

INITIATEUR : Support de travail pour la pédagogie pratique

Sujet / thème pédagogique : Panne d'air

Niveau : 1

Manuel de formation technique (MFT)	Compétence	Mise en œuvre des procédures liées aux différentes situations (dont la panne d'air).
	Techniques	Apnée expiratoire sur une distance de 10 m à l'horizontale et utilisation du détendeur de secours (octopus) du guide de palanquée. Intervention en relais auprès d'un équipier en difficulté : par présentation de son octopus et en simulation d'échange d'embout.
	Théorie associée	Protocoles et procédures : connaissance des codes de communication et des réponses possibles dans le cadre de procédures normales et anormales
	Comportement et évaluation	Réagir à une panne d'air et exécuter la procédure calmement, sans hésitation ni erreur. Interpréter le signe correctement avec action immédiate : apport d'une source d'air, aide à l'équipier, sollicitation du GP. Répétition et la variété des situations d'évaluation.
Objectif en lien avec sécu		Eviter une noyade en cas de panne d'air ou une surpression pulmonaire si remontée panique.
Justification donnée à l'élève		En cas de panne d'air (ce qui est très rare et ne doit pas arriver en plongée), vous devez être capable de demander (signe) et recevoir de l'air avec l'octopus de votre moniteur (entraînement en palmant 10 m en apnée ce qui est plus que la distance maxi à laquelle celui-ci doit se trouver en plongée). Vous devez aussi être capable de donner de l'air à un camarade qui serait en panne d'air à côté de vous avant de rejoindre votre moniteur (vous devez aussi pouvoir le faire en partageant votre détendeur principal avec ce camarade car l'octopus n'est pas un équipement obligatoire pour les plongeurs encadrés entre 0 et 20 m).
Pré-requis sécuritaires et techniques		Pré-requis pour enseignement en petit et grand bassin : lâcher reprise d'embout, signe panne d'air, apnée expiratoire (= apnée en vidant les poumons). Pour enseignement en grand bassin : compensation des oreilles, signes de communication basiques, remontée en soufflant, tour d'horizon, ok surface et sécurité gilet en surface (capelage, décapelage, purge, gonflage).
Situation dans la progression		En milieu de formation après l'enseignement du lâcher reprise d'embout (LRE) (prérequis).
Difficultés possibles (anticipation ?)		Appréhension de ne pas tenir l'apnée expiratoire (→ à travailler en préalable). Difficulté à trouver ou saisir l'octopus s'il n'est pas accroché de manière adéquate (→ vigilance au positionnement et système de fixation). Mouvement entravé si l'octopus n'est pas tenu dans la main située du même côté. Le plongeur peut boire la tasse si l'octopus ne lui est pas présenté fusant avant d'être mis en bouche (→ LRE en prérequis).
Exercices (entre 2 et 4 exercices) Exemple : <ul style="list-style-type: none"> ▪ vérification des prérequis ▪ exo facile (simple, décomposé, à genou au fond, petit bassin...) ▪ évolutif (ex : en dynamique ou stabilisé, plus profond, sans repères visuels, inopiné...) ▪ situation réelle de plongée 		<p>Pour une 1^{ère} séance panne d'air :</p> <p>1) <u>Lâcher reprise d'embout (prérequis)</u> : dans le petit bassin, lâcher reprise d'embout en parcourant 10 mètres (quasiment une largeur) en apnée expiratoire en immersion avant de reprendre le détendeur en bouche</p> <p>2) <u>Recevoir de l'air</u>: le plongeur, agenouillé au fond du grand bassin (profondeur 2m) est face à l'initiateur. Il retire son détendeur (en le gardant en main), expire (apnée expiratoire) et fait le signe panne d'air. L'initiateur saisit le plongeur (bretelle du gilet dans la main droite) et de la main gauche, lui présente son octopus fusant et lui met en bouche (ou, si le plongeur attrape directement l'octopus présenté, l'aide à le mettre en bouche). Demander si ok? après 2 cycles ventilatoires calmes et signe fin de plongée. Cet exercice sert aussi de démonstration « donner de l'air »</p> <p>3) <u>Donner de l'air</u> : idem ex n°2 en inversant les rôles de donneur / receveur.</p> <p>4) <u>Prendre de l'air</u> : dans le grand bain, le plongeur retire son détendeur (à garder en main), souffle (apnée expiratoire) et, en tirant sur le flexible jaune, attrape l'octopus d'un camarade qui lui tourne le dos à proximité directe.</p> <p>Pour une séance d'approfondissement :</p> <p>1) <u>Recevoir et donner de l'air en statique (prérequis)</u> : refaire les exercices n°2 et 3 de la précédente séance ci-contre.</p> <p>2) <u>Panne d'air stabilisé</u> : mêmes exercices (recevoir puis donner de l'air) à réaliser stabilisé au dessus du fond. Après le passage d'octopus, les plongeurs se déplacent cote à cote en se tenant sur quelques mètres (simulation d'un déplacement « camarade relais » pour aller chercher le guide de palanquée) et remontent groupés en sécurité.</p> <p>3) <u>Panne d'air en dynamique</u> : dans le grand bassin, le plongeur parcourt 10 m en apnée expiratoire (détendeur dans la main) en faisant le signe panne d'air pour rejoindre l'initiateur et reçoit son octopus. Puis, ils se déplacent, cote à cote en se tenant, sur quelques mètres et remontent ensemble en sécurité.</p> <p>4) <u>Camarade relais simulation partage de détendeur principal</u> : dans le grand bassin, le plongeur simule le partage de son détendeur principal à un camarade en panne d'air (pas d'octopus). Les plongeurs mettent, chacun leur tour, leur propre détendeur en bouche (pendant 2 cycles ventilatoires) en le gardent toujours dans une main dont le petit doigt est croisé avec celui de l'autre plongeur (pas de partage réel d'embout pour l'hygiène).</p>
Infrastructure et matériel		Petit bassin pour vérification du prérequis lié au lâcher reprise d'embout puis séances dans le grand bassin à 2 mètres de profondeur. Un gilet et bloc par élève et pour l'initiateur.
Timing (durée)		10 à 15 minutes par exercice
Sécurité (profondeur, positionnement, consignes ...)		Consignes : toujours garder son détendeur en main. Initiateur à l'eau en premier et restant à proximité de l'élève. Vérification des prérequis dans le petit bassin avant le grand bassin.