



TECHNIQUE
Haut-Rhin

Stage initial initiateur juin 2020 – CODEP 68

Deux publics particuliers

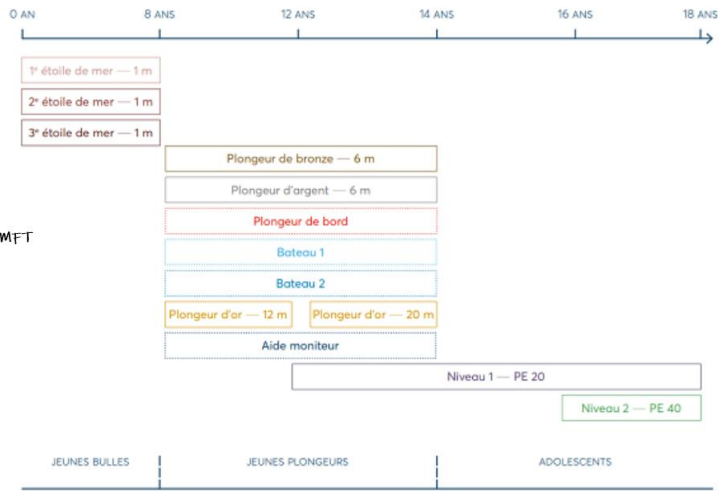
Les Jeunes et ados

Les Plongeurs en situation de Handicap

P. Hector : MF2 FFESSM – DEJEPS plongée subaquatique

Deux publics particuliers au sein de la FFESSM

Jeunes et ados



source : MFT

PAS DE PRÉROGATIVE D'AUTONOMIE

Pratique adaptée

Tâche	Mention
• Vestiaires adaptés	
• Matériel adapté : combi, bloc, détendeur...	
• Zone d'équipement adaptée et réservée	
• Profondeur et durée de plongée limitées	
• Tapez ici...	

Risques particuliers

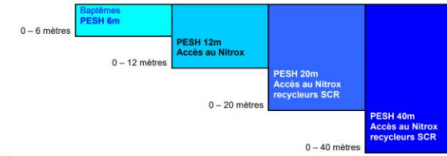
Tâche	Mention
• Equilibrage ORL plus difficile	
• Plus de sensibilité au froid	
• Plus de risque d'essouffement	
Saturation/désaturation de l'organisme différent de l'adulte valide	
• Plus de risque de lésion articulaires, musculaires, lombaires...	
• Tapez ici...	

Limiter les risques

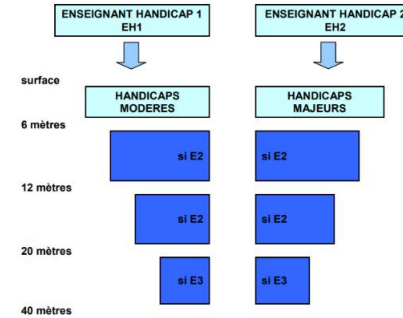
Tâche	Mention
• Descendre lentement avec possibilité de s'arrêter	
• Travail vertical (dents de scie, yoyo) à éviter le plus possible	
• Limiter la durée d'immersion d'autant plus que l'eau est froide (le MFT fixe des limites pour les jeunes mais pas pour les PESH)	
• Efforts très modérés avant l'immersion et en immersion	
• Plongée sans palier	
• 1 plongée par tranche de 24 h jusqu'à 12 ans pour les jeunes	
• Ne pas faire porter de charge lourde, surveiller les postures	
• CACI à jour	
• Licence FFESSM à jour	
• Tapez ici...	

Plongeur en Situation de Handicap : PESH

ORGANISATION DE LA PRATIQUE PESH



source : MFT



CACI obligatoire dès le baptême

CACI établi par médecin avec profil défini (sauf baptême à 2m)

Pédagogie adaptée































Tâche	Mention
• Consignes simples et claires (pas de grand blabla)	
• Aller à l'eau le plus vite possible (sans négliger la sécurité) => faire pratiquer	
• Mettre en place des jeux aquatiques/subaquatiques (cerceaux, fresbee, fusee, ballon, raquettes...)	
• Varier pour conserver la motivation	
• Mettre en rôle de capitaine, serre-file, aide-moniteur, responsable matériel...	
• Encourager féliciter, récompenser (souligner les progrès)	
• La remise de brevet/qualification est importante	
• Attention à la manière de faire une réprimande : on peut avoir une main de fer dans un gant de velours, pas la peine d'hurler !	
• Public souvent enclin au mimétisme : être exemplaire	
• Apport d'éléments théoriques en leur faisant dire et en leur faisant faire	
• Tapez ici...	

L'outil de référence : le manuel de formation technique MFT

A partir du **Code du Sport**, il définit au niveau fédéral, les :

- Conditions d'entrée en formation.
- Règles d'organisation et de délivrance du niveau.
- Conditions de pratique.
- Conditions d'évolution et d'encadrement.
- Les compétences en rapport avec brevet/qualification.



▶ 01 - Généralités (sélectionner / désélectionner)				
▶ 02 - Découverte (sélectionner / désélectionner)				
▼ 03 - Jeune Plongeur (sélectionner / désélectionner)				
<input type="checkbox"/>	Jeunes plongeurs	15/01/2021	06/04/2020	 
<input type="checkbox"/>	EXPLORATEURS 6 et 20m UCPA	01/11/2017	08/11/2017	 
▼ 04 - Formations de plongeur (sélectionner / désélectionner)				
<input type="checkbox"/>	Qualification PE12	07/08/2019	07/08/2019	 
<input type="checkbox"/>	Qualification PA12	01/02/2019	13/02/2019	 
<input type="checkbox"/>	Plongeur Niveau 3 - PE 60 - PA 40	15/01/2021	13/02/2019	 
<input type="checkbox"/>	Plongeur Niveau 2- PE 40 - PA 20	04/03/2021	07/05/2019	 
<input type="checkbox"/>	Plongeur Niveau 1 - PE 20	15/01/2021	13/02/2019	 
▼ 05 - Handisub (sélectionner / désélectionner)				
<input type="checkbox"/>	Plongeurs en situation de handicap	01/11/2017	07/11/2017	 
▼ 06 - Formations de cadres (sélectionner / désélectionner)				
<input type="checkbox"/>	Livret pédagogique MF 1	30/03/2021	26/03/2021	 
<input type="checkbox"/>	Moniteur Fédéral 1er degré	05/04/2021	26/03/2021	 
<input type="checkbox"/>	Initiateur	30/03/2021	26/03/2021	 
<input type="checkbox"/>	Plongeur Niveau 4 Guide de Palanquée	30/03/2021	26/03/2021	 
<input type="checkbox"/>	Livret pédagogique MF 2	26/03/2021	30/03/2021	 
<input type="checkbox"/>	Niveau 5 - Directeur de plongée	19/02/2020	13/02/2020	 
<input type="checkbox"/>	Charte du moniteur fédéral 2ème degré	01/06/2011	01/06/2011	 

Les jeunes et ados



— RÈGLES D'ORGANISATION ET DE DÉLIVRANCE

Les cursus « **jeunes bulles** » et « **jeunes plongeurs** » sont destinés aux mineurs de moins de 14 ans. La plongée en immersion avec scaphandre ne peut se pratiquer qu'à partir de 8 ans. La plongée libre, étoiles de mer 1 à 3, peut se pratiquer sans âge minimum.

Les plongeurs peuvent accéder, selon leur compétence et leur âge, à six brevets et quatre qualifications :

- 3 brevets sans scaphandre (cursus « *jeunes bulles* ») : 1^e, 2^e et 3^e étoile de mer (sans âge minimum)
- 3 brevets avec scaphandre (cursus « *jeunes plongeurs* ») : plongeur de bronze, plongeur d'argent (à partir de 8 ans) ; plongeur d'or (à partir de 10 ans).
- 4 qualifications (cursus « *jeunes plongeurs* ») : plongeur du bord, bateau 1, bateau 2 et aide moniteur.

Les âges mentionnés font référence aux dates anniversaires des jeunes plongeurs (ex : la tranche des « 8-10 ans » doit s'entendre de la date anniversaire des 8 ans à celle des 10 ans).

Pour se voir délivrer l'un des niveaux des cursus jeunes bulles ou jeunes plongeurs, il n'est pas obligatoire de posséder le niveau inférieur.

La délivrance des brevets et des qualifications se fait au niveau d'un club affilié ou d'une structure commerciale agréée, sous la responsabilité du président du club ou du responsable de la structure, par un E3 (licencié) minimum.

Le club ou la structure doit valider la certification sur le passeport du lauréat et lui remettre, éventuellement et sur sa demande, un diplôme. Le passeport et le diplôme doivent comporter le cachet officiel du club ou de la structure.

Le club ou la structure doit enregistrer la certification sur le site internet www.ffessm.fr pour que le siège national de la FFESSM puisse éditer la carte double face FFESSM/INTERNATIONAL et l'adresser au candidat. Le siège national de la FFESSM garde en archive les informations concernant les certifications.

Les compétences des diplômes et des qualifications « **jeunes bulles** » ou « **jeunes plongeurs** » sont validées et signées par un E2 (Guide de Palanquée – Niveau 4 titulaire de l'Initiateur) minimum.

— CONDITIONS DE PRATIQUE

La pratique de l'activité nécessite :

- l'autorisation écrite préalable du responsable légal du mineur
- la prise de la licence enfant de la FFESSM (*excepté pour la 1^{re} étoile qui est un niveau de découverte*)
- un certificat d'absence de contre-indication à la plongée conforme à la réglementation fédérale en vigueur, se référer au chapitre « généralités » du manuel de formation technique

La visite médicale de non contre-indication n'est pas nécessaire pour le baptême, sauf pour les enfants en situation de handicap. Une information minimale sur les risques liés à l'activité doit cependant être communiquée au responsable légal du mineur.

Les plongées en bouteille doivent rester impérativement dans la courbe de sécurité des moyens de décompression utilisés. Jusqu'à l'âge de 12 ans, le jeune plongeur n'effectue qu'une plongée par jour.

La pratique de l'activité est prohibée lorsque la température de l'eau est inférieure à 12 degrés. Lorsque la température de l'eau est inférieure à 23°C, la durée de la plongée ne doit pas excéder 25 minutes.

Le matériel du jeune plongeur doit être adapté à sa morphologie.

Les éléments de la trousse de premiers secours doivent être adaptés à l'âge, à la morphologie, et au poids des plongeurs concernés (*BAVU, dosages des médicaments ...*).

— JEUNE EN SITUATION DE HANDICAP

Un jeune plongeur en situation de handicap peut intégrer les cursus « jeunes bulles » et « jeunes plongeurs » en utilisant les dispositions fédérales et règlementaires à disposition :

1. l'encadrement doit être réalisé par un enseignant titulaire de la formation qualification HANDISUB
2. la réalisation des actes techniques peut être réalisée grâce à l'aide d'une assistance en encadrement (*en référence à l'article A. 322-77 du code du sport, « les personnes en situation de handicap peuvent bénéficier, dans l'espace de 0 à 40 mètres, d'une assistance adaptée en encadrement ou en matériel pour évoluer en palanquée encadrée en justifiant des aptitudes PE-12 à PE-40 et, le cas échéant, des aptitudes à plonger au nitrox »*).

CONDITIONS D'ÉVOLUTION ET D'ENCADREMENT

VERY IMPORTANT

EN MILIEU NATUREL

Espace d'évolution	Âge des plongeurs	Niveau de pratique	Compétence min. de l'encadrant	Effectif max. de la palanquée hors encadrant
0-1 mètre Plongée libre Rando. sub.	< 8 ans	1 ^e étoile de mer	E1 ou guide de rando. sub. en exploration*	8
		2 ^e et 3 ^e étoile de mer		
0-2 mètres	8-10 ans	Baptême	E1	1
0-3 mètres	10-14 ans			
0-6 mètres	8-14 ans	Formation plongeur de bronze	E1	1 (2 en fin de formation)
		Plongeur de bronze	E1	2
		Plongeur d'argent	E1 ou GP en exploration	2+1 plongeur P1 minimum ou 1+2 P1
0-12 mètres	10-12 ans	Plongeur d'or	E2 ou GP en exploration	2+1 plongeur P1 minimum ou 1+2 P1
0-20 mètres	12-14 ans			

Lorsque la plongée se déroule en piscine ou fosse de plongée dont la profondeur n'excède pas six mètres, le niveau de l'encadrement est au minimum E1. Les profondeurs et effectifs à respecter pour les baptêmes sont les mêmes qu'en milieu naturel.

— JEUNES BULLES – PLONGÉE LIBRE

L'apprentissage se fait uniquement à l'aide de jeux ou d'activités adaptés, en piscine ou en mer en espaces aménagés (l'idée étant de travailler sur un espace spécialement conçu pour les jeunes plongeurs ou les pratiquants débutants, naturellement ou de façon aménagée).

Le niveau minimal de l'encadrement est E1 ou guide de rando. sub.

Trois niveaux sont déterminés en fonction de l'habileté des pratiquants : 1^e, 2^e et 3^e étoile de mer.

- La 1^{ère} étoile de mer est une initiation à l'évolution en surface et une découverte de l'espace « sous l'eau ». Le jeune découvre l'équipement « palmes, masque et tuba ». Il se déplace sur de courtes distances en surface à l'aide des palmes pour réaliser un petit parcours balisé et peut être équipé pour cela d'une aide à la flottabilité (ceinture, planche, bouée, ...). Savoir nager correctement n'est pas un préalable. L'enfant commence à évoluer au tuba et arrive à le vider en surface, il met la tête dans l'eau avec le masque.
- La 2^{ème} étoile de mer est un perfectionnement à l'évolution en PMT en surface et sous l'eau. Le jeune approfondit sa maîtrise autonome du matériel. Il augmente sa capacité à évoluer sur et sous l'eau : il va chercher un ou plusieurs objets sous l'eau et s'appuie de moins en moins sur des aides à la flottabilité. Il sait faire de courtes apnées, évolue au tuba et arrive à le vider en surface.
- La 3^{ème} étoile de mer correspond à une maîtrise de l'évolution sous-marine en PMT dans l'espace 0-1 mètre. Le jeune s'équipe seul. Il sait nager en surface et sous l'eau à l'aide des palmes, masque, tuba en bouche. Il se déplace sur 25 mètres sans bouée ni flotteur en maîtrisant une nage. Il réalise un parcours en alternant surface et courtes apnées, avec passage dans un cerceau situé à un mètre de profondeur.

— JEUNES PLONGEURS - PLONGÉE SCAPHANDRE

Les brevets de plongeur de bronze, plongeur d'argent et plongeur d'or sont le résultat d'une évaluation continue réalisée en milieu artificiel ou naturel. Cette évaluation porte sur une période d'activité dont la durée est laissée à l'appréciation du moniteur. Elle peut varier en fonction du milieu, de l'âge, du développement physique ou cognitif des jeunes, et des objectifs de formation ou du cadre de l'activité (*clubs, SCA, scolaires, ...*).

Ils sont définis par un ensemble de compétences de manière identique aux autres brevets de plongeurs. Pour préparer un niveau, il n'est pas obligatoire de posséder les niveaux inférieurs.

- Le plongeur de bronze est un niveau d'initiation à l'évolution en plongée avec un scaphandre dans l'espace 0-6m. Le jeune découvre l'équipement « gilet, bouteille, détendeur ». Il participe activement à la mise en œuvre de son matériel. Il comprend et applique les consignes du moniteur lui permettant de s'immerger en sécurité à la descente, au fond et à la remontée. Il sait ventiler sur le détendeur et faire face sans appréhension à une entrée d'eau dans le masque.
- Le plongeur d'argent est un niveau de perfectionnement à l'évolution en plongée avec un scaphandre dans l'espace 0-6m. Il permet au jeune de progressivement intégrer des palanquées mixtes (*avec adolescents ou adultes N1 et plus*). Le jeune devient de plus en plus autonome dans la mise en œuvre et l'utilisation de son matériel. Il apprend différentes techniques lui permettant de se mettre à l'eau et de s'immerger. Il parvient à gérer son équilibre pendant l'immersion. Il vide son masque sans stress. Il est familiarisé avec des procédures en situation d'incident (*panne d'air, perte de palanquée*).
- Le plongeur d'or ouvre au jeune les portes de la plongée en scaphandre dans l'espace 0-12m (*10-12 ans*) puis 0-20m (*12-14 ans*). Le jeune plongeur est donc capable de réaliser des plongées d'exploration au sein d'une palanquée guidée, en se prenant en charge sur le plan de l'équipement et de l'évolution. Les compétences attendues correspondent à celles du niveau 1, y compris les compétences spécifiques permettant d'évoluer en sécurité (*intervention en relais du GP notamment*).

— ADOLESCENTS

Les jeunes plongeurs continuent leur parcours à travers les niveaux 1 et 2 du cursus adultes.


Le niveau 1 est accessible habituellement aux jeunes à partir de 14 ans et 12 ans sous conditions.

Le niveau 2 est accessible à partir de 16 ans.

Les prérogatives de ces deux niveaux sont précisées dans le manuel de formation technique.

Les jeunes plongeurs ne peuvent toutefois évoluer en autonomie qu'à compter de leur majorité.

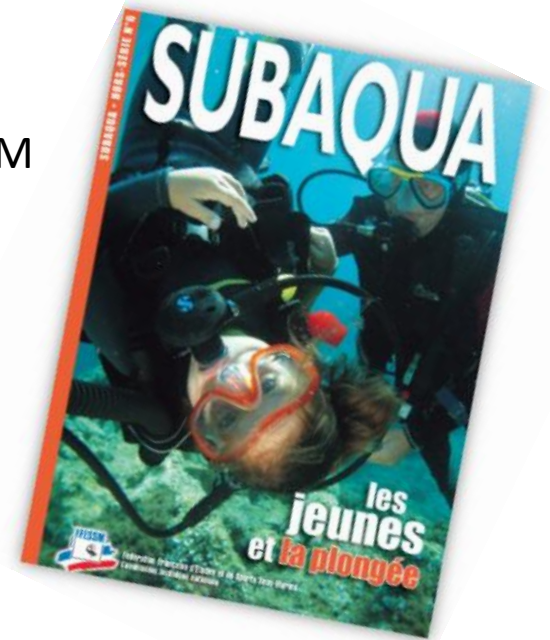
A RETENIR : CURSUS JEUNES = jeunes bulles + jeunes plongeurs

- Initiateur = enseignant pour jeunes (cursus avec et sans scaphandre) en milieu naturel et piscine
- Initiateur = DP en piscine (fosse) de moins de 6 m avec jeunes pratiquants
- Plongée scaphandre (baptême inclus) à partir de 8 ans
- L'âge et les compétences déterminent le niveau de pratique
- Un niveau « jeunes bulles/jeunes plongeurs » peut être délivré sans avoir le niveau inférieur
- La formation et la délivrance d'un niveau peut se faire en piscine et/ou milieu naturel
 - La validation des compétences est faite par E2 minimum
 - La délivrance du niveau est faite par E3 minimum
- La pratique jeunes/ados nécessite :
 - L'autorisation du responsable légal
 - Une licence FFESSM (sauf pour le baptême et la première étoile)
 - Un CACI (sauf pour le baptême et la première étoile) fait par tout médecin ( Attention sauf si jeune en situation de handicap)
- La pratique est prohibée si la température de l'eau inférieure à 12°C
- La pratique est limitée à 25 min si la température de l'eau inférieure à 23°C
- Toutes les plongées sont sans paliers
- Jusqu'à 12 ans une plongée par jour
- Le matériel de plongée et de secours est adapté
- Les formations/évaluations doivent privilégier le jeu (serious-game), les jeux de rôle...
- L'évaluation se fait en continu sur le cursus de formation (pas d'examen mais fiche de suivi)



Sources/ressources plongée jeunes et ados

- ❑ Manuel de formation technique FFESSM
<https://mft.ffessm.fr/pages/documents>
- ❑ Association de Réflexion pour la Plongée des Enfants : ARPE
http://arpe.asso.free.fr/?page_id=147
- ❑ Association pour la Recherche, le Développement et l'Enseignement de la Plongée aux Enfants : ARDEPE
<http://ardepe.fr/>
- ❑ Subaqua hors-série N°6 : les jeunes et la plongée-FFESSM
<http://subaqua.ffessm.fr/hs/les-jeunes-et-la-plongee/>
- ❑ Mémento plongée enfants-Plongée Plaisir-Edition Gap





TECHNIQUE
Haut-Rhin

Stage initial initiateur juin 2020 – CODEP 68

Les Plongeurs En Situation de Handicap : PESH



P. Hector : MF2 FFESSM – DEJEPS plongée subaquatique

Généralités communes à tous les niveaux de qualification PESH

L'orientation des plongeurs vers ce cursus HANDISUB® est effectuée sur la base d'une évaluation in concreto de leurs aptitudes, au vu des aménagements raisonnables qu'il faudra mettre en place.

Si une adaptation des textes fédéraux régissant les qualifications du cursus classique, est nécessaire, alors l'orientation vers le cursus HANDISUB® est obligatoire.

Les apprentissages au sein du cursus HANDISUB® n'excluent pas une progression future vers les cursus classiques, selon le respect des consignes de sécurité.

Comme pour la définition entre le handicap "modéré" ou "majeur", ce passage du cursus HANDISUB® vers le cursus classique peut être ponctuel, ou définitif, selon les particularités et conditions de la plongée envisagée, entre autre...

Au sein de la FFESSM, les plongées pour les Plongeurs En Situation de Handicap (PESH) ne peuvent s'effectuer que si elles sont encadrées par un enseignant breveté et titulaire d'une qualification complémentaire HANDISUB®. Selon que le handicap soit considéré comme « modéré » ou « majeur », la qualification de l'enseignant sera différente, indépendamment de ses prérogatives issues de son diplôme d'origine.

Conformément à la convention signée entre la FFESSM et la FFH d'une part, et la FFESSM et la FFSA d'autre part, le profil de ce médecin est fixé par chaque fédération, et il pourra, si nécessaire, demander un avis auprès d'un confrère spécialiste.

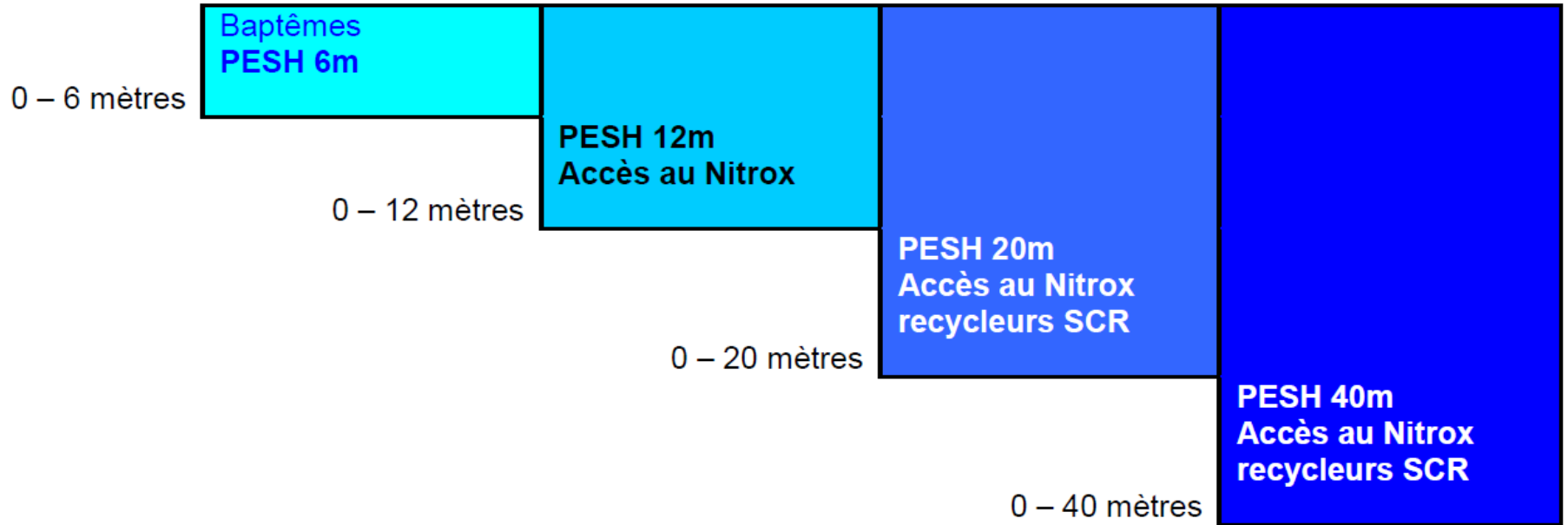
— Les Plongeurs En Situation de Handicap peuvent bénéficier d'une assistance adaptée en encadrement ou en matériel pour évoluer en palanquée encadrée.

— Les plongées doivent rester impérativement dans la courbe de sécurité déterminée par les moyens de décompression utilisés.

— Lorsque la plongée se déroule en piscine ou en fosse de plongée dont la profondeur n'excède pas 6 mètres, le niveau du Directeur de Bassin est au minimum E1. L'encadrement est au minimum E1 avec formation complémentaire au handicap.

— Les plongeurs titulaires d'une qualification « PESH 12m » peuvent accéder à la qualification Nitrox « PN ».

ORGANISATION DE LA PRATIQUE PESH



CONDITIONS PRÉALABLES

Le certificat médical de non contre-indication est obligatoire dès le baptême.

La formation et la pratique ne sont possibles que dans le cadre défini (avec restrictions éventuelles) par le médecin signataire du Certificat médical d’Absence de Contre-Indication à la pratique des activités subaquatique.

TABLEAU DES CONDITIONS DE LA PRATIQUE DE LA PLONGÉE POUR PLONGEUR EN SITUATION DE HANDICAP, EN MILIEU NATUREL EN ENSEIGNEMENT OU EN EXPLORATION

Espaces d'évolution	Niveau de pratique	Compétence minimum de l'encadrement de la palanquée	Effectif maximum de la palanquée, encadrement non compris	DIRECTEUR DE PLONGÉE
	BAPTÊME	E1 + FORMATION HANDISUB	1	Piscine : E1. Milieu naturel : E.3
0 - 6 MÈTRES	« PESH 6m »	E1 + FORMATION HANDISUB	1 en formation. 1 à 2 et équipe mixte en exploration.	Piscine : E1. Milieu naturel : E3.
0 - 12 MÈTRES	« PESH 12m »	E2 + FORMATION HANDISUB	1 en formation. 1 à 2 et équipe mixte en exploration.	Fosse : E3. Milieu naturel : E3.
0 - 20 MÈTRES	« PESH 20m »	E2 + FORMATION HANDISUB	1 en formation. 1 à 2 et équipe mixte en exploration.	Fosse : E3. Milieu naturel : E3.
0 - 40 MÈTRES	« PESH 40m »	E3 + FORMATION HANDISUB	1 en formation. 1 à 2 et équipe mixte en exploration.	Fosse : E3. Milieu naturel : E3.

— Les plongeurs en situation de handicap doivent être équipés d'un détendeur doté d'un deuxième moyen de donner de l'air, sans partage d'embout.

A RETENIR : CURSUS PESH - FFESSM



- L'Initiateur = DP en piscine (fosse) de moins de 6 m avec pratiquants PESH
- L'Initiateur n'est pas un enseignant EH pour PESH
 - L'initiateur peut devenir EH en suivant une/des formation(s) fédérale(s) FFESSM
- Plongée scaphandre (baptême inclus) à partir de 8 ans (on peut avoir un jeune PESH)
- CACI obligatoire dès le baptême
 - CACI fait par médecin du sport, spécialisé plongée ou hyperbare, ou médecin fédéral appartenant à l'une des trois fédérations FFESSM/FFH/FFSA
 - Rq : dans le cas d'un baptême fait à moins de 2m, le CACI peut être fait par tout médecin
- Coursus avec brevets PESH qui n'exclut pas le passage de brevet du cursus classique
- La pratique dépend :
 - de la température de l'eau,
 - des conditions de l'environnement d'accueil,
 - des disponibilités du matériel de plongée adéquat/adapté.
- Toutes les plongées sont sans paliers
- Les formations/évaluations privilégient le jeu (serious-game), les jeux de rôle... pour les jeunes PESH et PESH mentaux
- L'évaluation se fait en continu sur les cursus de formation PESH (pas d'examen mais fiche de suivi)

Sources/ressources plongée PESH

- ❑ Manuel de formation technique FFESSM

<https://mft.ffessm.fr/pages/documents>

- ❑ Guide d'accessibilité : les activités subaquatiques

<https://www.sportsdenature.gouv.fr/guide-accessibilite-activites-subaquatiques>



Pour aller plus loin

Il faut mener une réflexion et avoir du discernement lorsque vous accueillez ou prenez en charge des personnes :

- avec de l'embonpoint plus ou important,
- en surpoids, voire obèse,
- à gabarit hors-normes,
- d'âge avancé,
- en reprise d'activités physiques,
- en reprise de plongée,
- faisant leur première immersion en milieu naturel après formation piscine,
- faisant leur première plongée en lac,
- issus d'autres cursus de formation,
- ...



Il faut donc analyser les contraintes et les risques particuliers en fonction du profil de la personne , adapter la pratique et le style pédagogique pour donner du plaisir aux pratiquants en s'assurant de leur sécurité et de leur confort.

Remarque importante : le profil du pratiquant n'est pas un jugement subjectif. Les seuls critères déterminants sont les compétences de plongée.