



La pédagogie « préparatoire »

Réflexions

Alix RESPINGER
Novembre 2003

Mémoire du cursus d'Instructeur Fédéral Régional

Avec le concours de Patrick BLANC et Jean-Noël TRUCCO.

Sommaire

| | |
|------------------------|-----------|
| PREMIERE PARTIE | 3 |
| 1 | 3 |
| 1.1 | 3 |
| 1.2 | 4 |
| 1.2.1 | 4 |
| 1.2.2 | 5 |
| 1.3 | 6 |
| 1.3.1 | 6 |
| 1.3.2 | 11 |
| 1.4 | 13 |
| 1.4.1 | 13 |
| DEUXIEME PARTIE | 14 |
| 2 | 14 |
| 2.1 | 14 |
| 2.1.1 | 14 |
| 2.1.2 | 15 |
| 2.1.3 | 15 |
| 2.2 | 16 |
| 2.2.1 | 16 |
| 2.2.2 | 17 |
| 2.3 | 20 |
| 2.4 | 21 |
| CONCLUSION | 22 |

Première partie

1 CONSTAT ET TENTATIVE DE DEFINITION D'UNE PROBLEMATIQUE

1.1 HISTORIQUE DES EPREUVES DE PEDAGOGIE DU MONITORAT FEDERAL

Le Monitorat auxiliaire a été mis en place en 1967, soit un an après la prise de fonction de Monsieur Guy POULET au poste de Président de la Commission Technique Nationale.

Cet examen comprenait une épreuve de pédagogie théorique et une épreuve de pédagogie dans l'eau, une « seule » épreuve de pédagogie dans l'eau devrais-je dire. Cependant cette dernière donnait lieu à l'attribution de deux notes. Ceux qui l'ont passé s'en souviendront.

Une note de « pédagogie préparatoire » était le résultat de l'évaluation de l'avant séance, ou plutôt, l'avant mise en œuvre technique : prise en charge du stagiaire, mise en place du matériel, explications techniques (pertinence, clarté...).

Cette phase était considérée « préparatoire » à l'immersion. Elle devait permettre un déroulement fluide de la séance dans l'eau.

Une note de pédagogie pratique était également attribuée. Cette note portait sur la réalisation technique de la séance : justesse de l'analyse quant au geste réalisé par le stagiaire, correctifs éventuels mis en place, etc. Cette séance pouvait se dérouler en surface ou en immersion, cas le plus fréquent.

A l'origine, était donc qualifiée de « préparatoire », la phase de conception préalable à une action de formation.

Nous sommes aujourd'hui très loin de cette vision des choses.

La pédagogie « préparatoire » est actuellement une épreuve à part entière de l'examen du brevet de moniteur fédéral 1^{er} et 2^{ème} degré. On évalue auprès de nos moniteurs stagiaires, des savoirs en action relatifs à la formation des plongeurs.

Il y a 30 ans, on évaluait une capacité à prévoir, percevoir, s'organiser. D'une évaluation s'effectuant à un niveau, on est passé à une évaluation s'effectuant sur deux niveaux.

A ce stade, une conclusion possible parmi d'autres est l'absence de cohérence dans l'évolution de cette épreuve.
En effet, une partie d'épreuve est devenue une épreuve à part entière sans lien logique avec l'existant.

Quelle était la motivation des responsables de l'époque ? Nous pourrions formuler plusieurs hypothèses mais ce n'est plus la question ...

L'important est que nous connaissons aujourd'hui une situation où les épreuves de pédagogie préparatoire au MF1 et au MF2 sont définies de façon non cohérente, comme nous allons le voir ci-dessous.

Cette situation est sans doute la conséquence de plusieurs évolutions non maîtrisées à travers le temps.

1.2 SITUATION ACTUELLE

1.2.1 Le manuel du moniteur - Contradiction d'un niveau à l'autre

Aujourd'hui, le monitorat fédéral 1^{er} degré comporte une épreuve de pédagogie pratique et une épreuve de pédagogie préparatoire bien distincte. Je vous propose de redécouvrir le manuel du moniteur au travers de la définition des épreuves de pédagogie préparatoire au MF1 et au MF2 :

▪ **Pédagogie préparatoire MF1**

« Cette épreuve a pour objectif l'évaluation d'une leçon faite à un ou plusieurs élèves du débutant au niveau 4 :

- sans scaphandre : en surface et en immersion,
- avec scaphandre : en surface,
- baptême de plongée.

Elle comporte :

- l'exposé des principes de base de la plongé (fautes à éviter, prévention des accidents possibles, règles de sécurité, premiers signaux du code de communication...),
- l'utilisation pratique du matériel (principes succincts de fonctionnement, montage et démontage du détendeur sur le bloc, manière concrète de s'équiper...),
- l'équipement des débutants,
- la mise à l'eau des débutants. »

▪ **Pédagogie préparatoire MF2**

« Cette épreuve consiste dans la démonstration de la manière dont doit être conduite une leçon faite à un ou plusieurs élèves débutants, le mot débutant signifiant un élève sachant nager.

Elle concerne plus particulièrement la pédagogie d'initiation à la plongée en scaphandre (baptême de plongée), mais elle comprend aussi l'enseignement des techniques préparatoires à l'immersion avec scaphandre (locomotion sans appareil, plongeon en canard, plongée en apnée par petits fonds, palmage, procédés d'accoutumance, tests d'aisance dans l'eau, progression d'exercices préparatoires...).

Elle comporte :

- l'exposé des principes de base de la plongé (fautes à éviter, prévention des accidents possibles, règles de sécurité, premiers signaux du code de communication...),
- l'utilisation pratique du matériel (principes succincts de fonctionnement, montage et démontage du détendeur sur le bloc, manière concrète de s'équiper...),
- l'équipement des débutants,
- la mise à l'eau des débutants. »

On peut noter qu'il n'y a pas de concordance entre la définition de ces deux épreuves de pédagogie préparatoire.

Il y a même une contradiction importante due au fait que l'une fait référence à « une leçon faite à un ou plusieurs élèves du débutant au niveau 4 », l'autre fait référence à « une leçon faite à un ou plusieurs élèves débutants, le mot débutant signifiant un élève sachant nager ».

Au terme de cette analyse, ou tout du moins de ce constat, il apparaît que les réflexions conduites sur les différents niveaux de plongeurs, de moniteurs et donc les mises à jour induites dans le manuel du moniteur, ne font pas état d'une vision globale nécessaire à la réalité d'un cursus de plongeur/moniteur, totalement cohérent et s'imposant comme tel.

D'ailleurs, ce dysfonctionnement est perçu sur le terrain et la formulation des sujets d'examen des épreuves de pédagogie préparatoire en témoigne.

▪ *Exemples de sujets MF2 utilisés à Trébeurden et à Niolon.*

- Donner à un futur cadre les éléments lui permettant de construire une séance de perfectionnement en libre d'un petit groupe de plongeurs en formation Niveau 2.
- Donner à un futur cadre les éléments lui permettant de construire une séance d'évaluation en libre, préalable à la formation Niveau 2 d'un petit groupe de plongeurs.
- Donnez à de futurs cadres les éléments nécessaires pour concevoir des séances en libre pour des plongeurs préparant le niveau 4.
- Donnez à de futurs cadres les éléments nécessaires à la construction de séances sur l'épreuve du mannequin pour des plongeurs niveau 4.

On note que ces formulations tentent de corriger les incohérences ou les imprécisions susceptibles de générer des incompréhensions et donc des difficultés de tout ordre dans le déroulement des épreuves.

Mais cette « adaptation » sur le terrain n'élimine pas le problème et entraîne une seconde conséquence négative de la situation actuelle que nous allons développer.

1.2.2 Conséquences de la situation actuelle

L'absence d'une définition claire de la pédagogie préparatoire contribue à véhiculer une grande ambiguïté.

En conséquence, les questions ci-dessous conduisent à des réponses très variables chez les encadrants :

- qu'est ce que la pédagogie préparatoire ?
- pédagogie préparatoire et pédagogie pratique, quelle est la différence ?
- pédagogie préparatoire : prépare à la formation « plongée », à l'acquisition de compétences nécessaires à l'évolution en hyperbarie. C'est un travail qui ne peut être réalisé qu'au N1, les N2, N3 et N4 étant déjà des plongeurs.

Il en résulte des situations variables d'une région à l'autre dans le domaine de la pédagogie préparatoire.

1.3 AMBIGUÏTE ET SPECIFICITES REGIONALES - DES SITUATIONS DIFFERENTES D'UNE REGION A L'AUTRE

1.3.1 Les sujets MF1

De cette ambiguïté, préalablement évoquée et des « spécificités régionales » découlent une multitude de situations, variables d'une région à l'autre.

En effet, même si notre fédération est une fédération de clubs, tout le monde n'a pas la même vision de la plongée et les considérations fédérales passent souvent au second plan, après les intérêts locaux, voire ceux du niveau club.

Ce n'est pas le cas lorsque l'on examine des sujets de pédagogie préparatoire proposés par les différentes commissions techniques régionales lors des examens MF1. Ils sont tous en parfaite adéquation avec le manuel du moniteur.

▪ **Exemples de sujets MF1**

□ **Commission Technique Régionale Ile de France**

Votre élève prépare le Niveau 1 de plongeur. Présentez au jury la démarche pédagogique sur le thème :

« Les différentes mises à l'eau »

Proposez votre organisation et conduisez une séance **d'initiation** sur ce thème.

Votre élève prépare le Niveau 1 de plongeur. Présentez au jury la démarche pédagogique sur le thème :

« L'utilisation des palmes, masque et tuba »

Proposez votre organisation et conduisez une séance **d'initiation** sur ce thème.

Votre élève prépare le Niveau 1 de plongeur. Présentez au jury la démarche pédagogique sur le thème :

« L'utilisation des palmes, masque et tuba »

Proposez votre organisation et conduisez une séance **de perfectionnement** sur ce thème.

Votre élève prépare le Niveau 1 de plongeur. Présentez au jury la démarche pédagogique sur le thème :

« Les déplacements et attentes en surface avec PMT »

Proposez votre organisation et conduisez une séance sur ce thème.

Votre élève prépare le Niveau 1 de plongeur. Présentez au jury la démarche pédagogique sur le thème :

« La plongée libre et les déplacements en loisir »

Proposez votre organisation et conduisez une séance sur ce thème.

Votre élève prépare le Niveau 4 de plongeur. Présentez au jury la démarche pédagogique sur le thème :

« Le programme d'entraînement à la plongée libre »

Proposez votre organisation et conduisez une séance sur ce thème.

Votre élève prépare le Niveau 1 de plongeur. Présentez au jury la démarche pédagogique sur le thème :

« La dissociation bucco-nasale »

Proposez votre organisation et conduisez une séance sur ce thème.

Votre élève prépare le Niveau 1 de plongeur. Présentez au jury la démarche pédagogique sur le thème :

« La propulsion »

Proposez votre organisation et conduisez une séance sur ce thème.

□ **Commission Technique Régionale Corse**

- Conduisez de façon ludique une leçon de synthèse de la plongée libre.
- En cas de difficultés à l'apprentissage au vidage de masque quels exercices proposeriez vous à votre élève.
- Proposez une séance PMT dans le cadre d'une formation N1.
- Proposez la progression d'une séance PMT pour un groupe d'ados.
- Les différentes techniques de mise à l'eau (Développez pour aujourd'hui la plus adaptée).
- Un plongeur désireux de préparer le niveau 1 vous dit qu'il a déjà effectué différentes leçons de péda. sans scaphandre ; conduisez une séance d'évaluation.
- Apprentissage aux différentes techniques de palmage.
- Préparer une séance de perfectionnement sur le palmage pour des plongeurs préparant le niveau 4.
- L'initiation à l'apnée.
- L'apprentissage des techniques d'immersion.
- Proposez une séance de perfectionnement en apnée à des plongeurs préparant le niveau 2.
- Conduisez une séance de baptême.
- Organisez une séance d'entraînement pour une préparation aux épreuves d'apnée de l'examen niveau 4.
- Présentez une séance d'apprentissage à l'épreuve de mannequin de l'initiateur
- Présentez une séance d'apprentissage de l'épreuve de mannequin au niveau IV.
- Présentez une séance de baptême pour un enfant de 8 ans.
- Un chasseur sous-marin éprouve l'envie de découvrir la plongée en scaphandre. Vous lui faites réaliser cette expérience.

- Commission Technique Régionale Normandie
 - Première séance mer pour un N1. piscine.
 - Un chasseur sous-marin vous demande de l'initier à la pratique de la plongée subaquatique. Comment concevez-vous cette première séance ?
 - Un enfant de onze ans vous demande de l'initier à la plongée subaquatique. Comment concevez-vous cette première incursion ? (Les parents accompagnent l'enfant).
 - Présenter une séance d'initiation P.M.T destinée à des élèves débutants.
 - Un groupe de personnes viennent de vivre le baptême, ils s'inscrivent dans le club et viennent vous voir pour leur première séance. Quelle séance allez-vous mettre en place ?
 - Construire une séance P.M.T. pour un néophyte n'ayant jamais utilisé de vêtement isothermique.
 - Séance de renforcement destinée à un élève ayant des difficultés à vider son tuba.
 - Construire une séance ludique de découverte du PMT destinée à des enfants de 10 ans.
 - Après une longue absence, on vous confie un groupe en pleine progression, préparant le B.E. Veuillez construire une séance visant à évaluer le niveau de ce groupe
 - Proposer une séance sur les techniques de palmage.
 - Proposer une séance ludique sur le thème du palmage.
 - Proposer une séance de renforcement pour un élève ayant des difficultés dans la dissociation bucco-nasale.
 - Proposer une séance d'initiation à l'apnée pour des élèves ayant déjà utilisé palmes, masque et tuba.
 - Présenter une séance de perfectionnement à l'apnée.
 - Un élève présente des difficultés à maîtriser son apnée. Construire une séance visant à corriger ces difficultés.
 - Construire une séance visant à initier un groupe d'élèves aux techniques d'immersion.
 - Proposer une séance de renforcement pour un élève ayant des difficultés à s'immerger en canard.
 - Construire une séance d'initiation aux techniques d'immersion.
 - Technique d'immersion, le choix vous est donné de débiter soit par le canard, soit par le phoque. Justifiez votre choix et construire la séance correspondante.
 - Construire une séance d'initiation sur les différentes techniques de mise à l'eau.
 - Vous encadrez un groupe d'élèves préparant le brevet d'initiateur. Construire une séance d'initiation au mannequin.
 - Des élèves préparant l'examen d'initiateur de club, présentent des difficultés à maintenir le mannequin en surface. Construire une séance visant à corriger ces difficultés.
 - Proposer à des élèves N4, une séance destinée à travailler l'épreuve du mannequin.
 - Des plongeurs confirmés veulent améliorer leur temps d'apnée en vue de se préparer à la chasse sous-marine. Construire une séance entraînement.
 - Initiation d'un groupe d'élèves au vidage de masque.
 - Séance permettant d'apprécier l'aisance d'un débutant après le baptême, avant son insertion dans une progression Niveau 1.
 - Séance de renforcement pour une personne ayant des difficultés de palmage ;
 - Séance de renforcement pour une personne ayant des difficultés à effectuer un vidage de masque en apnée.

- Exercices destinés à tester les aptitudes à la dissociation bucco-nasale.
- Séance de synthèse destinée à tester les capacités à utiliser P.M.T. en toutes circonstances au N1.
- Séance de renforcement pour un élève ayant des difficultés à effectuer le canard en apnée.
- Un groupe de candidats N4 doit se préparer l'épreuve de l'apnée à -10 m. Proposer votre séance.
- Dans un cycle préparatoire au N1, vous constatez qu'un élève présente des difficultés à se propulser. Construisez une séance de renforcement.

□ **Commission Technique Régionale Bretagne et Pays de la Loire**

- Organisez en mer une séance vous permettant de contrôler les capacités de déplacement de vos élèves préparant le niveau 1.
- Un de vos élèves s'essouffle dès qu'on lui demande d'effectuer un petit parcours en PMT .
- Construisez une séance afin de vaincre cette difficulté.
- Organisez en mer une séance vous permettant de contrôler les capacités à évoluer en apnée pour des élèves préparant le niveau 1 en fin de formation.
- Conduisez et construisez une séance ayant pour thème : les techniques d'immersion pour des préparant niveau 1.
- Deux de vos élèves éprouvent des difficultés à exécuter le canard. Conduisez et construisez une séance afin de les aider à maîtriser cet exercice.
- Conduisez et construisez la première séance d'initiation aux techniques de palmage pour des élèves préparant le niveau 1.
- Organisez en mer une séance vous permettant de contrôler les capacités à évoluer en libre pour des élèves niveau 1 en fin de formation.
- Conduisez et construisez une séance d'initiation à l'apnée pour des plongeurs débutants, dans le cadre de la préparation niveau 1.
- Construisez conduisez un cours permettant à vos élèves de s'immerger sans trop de difficulté. Vous vous baserez sur la technique du canard.
- Il vous est demandé de vous occuper de 2 personnes, qui n'ont jamais utilisé de matériel de plongée. Ces personnes étant intéressées par une formation niveau 1. Faites un cours sur la découverte du petit matériel (PMT), sachant qu'ils feront leur baptême juste après.
- Des élèves préparant le niveau 1, éprouvent des difficultés à se déplacer à l'aide de leurs palmes. Construisez et conduisez une séance afin de vaincre ces difficultés.
- Deux plongeurs qui ont obtenu leur niveau 1 au mois de mai ont effectué 15 plongées en milieu naturel et décident pendant l'été de s'inscrire à une formation niveau 2. Conduisez et conduisez une première séance ayant pour thème le palmage.
- Deux plongeurs qui ont obtenu leur niveau 1 au mois de mai ont effectué 15 plongées en milieu naturel et décident pendant l'été de s'inscrire à une formation niveau 2. Conduisez et construisez une première séance ayant pour thème l'apnée.
- Organisez en mer une séance vous permettant de contrôler les capacités à évoluer en libre pour des élèves niveau 2 en fin de formation.
- Organisez en mer une séance vous permettant de contrôler les capacités de déplacement de vos élèves préparant le niveau 2.
- Organisez en mer une séance vous permettant de contrôler les capacités à évoluer en apnée pour des élèves préparant le niveau 2 en fin de formation.

- 2 niveaux 1 ayant obtenu leur niveau 1 en fosse décident de s'inscrire à une formation niveau 2 en mer. Conduisez et construisez leur première séance en libre.
- Mettre en place une première séance en libre pour des préparants niveau 4, ayant pour thème l'apnée à 10 mètres.
- Vous êtes chargé de mettre en place une séance d'évaluation avant l'examen pour des préparants niveau 4, ayant pour thème l'apnée à 10 mètres.
- Vous êtes chargé de mettre en place une première séance en libre pour des préparants niveau 4, ayant pour thème l'épreuve du mannequin.
- Vous êtes chargé de mettre en place une première séance de nage avec palmes pour des préparants niveau 4 n'ayant jamais nagé en mer, ayant pour thème le 800m.

1.3.2 Les opinions des Commissions Techniques Régionales

Pour illustrer d'avantage l'existence de différentes considérations et définitions relatives à la pédagogie préparatoire, le point de vue des responsables techniques des commissions techniques régionales a été recueilli.

La question qui a été posée aux CTR était relativement large : « façon dont est pensée, utilisée la pédagogie préparatoire et liste de sujets MF1 présentés lors des examens MF1 ».

Il en ressort que lorsque l'on discute, questionne, on se rend compte que la réalité du terrain est toute autre.

La pédagogie préparatoire est utilisée à des fins précises, identifiées et utiles à chacun, selon des arguments qui ne sont pas forcément explicités dans le manuel.

▪ CTR IDF

« Au-delà des impératifs d'examen (3 pédagogies en épreuves), nous utilisons essentiellement (en formation) la pédagogie préparatoire pour son aspect simplificateur. Elle est abordée en début de cursus de moniteur parce qu'elle présente l'avantage de limiter le fond et aussi de rassurer le stagiaire qui peut travailler sur son vécu.

Par la suite, les choses se compliquent et l'on s'aperçoit que fort souvent les stagiaires ont du mal à distinguer la pratique de la préparatoire, surtout depuis l'entrée en vigueur du nouveau MF1 puisqu'il y a de la préparatoire jusqu'au niveau 5.

Exit donc la notion de pédagogie d'initiation.

Finalement, ils en viennent à considérer, baptême excepté, comme préparatoire une séance sans bouteille, s'en interdisant toute utilisation durant leurs cours.

Autre aspect de cette pédagogie, elle permet aux clubs dits de l'intérieur, de faire durer la formation d'un niveau sur une saison piscine, le brevet devant être l'aboutissement annuel, on aime ou on n'aime pas. »

▪ CTR CORSE

« Dans la vie de 95 % des clubs de Corse, faire de la pédagogie préparatoire de façon systématique est utopique car un niveau est réalisé sur 6 à 7 séances et non sur 15 jours. Les résultats sont somme toute, tout aussi satisfaisants car dans notre contexte les plongées mer sont faites automatiquement.

La CTR Corse pense que la pédagogie préparatoire trouve sa raison d'être lorsqu'un stagiaire rencontre une difficulté lors de sa progression (chose rare mais possible).

Dans cette situation, le moniteur peut s'appuyer sur ce type de pédagogie pour palier la difficulté rencontrée (et non l'inverse, faire de la préparatoire de façon systématique).

▪ CTR NORMANDIE

« Pour l'instant en normandie et en particulier lors des examens, la partie "scaph en surface" est peu utilisée dans les sujets.

De même la formation à la préparatoire s'oriente plutôt vers des résolutions d'échecs type "difficultés disso bucco nasale..", "palmage", ou "séance découverte apnée, perfectionnement., mannequin n4.. Sans oublier le baptême.

L'examen de cette épreuve se déroule quasi-systématiquement départ de la plage.

nous sommes sans doute cantonnés au strict pmt alors que le manuel à évoluer et précise bien le scaph de surface.

Souvent les candidats nous redonne des interprétations "piscine" dans leur séance, au détriment de l'utilisation des possibilités des milieux ouverts.

Il est évident pour quelques uns d'entre nous que la préparatoire devrait s'élargir dans la mixité des séances d'apprentissage pmt/scaph, pourtant on entend encore "Vous n'avez pas le droit d'utiliser les blocs"mais on avance qd même petit à petit. »

▪ CTR BRETAGNE ET PAYS DE LA LOIRE

Du fait que ce mémoire est présenté en Région Bretagne et Pays de la Loire, nous avons jugé plus opportun de ne pas présenter une vision des choses car tous les points de vue peuvent s'exprimer, s'opposer, se compléter aujourd'hui même, l'essentiel reste à construire et c'est un des intérêts de ce mémoire.

Il ressort de ces différents points de vue des mots, des phrases qu'il est intéressant de noter :

- « Intiation »
- « Remédiation »
- « Partie intégrante de la formation des plongeurs mais pas à tous les niveaux »
- « Rend difficile l'analyse des moniteurs stagiaires », « permet de faire durer la formation »
- « l'utilisation systématique est utopique car un niveau 1 est formé en 6/7 séances en mer »...

La synthèse est difficile à réaliser, tant les points de vue sont différents, mais elle est nécessaire.

Nous sommes en présence d'une action de formation qui semble indispensable dans la formation du plongeur mais ne s'impose pas à tous et l'utilisation en est variable en fonction du lieu de formation : bord de mer ou non, essentiellement.

En effet, pour certains c'est une pratique qui permet de faire « durer » les formations hivernales se déroulant en piscine, faire « patienter » les plongeurs N1 en formation.

Au terme de cette analyse, nous pouvons conclure qu'un certain flou règne autour de la pédagogie préparatoire.

Le fait qu'il n'y ait pas de consensus est révélé, entre autres, par la situation actuelle qui n'a plus aucun lien logique avec la situation d'origine, par le manuel du moniteur, par les avis CTR et les sujets d'examen MF1...

Nous nous proposons donc, à partir de ce constat, de définir une problématique qui sera le second axe de notre mémoire.

1.4 DEFINITION DE LA PROBLEMATIQUE

Il semble qu'il y en ait une toute trouvée, cette dernière étant l'objet central de ce document :

« Comment redéfinir la pédagogie préparatoire aujourd'hui avec comme objectifs, d'une part de lever les ambiguïtés qui règnent autour d'elle, d'autre part de pouvoir satisfaire les besoins et les intérêts de tous. »

1.4.1 Proposition de définition de la pédagogie préparatoire

La formation préparatoire, ou « support », est constituée d'apprentissages qui ne sont pas utilisés directement dans la pratique de la plongée sous-marine mais qui aident ou sont susceptibles d'aider à l'acquisition de ceux qui le sont.

Ces apprentissages constituent avant tout des outils plus efficaces de développement de certaines capacités que l'apprentissage desdites capacités directement dans le cadre et sous la forme des techniques mises en œuvre en plongée.

Ces apprentissages peuvent également constituer des outils de remédiation.

Cette formation support s'adresse aux plongeurs débutants.

Ce « périmètre » définirait également celui devant être couvert par les sujets d'épreuve de pédagogie préparatoire, au MF1 et au MF2.

A partir de cette définition, nous pouvons tenter de répondre aux questions suivantes :

- explorons-nous réellement les besoins des plongeurs débutants dans les séances de pédagogie préparatoire ?
- le baptême est-il de la pédagogie préparatoire ?
- la pédagogie préparatoire est-elle nécessaire au niveau 4, niveau 3 et niveau 2 ?
- proposons-nous aux stagiaires MF1 des situations d'évaluation réinvestissables sur le terrain ou cette épreuve ne nous sert-elle qu'à évaluer des compétences nécessaires au MF1 sur la base de thèmes partiellement déconnectés de la réalité ?

La 2^{ème} partie de ce mémoire propose donc de re-contextualiser la pédagogie préparatoire dans la formation des plongeurs.

Deuxième partie

2 LA PEDAGOGIE PREPARATOIRE DANS LA FORMATION DU PLONGEUR

2.1 DIFFERENCES ENTRE PEDAGOGIE PREPARATOIRE ET PRATIQUE

2.1.1 Du point de vue du manuel du moniteur

▪ Pédagogie préparatoire MF1

« Cette épreuve a pour objectif l'évaluation d'une leçon faite à un ou plusieurs élèves du débutant au niveau 4 :

- sans scaphandre : en surface et en immersion,
- avec scaphandre : en surface,
- baptême de plongée.

Elle comporte :

- l'exposé des principes de base de la plongé (fautes à éviter, prévention des accidents possibles, règles de sécurité, premiers signaux du code de communication...),
- l'utilisation pratique du matériel (principes succincts de fonctionnement, montage et démontage du détendeur sur le bloc, manière concrète de s'équiper...),
- l'équipement des débutants,
- la mise à l'eau des débutants. »

▪ Pédagogie pratique MF1

« Cette épreuve a pour objectif l'évaluation d'une leçon de plongée avec un ou plusieurs élèves, accompagnée de conseils, remarques ou consignes préalables à l'immersion que la nature de la leçon peut, éventuellement, rendre nécessaires.

Du point de vue technique, les sujets à traiter par le candidat peuvent aller du plongeur débutant ayant déjà utilisé un scaphandre autonome à l'air jusqu'au plongeur préparant les épreuves du brevet de N4, capacitaire, et qualification N5.

Apprentissage ou perfectionnement d'un exercice particulier ou d'un groupe d'exercices, préparation aux épreuves des différents brevets F.F.E.S.S.M. (à l'exclusion des épreuves sans scaphandre de ces brevets), plongée d'exploration, plongée d'entraînement (ex : apprentissage de l'orientation).

Le thème et les conditions d'exécution de la leçon sont définis au candidat par le jury responsable de cette épreuve.

| | |
|------------------|---|
| PUBLIC | le public formé est le même (à l'exclusion du N5) ; |
| MATERIEL UTILISE | il est identique dans les deux pédagogies ; |
| ZONE d'EVOLUTION | en immersion en pédagogie pratique en surface mais également en immersion si le plongeur n'est pas équipé d'un bloc en pédagogie préparatoire (à l'exclusion du baptême) ; |

| | |
|-----------|---|
| OBJECTIFS | <p>pédagogie préparatoire : enseigner des principes de base sans que le lien avec l'aspect pratique soit toujours limpide ;</p> <p>pédagogie pratique : enseigner des capacités directement sous la forme de leur mise en œuvre dans la pratique de l'activité et qui pour la majorité d'entre elles font partie du référentiel de certification.</p> |
|-----------|---|

2.1.2 Du point de vue de notre réflexion

En référence à la définition de la pédagogie préparatoire que nous avons proposée, nous pouvons caractériser cette dernière de la façon suivante :

| | |
|------------------|---|
| PUBLIC | <p>pédagogie préparatoire : débutant ;</p> <p>pédagogie pratique : du débutant au N5 ;</p> |
| MATERIEL UTILISE | identique dans les deux pédagogies ; |
| ZONE d'EVOLUTION | <p>en immersion en pédagogie pratique;</p> <p>en surface mais également en immersion en pédagogie préparatoire ;</p> |
| OBJECTIFS | pédagogie préparatoire : enseigner des principes support nécessaires à l'acquisition de compétences pour l'évolution en hyperbarie. |

2.1.3 Synthèse

La définition proposée permettrait tout d'abord de rendre plus clair à l'ensemble des moniteurs et donc aux moniteurs stagiaires, l'intérêt de l'existence de deux pédagogies et surtout leurs objectifs, en identifiant entre autre deux publics qui n'ont pas les mêmes besoins.

Cela leur permettrait d'optimiser leur démarche pédagogique (les débutants d'un côté, l'ensemble des plongeurs de l'autre).

La pédagogie préparatoire ainsi définie, amènerait tout d'abord, le moniteur à travailler sur de petits fonds, qui ont l'avantage de rassurer le plongeur et le moniteur lorsqu'il débute sans qu'il ne mette en doute les finalités de son action.

Cela permettrait ensuite en période hivernale, une exploitation du temps plus ciblée en dissociant ce qui relève du développement de « compétences support » et ce qui relève de la préparation physique.

Cela permettrait enfin de « dédouaner » les clubs de bord de mer, formant les N1 en six séances, en précisant clairement le caractère obligatoire ou non de cette formation. En effet, les bases requises ne sont pas extraordinaires et nombre de personnes peuvent ne pas en avoir besoin (combien de PN1 ont besoin de travailler spécifiquement la dissociation bucco-nasale pour réaliser un vidage de masque ? Combien de personnes ont besoin de travailler spécifiquement l'apnée pour être capable de réaliser un échange d'embout ?).

C'est dans cet esprit que nous avons rédigé la partie suivante.

2.2 COMMENT PEUT-ELLE ETRE UTILISEE PAR LE MONITEUR ?

Nous allons proposer ci-après des éléments d'utilisation de cette formation préparatoire. Certains reprennent des savoirs-faire existants, d'autres en proposent une utilisation plus large.

Nous nous intéresserons tout d'abord aux éléments de cette formation pouvant être utilisés comme outil d'initiation à la plongée, puis à ceux pouvant être utilisés comme outils de remédiation.

2.2.1 Pédagogie préparatoire et outils d'initiation

▪ L'apprentissage des techniques de palmage

Une séance d'apprentissage des techniques de palmage est utilisée aujourd'hui pour apprendre à palmer correctement, c'est à dire être capable de se propulser efficacement afin de pouvoir évoluer en plongée et revenir au bateau en fin de plongée, sans s'essouffler.

Cet apprentissage est presque tout le temps réalisé sans bouteille, en bord de plage ou en piscine et dérive parfois vers de pseudo-séances de préparation physique.

En effet, pour être plongeur, il faut être « physique » (héritage de notre culture, nous oublions cependant trop souvent que les pionniers n'avaient pas besoin de ce type de préparation puisqu'ils étaient tous pré-sélectionnés par leur activité professionnelle).

On ne peut pas ignorer le fait que c'est une séance (ou des séances) privilégiée pour découvrir le matériel (combinaison, palmes, masque, tuba). L'environnement est la plupart du temps relativement stable, le temps n'est pas compté.

Cependant, en surface ou en immersion, lorsque nous évoluons avec une bouteille sur le dos, nos palmes sont totalement immergées (en surface, du fait du poids supplémentaire qui modifie la position de notre corps dans l'eau).

Pour atteindre l'objectif pré-fixé, apprendre à se déplacer sans s'essouffler, il semble logique d'exploiter le palmage costal.

C'est en effet le seul palmage dans le contexte pré-cité qui présente l'avantage d'avoir les palmes complètement immergées et d'amener un déplacement, donc de reproduire au plus près les conditions existantes en plongée. C'est donc la seule possibilité de travailler réellement les techniques de palmage exploitées dans notre activité.

Il présente de plus l'avantage pour l'apprenant et donc pour le moniteur de pouvoir voir le geste technique réalisé. C'est un avantage indéniable car l'homme dans son adaptation motrice utilise majoritairement le sens visuel.

Le palmage dorsal et le palmage de sustentation pourraient également y être associés mais ceux-ci sont d'une utilisation beaucoup plus restreinte (retour bateau/sur place) et ne sont donc pas transférables au déplacement en immersion.

Par contre, ce sont des outils extrêmement intéressants pour travailler la qualité de la prise de repères chez le plongeur et donc la gestion de son équilibre.

Expliquons nous.

Le centre de l'équilibre chez l'homme et donc chez le plongeur est entre autre situé au niveau de l'oreille interne. Les otolithes situés au niveau des canaux semi-circulaires renseignent le plongeur sur la position de sa tête dans l'espace. Effectuer des mouvements soudains plus ou moins rapides perturbent alors son équilibre puisque ces éléments sont mis en mouvement, le plongeur doit donc réagir au regard des informations qui lui sont fournies pour rétablir son équilibre. Les sens visuel et proprioceptif complètent cette fonction de gestion de l'équilibre.

Faire varier soudainement les positions en prenant comme point de référence le palmage dorsal ou de sustentation peut induire des perturbations similaires à celles que le plongeur débutant subit lorsqu'il est confronté à un milieu « hostile » (mer agitée, vent, houle, courant) et à un matériel qu'il ne maîtrise pas (stab trop grande, bouteille qui roule...).

Quelle utilisation faire alors du palmage ventral ?

C'est une séance qui permet de travailler le maintien de cap.

On pourrait dire que le maintien de cap est assuré par le moniteur chez des préparants N1. Oui, mais le moniteur est tout de même souvent en train de s'assurer que sa palanquée est soudée.

Donc :

- Le palmage ventral permet un travail de maintien de cap et favorise la cohésion de la palanquée (tout le monde est capable d'aller dans la même direction).
- Le palmage ventral (indépendamment du maintien de cap, l'objectif est alors de rester ensemble) permet également de travailler l'esprit de palanquée, la cohésion dans les déplacements donc l'attention aux autres (une consigne : la palanquée se déplace efficacement (=parcourir une certaine distance en un temps pas trop long), groupée, sans donner de cap).

Enfin, quel que soit le palmage utilisé, il permet de travailler l'adaptation ventilatoire de nos plongeurs.

Pour rendre ce travail plus probant, il serait intéressant de « généraliser » l'utilisation de la combinaison lors des séances en piscine.

▪ **La dissociation bucco-nasale (DBN)**

La DBN est un outil d'initiation aux techniques nécessaires en immersion puisque c'est un pré-requis indispensable au vidage de masque (VDM).

C'est un outil d'initiation à partir de l'instant où le moniteur considère que tout plongeur doit la travailler. Mais ce n'est pas toujours le cas, nous allons le détailler ci-après.

2.2.2 **Pédagogie préparatoire et outils de remédiation**

▪ **La dissociation bucco-nasale (DBN)**

La DBN peut être considérée comme un outil de remédiation et ceci est fonction de la démarche pédagogique choisie par le moniteur.

Celui-ci peut considérer que seules les personnes ne réussissant pas le vidage de masque doivent la travailler.

C'est une optique qui permet un gain de temps appréciable lorsque l'on forme les N1 en 6 séances en mer, qui répond à la réalité de plongeurs formés dans 80% des situations mais cela sous-entend également le choix d'un contexte de réalisation qui n'est pas laissé au hasard : site, profondeur, ratio encadrement/stagiaires.

▪ **La gestion du matériel (au sens large du terme)**

Nous regroupons dans cet item des compétences requises dans la compétence 1a et 1b du manuel du moniteur au N1.

En effet, les préparants N1 sont souvent « handicapés », stressés par le matériel de plongée (combinaison, palmes, stab, bouteille, masque) qui n'est pas conçu pour rester sur le bateau, ni même en surface.

Le stress engendré est souvent source d'une non adaptation que les stagiaires mettront plus ou moins de temps à dépasser.

Séances proposées : en surface et en immersion, avec et sans matériel.

En surface, simplement équipé de sa combinaison, palmes, masque et tuba, apprendre au plongeur à modifier sa position :

- dorsale à verticale,
- ventrale à dorsale,
- ventrale à verticale,
- dorsale à ventrale,
- verticale à ventrale,
- verticale / dorsale / ventrale,
- ...

Effectuer exactement le même travail en équipant le plongeur d'une stab gonflée. On modifie de fait son volume donc sa flottabilité et la position de son centre de gravité.

Cela permet de faire prendre conscience au plongeur qu'il reste maître de la situation à condition d'être conscient de quelques principes physiques simples.

On peut alors ajouter le bloc et effectuer ces exercices en surface et en immersion (lorsque le plongeur est stabilisé). Le poids réel, donc le poids apparent du plongeur est modifié. Cependant les techniques permettant la mobilité totale du plongeur resteront les mêmes.

Le matériel reprend alors sa place d'outil indispensable à la plongée sous-marine mais n'est plus une source de stress puisque l'on est capable de le maîtriser.

▪ **Exemple de séance**

Nous proposons ci-après, un exemple de progression utilisant à la fois la gestion du matériel au sens large et les techniques de palmage.

| | |
|----------------------------|--|
| <u>Matériel nécessaire</u> | palmes, masque, stab, bloc, détendeur, combinaison. |
| <u>Lieu</u> | plage, cale, piscine |
| <u>Objectifs</u> | gestion de son équilibre et du matériel dans le milieu – mise en confiance |

« Exercices »

1^{ère} étape

Apprendre au futur N1 à passer d'une position dorsale à une position verticale, d'une position ventrale à une position verticale (rassembler les différents segments du corps au niveau de l'abdomen afin de modifier la position du centre de gravité et pouvoir basculer aisément).

Le plongeur est en mesure de retrouver « une position de terrien » à sa convenance, il est donc en mesure de restaurer ses repères visuels et donc de se rassurer.

Cet exercice peut être fait en maillot de bain et en combinaison, sans palmes tout d'abord. La tâche est facilitée et cela permet l'assimilation de concepts biomécaniques simples nécessaires à la réalisation de l'exercice.

2^{ème} étape

Travailler le changement de position à l'horizontale permet la continuité : maîtrise de son corps dans toutes les dimensions offertes par le milieu :

- position ventrale à dorsale
 - position dorsale à ventrale
 - plusieurs vrilles
- en se repositionnant toujours face à un repère donné

Le plongeur apprend à corriger l'écart entre les informations provenant de l'oreille interne et les informations recueillies visuellement.

3^{ème} étape

On peut à ce moment compliquer la tâche et demander à l'élève le même type de travail qu'à la première étape avec une stab gonflée. L'équilibre est plus facilement perturbable : le volume augmente mais de façon non équitable sur le corps. Il est également plus difficile à rétablir.

Cela correspond à des situations que le PN1 vit, à la mise à l'eau entre autre.

4^{ème} étape

Avec le bloc. On peut ensuite poursuivre le même travail en immersion.

▪ L'apnée

On justifie les séances d'apnée par la nécessaire acquisition d'une autonomie relative sans apport d'air : en effet, le futur N1 doit être capable « d'aller chercher » de l'air chez le plongeur le plus proche (guide de palanquée, éventuellement coéquipier) en cas de panne d'air.

Manuel du moniteur :

N1

- « performances minimales d'apnée en vue de la sécurité du plongeur qui subirait une panne d'air »,
- « canard, petite distance sur un fond de faible profondeur, faire surface ».

N2

Il est fait référence à « des déplacements en apnée » et c'est bien cela qui nous intéresse.

Tout cela pour dire que le travail de l'apnée pure pour un futur N1, que ce soit en piscine ou en mer, n'est en aucun cas une recherche de performance mais une capacité à se déplacer de façon relativement brève.

Inutile de chercher la profondeur au niveau 1 si ce n'est pour s'abîmer les oreilles.

Il n'est pas utile de la travailler de façon systématique, tout dépend du temps imparti. Cela sera nécessaire lorsque le stagiaire ne sera pas en mesure de réaliser le déplacement demandé, par manque de confiance le plus souvent.

2.3 LES QUESTIONS SANS REPONSE ... OU PRESQUE

Au terme de notre réflexion relative à la problématique annoncée, nous pouvons revenir sur les questions qui font « débat » aujourd'hui autour de la pédagogie préparatoire.

Nous pouvons tenter d'y répondre avec comme référence la définition de la pédagogie pratique que nous avons proposée.

Nous pouvons également nous interroger sur la pertinence et l'importance qu'il convient d'accorder à ces questions ...

▪ **Le baptême est-il de la pédagogie préparatoire ?**

Soyons logique : s'il y a eu et s'il y a encore aujourd'hui débat sur ce thème, c'est essentiellement du au fait que la pédagogie préparatoire n'est pas définie.

Le baptême est par définition la première plongée réalisée lorsque l'on décide de devenir N1 ou que l'on souhaite simplement découvrir l'activité sans aller plus avant.

Est-ce un outil de remédiation ?

Manifestement non.

Est-ce un outil d'initiation au sens où il permet l'acquisition efficace de techniques mises en oeuvre en plongée ?

Nous aurions tendance à répondre non. C'est une découverte, accessible à tous :

- lorsque nous faisons un baptême qui a pour vocation d'être une séance de découverte de la plongée sous-marine et non la première plongée d'une formation N1, nous attardons-nous sur la façon dont se grée un bloc ou dont se vide un masque, un embout ? Rarement.
- lorsqu'un baptisé a des difficultés à descendre, prenons-nous le temps, avons-nous le temps « d'enseigner » ou plutôt « de faire apprendre » le poumon-ballast ? En général, nous lestons notre plongeur ...
- lorsqu'un baptisé ne palme pas, que fait le moniteur ? Il palme pour deux ...

Peux-t-on alors parler du baptême comme d'une formation « support » ?

Si le baptême a vocation de « découverte » et n'est pas la première plongée d'un cursus N1 de courte durée, il ne peut pas être considéré comme de la pédagogie préparatoire.

Comment trancher définitivement ?

Les chiffres nous permettraient de le faire : nous réalisons plus de baptêmes que nous ne formons de N1.

Le baptême n'est donc pas de la pédagogie préparatoire.

▪ **La pédagogie préparatoire a-t-elle sa place à tous les niveaux de plongeurs ?**

En reprenant à nouveau la définition proposée plus haut, nous ne pouvons répondre par l'affirmative.

Ce serait dire que nos futurs N2, N3, N4 ont un certain nombre de bases non stabilisées. De plus, cela serait en inadéquation avec notre référentiel de certification.

En effet, le 800 m PMT, le 500 m capelé, le mannequin et l'apnée au N4 font partie d'un groupe « physique » auquel il est requis une certaine moyenne pour pouvoir être admis au N4.

Il est a priori, totalement indépendant du groupe technique constitué par le code à 40 m, le sauvetage bouée, la RSE, le sauvetage palmes...

2.4 EXEMPLES DE SUJETS

Nous proposons ci-après quelques exemples de sujets potentiels d'examen MF1 dont la formulation et le périmètre couverts sont en adéquation avec la définition de la pédagogie préparatoire proposée précédemment.

- Le matériel de plongée (bouteille, stab, palmes...) est une source d'inconfort et de stress pour le plongeur débutant. Proposer une séance destinée à limiter ces facteurs et à favoriser l'appropriation du scaphandre en toutes circonstances par le plongeur débutant.
- Un plongeur en formation N1 présente des difficultés à gérer « la situation de panne d'air ». A l'occasion d'une séance en bord de plage, proposez une progression visant à remédier à ces difficultés.
- Des plongeurs N1 en cours de formation présentent des difficultés à évoluer en palanquée. Proposez une séance destinée à les aider à pallier ces difficultés.
- Des plongeurs N1 en cours de formation présentent des difficultés à s'immerger en plongée. Proposez une séance destinée à les aider à résoudre ces difficultés.

Conclusion

La pédagogie préparatoire, telle que nous la connaissons aujourd'hui, est le résultat d'une évolution non maîtrisée qui se ressent tant au niveau de notre système (manuel du moniteur) que des situations vécues sur le terrain :

- à l'origine, il existe une seule épreuve de pédagogie pratique qui comprend deux parties et donne lieu à deux notes ;
- il apparaît ensuite deux épreuves de pédagogie, une dite « pratique » et une dite « préparatoire ». Cette dernière a de plus évolué au cours du temps :
 - sans matériel puis avec (mais uniquement en surface) et sans matériel à nouveau,
 - destinée aux débutants puis à l'ensemble des plongeurs du débutant au N5.
- la déconnexion de cette épreuve au regard des besoins des plongeurs a amené :
 - d'une part des contradictions au sein même du système fédéral de formation
 - une exploitation de cette épreuve au MF1 et des savoirs-faire variables en fonction des régions.
- il en résulte une grande ambiguïté qui au-delà de perturber les moniteurs, les pratiques, ne favorise pas l'uniformisation de nos modalités d'évaluation.
- il a donc semblé absolument nécessaire de recontextualiser cette pratique représentée par la notion de pédagogie préparatoire et d'en proposer une définition (pour pallier ce vide) pouvant être partagée par tous.

Nous avons ensuite proposé quelques exemples d'utilisation et de sujets qui sans être exhaustifs ont pour objectifs d'illustrer notre propos de façon « plus pratique ».

Que dire alors de la pédagogie préparatoire ou plutôt de la mise en œuvre d'une « formation support » dans la formation de nos plongeurs débutants ?

Elle ne présente pas un caractère obligatoire au regard des compétences qu'elle développe chez nos futurs plongeurs.

C'est le travail du moniteur que d'évaluer la pertinence de la mise en œuvre de ce type de séances.

En effet, le public touché est variable (personnes ne sachant pas nager, apnéistes, personnes ayant une activité physique régulière, « sédentaires »...) et les besoins ne sont jamais les mêmes.

Par contre, elle peut se révéler décisive dans sa fonction d'outil de remédiation et déterminer l'avenir d'un plongeur débutant qui présente de grandes difficultés à appréhender le milieu.

Elle représente également un outil extrêmement intéressant pour la formation des moniteurs stagiaires puisqu'elle permet de les faire travailler, non pas sur un exercice faisant partie du référentiel de certification, mais sur une capacité ou sur une compétence nécessaire au développement de l'autonomie du plongeur et de sa sécurité (tenir « un certain temps d'apnée » pour aller chercher de l'air).

Le moniteur est alors obligé de prendre de la distance et de replacer ses actions vis-à-vis d'un objectif final de formation s'il veut construire une séance cohérente.

L'objectif de ce mémoire, après avoir dressé un tableau de la situation actuelle et identifié les besoins de nos plongeurs, était de proposer des axes de réflexion qui nous permettraient d'améliorer la situation actuelle e