



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
D'ÉTUDES ET
DE SPORTS
SOUS-MARINS



MANUEL DE FORMATION ANIMATEUR

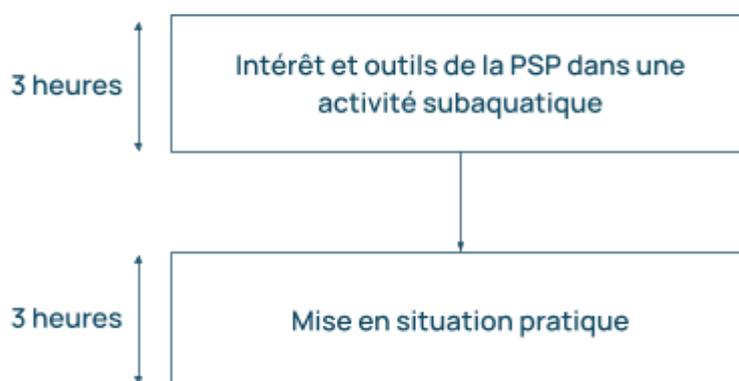


COMMISSION
PLONGÉE SPORTIVE EN PISCINE

FFESSM

ANIMATEUR

ARCHITECTURE GÉNÉRALE DE LA FORMATION



La formation se déroule sur une durée de 6 heures, avec si possible, une mise en application pratique en piscine sur la seconde partie du cycle.

— PRÉSENTATION DE L'ANIMATEUR

Cette formation est organisée par un club, une commission départementale ou régionale.

Le responsable du stage est un EF1 à minima. Ce responsable valide, en amont, l'organisation de cette formation auprès du président de la Commission Régionale Plongée Sportive en Piscine.

Prérogative du responsable :

En tant que E1 à minima de la commission technique, il possède les compétences suivantes :

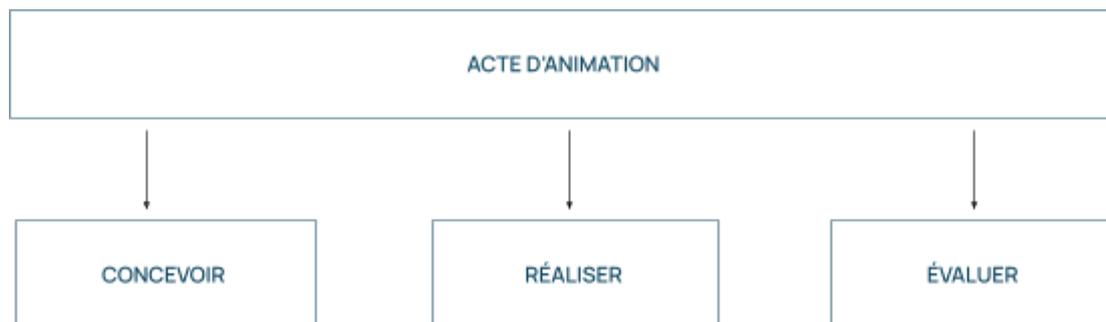
- Connaître le cadre réglementaire de l'activité
- Concevoir, réaliser une séance
- Organiser et sécuriser l'activité
- Connaissances de base en pédagogie

— OBJECTIFS DU PASS ANIMATEUR

La formation vise à utiliser les outils de la plongée sportive en piscine comme une approche ludique pour accomplir des exercices de nage avec palmes, d'apnée ou d'immersion avec équipement de plongée.

L'animateur devra prendre en considération les éléments suivants :

- Adapter la pratique d'activités physiques
- Palmer pour son bien être et sa santé
- Utiliser le matériel à disposition pour une séance attractive
- Contextualiser la séance en fonction des compétences techniques des niveaux de plongée FFESSM
- Créer des séances ludiques, non répétitives



— CONCEVOIR

1 — Objectifs	2 — Commentaires
Préparer une séance.	<p>Identifier la nature du contenu à enseigner.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aborder la notion d'objectif en terme « d'intention » qui peut être précisée en fonction du contexte (objectif final pour une la réussite d'un geste technique ou accomplissement d'une "performance"). • Aborder la notion de progression sur le plan de la gestion de la difficulté et de celle du volume de l'apprentissage. Il en découle la notion de séance et de séquence.
Positionner l'animation dans une progression.	<p>Le positionnement s'appuie sur la notion d'acquis et de prérequis.</p> <p>En pratique, les prérequis sont identifiés en intégrant la notion de déroulement chronologique des apprentissages et des actions à mettre en œuvre.</p>
Justifier la séance.	<p>La séance doit être reliée à l'accomplissement d'un geste technique ou à "performance" dans le cadre de la plongée sportive en piscine et des prérogatives du plongeur</p>
Définir une stratégie d'animation.	<p>L'animateur élabore des situations d'apprentissage qui permettent d'atteindre les objectifs de l'animation, réalisables en fonction des acquis et prenant en compte la sécurité (ex. : exercices/jeux, mises en situation, ...).</p> <p>L'animateur adapte la démarche pédagogique aux spécificités des participants (ex. : jeunes plongeurs, séniors, etc.).</p> <p>L'animateur Identifie les moyens à mettre en œuvre et adapter au contexte de l'animation</p>
Justifier la séance.	<p>L'animateur doit savoir assurer la sécurité d'un groupe de plongeurs en fonction de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • La condition physique et les capacités des participants. • Des particularités du milieu et des moyens utilisés.
Organiser le matériel.	<p>L'animateur doit mettre en place les règles d'hygiène nécessaires à la pratique et assurer l'entretien, le suivi de son matériel.</p>

— **RÉALISER**

1 — Objectifs	2 — Commentaires
Accueillir les plongeurs	<ul style="list-style-type: none"> ● Adopter en toutes circonstances un comportement respectueux des valeurs du sport et de la fédération. ● Accueillir, informer et prendre en charge les plongeurs. ● Avoir un vocabulaire adapté et un comportement respectueux à l'égard des plongeurs. ● Prendre en compte les spécificités des plongeurs (enfants, ados, etc.).
Animer la séance	<ul style="list-style-type: none"> ● Mettre en œuvre une animation adaptée aux participants (jeunes, adultes...). ● Gérer le déroulement temporel de la séance avec la mise en place d'une progression.
Évaluer le niveau physique et technique :	Mettre en place des exercices simples et ludiques pour évaluer le niveau technique et physique des plongeurs. L'animateur pourra utiliser des exercices de nage, d'apnée ou avec bouteille en immersion.
Organisation matérielle	Sélectionner ou fabriquer un matériel ludique adapté à la séance.
Mettre en place des remédiations	Identifier les dysfonctionnements (situation trop complexe, lieu de réalisation inadapté, appréhension inattendue des plongeurs, etc.). Les analyser et réajuster les situations de pratique de l'exercice pour assurer la progression

— MISE EN SITUATION PRATIQUE

La mise en situation devra se dérouler si possible au bord d'un bassin aquatique.

Suivant la disponibilité et la configuration du bassin, les stagiaires aborderont différents exercices à mettre en oeuvre :

- Parcours ludiques permettant le travail physique.
- Pratique d'un geste technique par le jeu. (LRE, Gestion matériel, ...)

A l'issue de la session un débriefing collectif permettra à chacun des stagiaires de partager son expérience et la suite à donner à cette formation.