

# L'ENSEIGNEMENT A 40 M

Philippe MOLTINI

Claude ALAN

**QUI ?**

**Encadré**

**Autonome**

PE 40, niveau II

Pa 40, niveau III

GP - N4

**Objectifs**

**MFT - Code du sport**

QUI ?

MFT - Code du sports

Les attentes

PE

PA

- Assurer sa sécurité
- Communiquer ...

- Autonomie
- Assistance ...

COMMENT ?

Risques de la plongée  
à 40 m ?

PANNE D'AIR

ESOUFFLEMENT

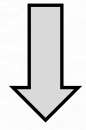
ADD

NARCOSE

GIVRAGE

Comment travailler en toute sécurité ?

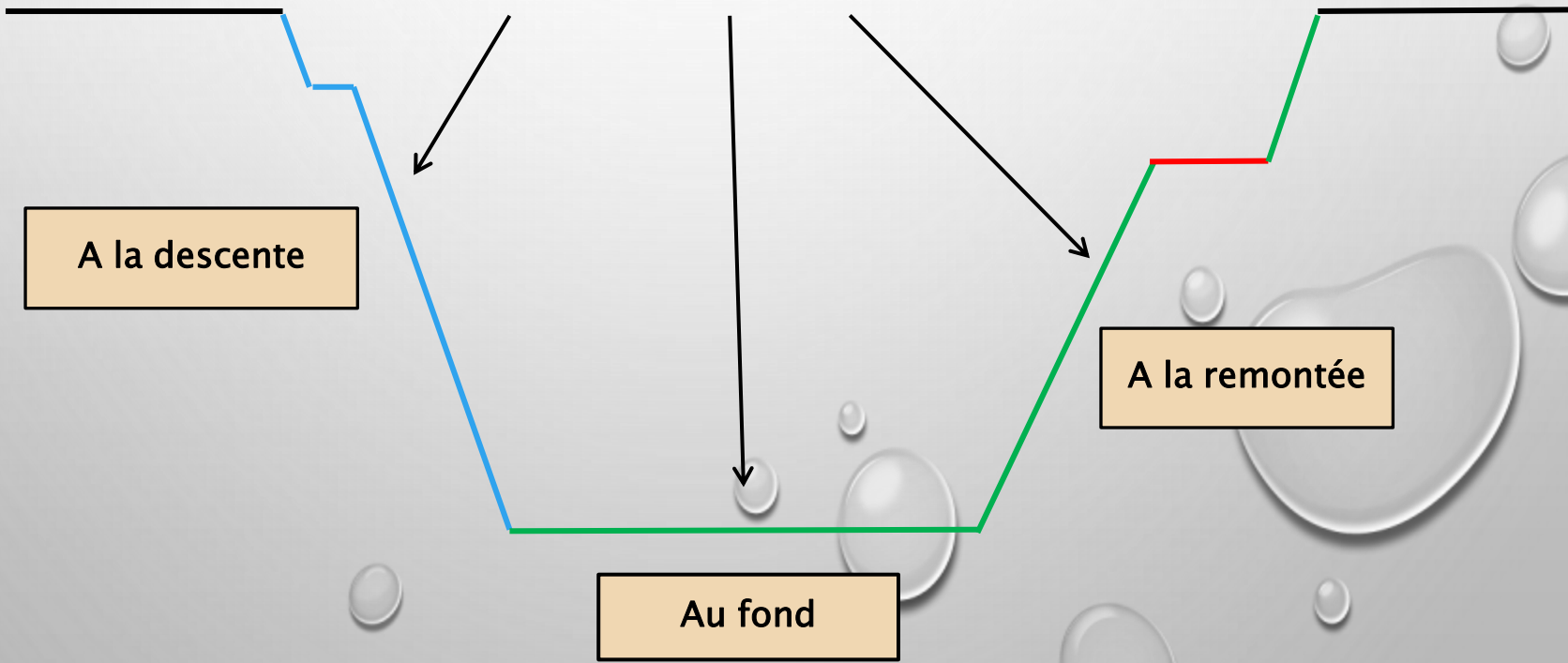
# Comment travailler en toute sécurité ?



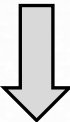
**Structurer son enseignement**

Avant la plongée

Après la plongée



# Comment travailler en toute sécurité ?



Avant la plongée

Combinaisons

Détendeurs

SGS

Physique

Psychique

Questionnement du/des plongeurs ?

Etat

Son matériel

A cette profondeur ?

Où ?

Expérience

Exercices Exploration ?

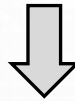
Moyen de décompression

Combien de fois ?

Quand ?

Avec le même matériel ?

**Comment travailler en toute sécurité ?**



**Avant la plongée**

**Questionnement du/des plongeurs ?**



**Evaluation initiale**



**Définir le positionnement du plongeur dans sa formation ?**



**Définir un objectif de séance**

## Comment travailler en toute sécurité ?

Avant la plongée

Déroulement de la  
plongée

Le briefing

Les exercices

Le positionnement des  
élèves

Les consignes de  
sécurité

L'évaluation

La progression

**Attention à la durée du briefing**



## Comment travailler en toute sécurité ?

Le briefing

Déroulement de la plongée

Quand ?

Positionnement des élèves ?

En phoque ?

La descente

Repère visuel ?

En canard ?

Arrêt à 5 m ?

Quelle vitesse ?

# Comment travailler en toute sécurité ?

Le briefing

Déroulement de la plongée

Au fond

Profondeur maximum ?

Durée maximum ?

Contrôles réguliers  
de la consommation

Respect des règles de  
sécurité - DP

Les paliers

La réserve ?

Mi pression

DTR

# Comment travailler en toute sécurité ?

Le briefing

Déroulement de la plongée

Au fond

Combien d'élèves ?

Recommandations  
CTN 2008

1 à 4

En verticalité

Positionnement  
des élèves ?

En statique

En déplacement

# Comment travailler en toute sécurité ?

Le briefing

Déroulement de la plongée

Code de communication

Sur quelle profondeur ?

Au fond

La remédiation

La progression ?

Les exercices

Sur qui ?

En statique ?

En dynamique ?

Evaluation

Combien ?

La verticalité

Critères de réalisation

# Comment travailler en toute sécurité ?

Le briefing



Déroulement de la plongée



Au fond

Procédure ?



Givrage

Prévoir l'imprévu

Le froid

Perte de palanquée

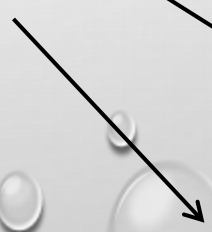


Mauvaise visibilité

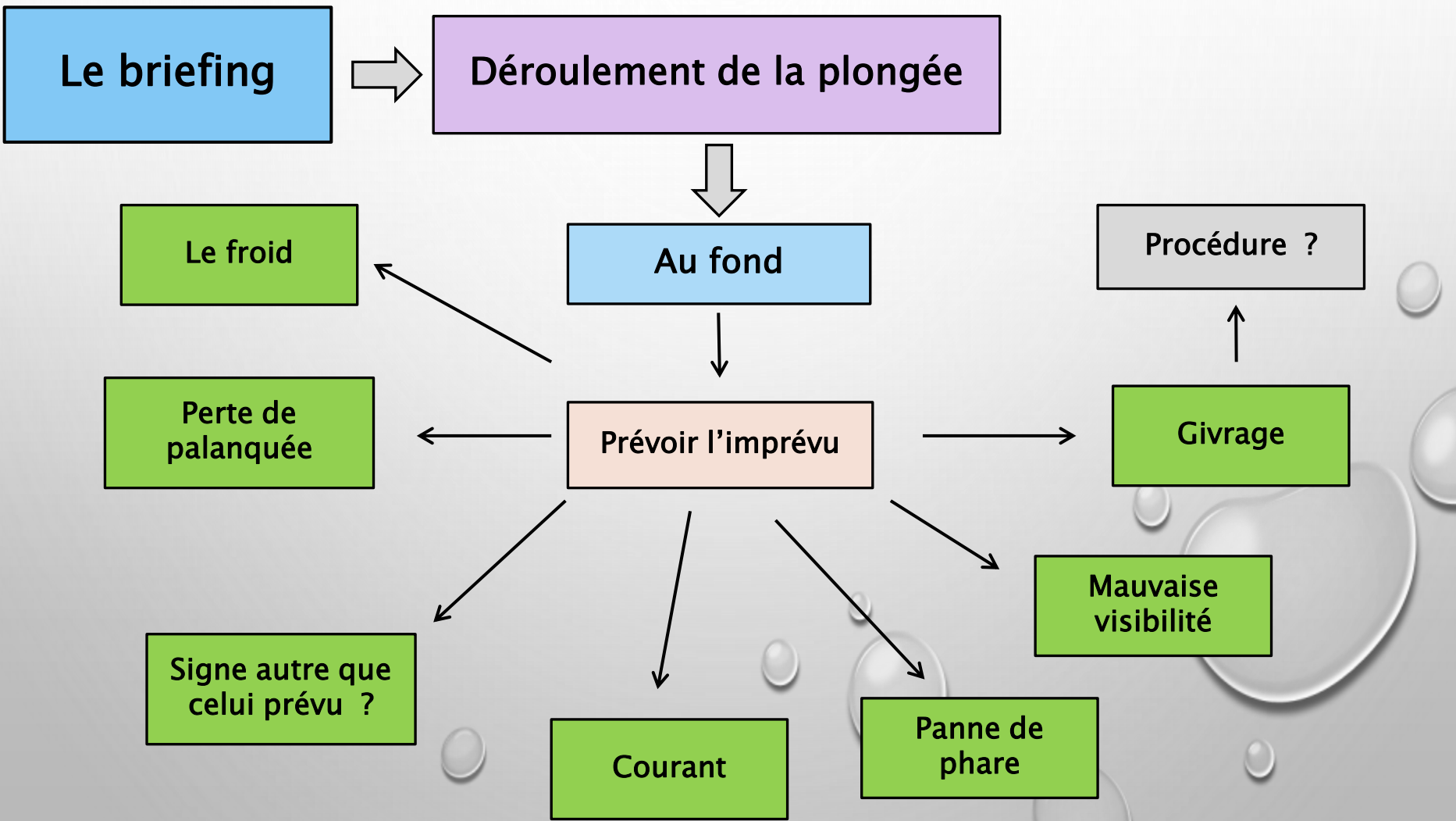
Signe autre que celui prévu ?



Courant



Panne de phare



# Comment travailler en toute sécurité ?

Le briefing



Déroulement de la plongée

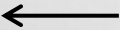


La remontée



Quand ?

Fin des exercices



Règles de sécurité



Sur quel signe ?



Imprévu



Paliers

DTR

Réserve

# Comment travailler en toute sécurité ?

Le briefing



Déroulement de la plongée



La remontée



Comment ?



Positionnement  
des élèves



Paliers



Vitesse de remontée ?



Parachute ?



Code de  
communication



Qui ?

**Comment travailler en toute sécurité ?**

**DEROULEMENT DE LA PLONGEE**



**On dit au briefing ce que l'on va faire  
et  
on fait ce que l'on a dit**



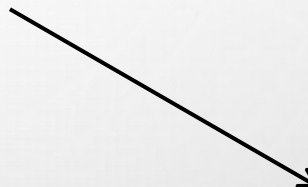
**Pas de place pour  
l'improvisation**



Après la plongée



Le débriefing



Prochaine séance



Evaluation

**Prévention des ADD +++  
hydratation ...**



Points positifs

Axes  
d'amélioration