

E1 - Les points clés d'une séance d'enseignement pratique

1 - ACCUEIL DES PERSONNES

- Questionner sur expériences du pratiquant, les exercices déjà travaillés, ses attentes...
- Renseigner les personnes sur les cursus, les qualifications, les assurances.
- Se rappeler que la communication passe aussi par le non verbal.
- Adapter votre langage et posture en fonction du public.
- Promouvoir la structure, la fédération et ses activités.
- Vérifier si besoin licence, CACI, brevet.

- Présenter l'objectif de la séance en le justifiant par la logique prérogatives/compétences.
- Se souvenir que la séance s'inscrit dans une progression.

- Se protéger des glissades, chocs, chutes, insolation, coupures, morsures, piqûres...
- Se mettre au calme.
- Etre disponible pour ses élèves.

3 - PRESENTATION DE LA SEANCE

- Donner l'ordre chronologique de la séance avec les conditions de mise à l'eau, de descente, les différentes mises en situation, le positionnement des plongeurs (acteurs/spectateurs), les signes de communication, la remontée, la sortie de l'eau, le déséquipement...
- Remarque : cette phase est le moment privilégié pour redonner les règles spécifiques de sécurité.

Sécurité spécifique

- Prérequis de sécurité ! (Equilibrage oreilles, REC, lestage,...)
- Attention au port des charges !
- Attention aux chutes de blocs, plombs...
- Elèves toujours surveillés, jamais seuls.
- Exercices délicats, un élève après l'autre.

4 - REALISATION DE LA SEANCE

Vérifier l'acquisition des prérequis (s'il y en a)

- Si OK on s'engage dans la séance prévue.
- Si KO on doit les retravailler.

5 - DEBRIEFING

- Faire le bilan de la séance (astuce laisser l'élève s'exprimer en premier) sans se mettre en donneur de leçons !
- Rassurer l'élève se sous-estimant / Recentrer celui se surestimant.
- Enoncer les points négatifs (s'il y en a) sans oublier les points positifs (il y en a forcément)
- Astuce : encadrer un point négatif de points positifs (sucré/salé/sucré)
- Parler du prochain cours.

6 - ECHANGE ENTRE CADRES

Informez les autres formateurs de l'avancée dans la progression ou des remédiations à mettre en place (discussion, fiche de suivi...)

Sécurité générale

Elle est de la responsabilité du DP, mais chaque cadre connaît :

- L'accès au matériel réglementaire de sécurité et d'assistance.
- Le POSS de la piscine.
- Les zones de travail.
- La méthode de désinfection des détendeurs et tubas prêtés.

2 - PRESENTATION DES EXERCICES

- Présenter les exercices du plus simple au plus complexe en donnant les points clés, les conditions de réalisation et les indicateurs de réussite.
- Justifier les exercices (si pas déjà fait en phase d'accueil)
- Utiliser la répétition à sec, la démonstration à sec.

- Elèves toujours surveillés, jamais seuls.
- Exercices délicats, un élève après l'autre. Si nécessaire, tenir l'élève.
- Savoir réagir en cas de situation inhabituelle.