, même si modeste)
- 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, touché)

<u>Un élève retient :</u>

- 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

ÉLEVES ⟷ MONITEUR

Attention :

- Aux termes inconnus ou incompris de l'élève
- Aux explications trop longues.
- Aux bruits extérieurs
- A l'inattention de l'élève…
- Besoin de « **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 : 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 capacitées sur chacune des séances → Surligneur fluo / cases (ou encadrer cases)

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

CAPACITES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	**COMMENTAIRES** **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																
EVOLUER DANS L'EAU – SE PROPULSER																
Palmer en ventral (surface)																
Palmer en dorsal (surface)																