

Grille de travail sur thème pédagogique initiateur

Niveau 1	Thème pédagogique : panne d'air – camarade relais
Manuel du Moniteur Connaissances, savoir faire, savoir être	Savoir donner de l'air avec l'octopus a un coéquipier en panne d'air.
Manuel du moniteur Commentaires limites	Etre capable de servir de relais entre un coéquipier et le moniteur.
Manuel du moniteur Critère de réalisation	Rechercher le calme et l'efficacité.
Objectif moniteur : quel accident je veux éviter ?	La panique, l'essoufflement, la surpression pulmonaire, la remontée rapide.
Justification de l'exercice à l'élève (ce qui sera dit)	Savoir réagir face à une panne d'air. Savoir donner de l'air a un coéquipier. Réaction a une panne d'air.
Situation dans la progression	LRE Déplacement 10 mètres en apnée. Octopus moniteur (signes panne d'air, demander, se servir)
Préalables - Acquis - Pré requis techniques - Pré requis sécuritaires	PMT/LRE Apnée, signes de communication Valsalva descente et remontée contrôlée REEB
Les difficultés possibles liées à ces exercices. Comment anticiper ?	Panique et remontée rapide. Positionnement (prise en main du camarade, coté de l'octopus) Exécution de l'exercice hors du bassin avec simulation et rappel des signes de communications.
lieu de pratique (ligne, où, comment)	Pratique en piscine dans une ligne d'eau profondeur 3 mètres.
Sécurité mise en place (site, consignes élèves)	Vérifier pré requis, les signes de communication
Exercices Exemple exo vérification exo facile exo évolutif exo situation réelle en plongée	Consignes sécuritaires de mise à l'eau 1. Sur signe panne d'air du coéquipier se diriger rapidement vers le coéquipier le saisir par une sangle et lui présenter son octopus. 2. Panne d'air se diriger rapidement vers le coéquipier qui est de face (celui le plus proche) et saisir son octopus et communiquer. 3. Panne d'air, camarade de dos, se servir l'octopus, communiquer, se déplacer calmement vers le moniteur. 4. Panne d'air, camarade de dos, se servir l'octopus, communiquer, se déplacer calmement vers le moniteur qui prend le relais en donnant son octopus, qui fait le signe « fin de plongée », remontée de la palanquée, TH et OK surface et gonflage gilet en surface.
Séance suivante	Poumon ballast

