

INITIATEUR : Support de travail pour la pédagogie pratique

Sujet / thème pédagogique : Orientation

Niveau : 2

Manuel de formation technique (MFT)	Compétence	Planifier la plongée en autonomie avec ses équipiers en respectant consignes du DP
	Techniques	Compréhension de la géographie du site et des repères pour s'orienter. Utilisation compas.
	Théorie associée	Réglementation relative aux espaces d'évolution et notions physique pour calcul de l'autonomie et de la consommation (→ utile pour planifier un parcours de plongée)
	Comportement et évaluation	Attention constante à la mise en œuvre du parcours, à la prise de repères. Réaliser un aller-retour au compas sur une distance courte (20 à 30 m) et suivre un court trajet prédéfini.
Objectif moniteur (quel intérêt pour la sécurité ?)		Éviter que le plongeur s'égare ou s'éloigne trop de son point de retour (bateau, berge...) ce qui pourrait conduire à une panne d'air, une noyade, un risque d'être heurté par un bateau si la sortie en surface se fait trop loin, ou autres accidents de plongée en cas de panique.
Justification donnée à l'élève		Vous devez être capable de choisir et d'adapter votre parcours de plongée (en fonction des consignes du DP, du site, de vos prérogatives et de votre consommation en air) et de suivre ce parcours en utilisant des repères d'orientation et un compas.
Pré-requis sécuritaires et techniques		Pas de prérequis pour l'enseignement de l'orientation à proprement dit mais des prérequis sécuritaires sont nécessaires pour la plongée en grand bassin: compensation oreilles, signes, remontée sans bloquer sa respiration avec tour d'horizon / ok surface, gestion du gilet (capelage, décapelage, sécurité surface, gonflage et purge), palmage.
Situation dans la progression		Enseignement dès le début ou milieu de formation et à mettre en pratique et contrôler en cours de formation dans des situations variées sur plusieurs séances ou plongées.
Difficultés possibles (anticipation ?)		Difficulté : manque d'anticipation avant l'immersion (écoute du briefing DP, choix d'un parcours en concertation avec sa palanquée, prise de repères en surface et sous l'eau à l'aller), appréhension sur la complexité d'utiliser un compas et idée préconçue sur une orientation innée sans utilisation de repères « moi, j'ai (ou je n'ai pas) le sens de l'orientation »
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 première séance d'initiation à l'orientation :</p> <p>1) <u>Choisir un parcours et identifier des repères</u> : à sec, sur le bord de la piscine, l'initiateur montre au plongeur une carte (ou un schéma) d'un site de plongée et des photos panorama paysage de ce site de plongée (surface et sous l'eau). Le plongeur doit expliquer le parcours qu'il choisirait (tour d'un sec, aller / retour le long d'un tombant avec critère pour décider du moment du demi-tour et profondeurs choisies pour l'aller et le retour, etc). Il doit aussi indiquer les repères qu'il prendrait pour l'orientation (position du soleil, cap, profondeur au mouillage, reliefs remarquables ou sur le sable, nature des fonds ...). Rappel : regarder régulièrement derrière soi pour prendre des repères utiles au retour et ne pas hésiter à remonter regarder / vérifier l'orientation en surface en cas de doute (si on se sent perdu).</p> <p>2) <u>Repères de distances</u>: deux objets repères sont placés au fond du grand bassin à environ 20 m de distance. Le plongeur parcourt la distance qui sépare ces deux objets en simulant une plongée en mer (= calmement, en prenant le temps d'observer la vie sous-marine) et en prenant des repères spatio temporels (compter le nombre de coups de palmes, regarder la durée du trajet à sa montre pour avoir une idée de combien de mètres on parcourt en X min selon les conditions...). Pour le retour, il doit fermer les yeux et donner la main à l'initiateur qui le guide dans la bonne direction, puis il fait le signe « fin de plongée » quand il estime être revenu au niveau de point de départ et ouvre les yeux pour vérifier s'il est proche et s'il a bien estimé la distance du retour sur la base de l'étalonnage réalisé à l'aller.</p> <p>3) <u>Utilisation du compas</u>: présentation de l'utilisation du compas par l'initiateur et mise en pratique à sec puis dans l'eau : relever un cap (avec la fenêtre de visée puis avec la couronne crantée), suivre un cap à l'aller puis au retour (boussole à plat, repérer un point remarquable dans l'axe ligne de fois et s'y rendre puis prendre un nouveau repère, etc. il s'agit d'avancer par « petits bons successifs » entre des points de repères pour éviter de dévier de son cap et d'avoir le regarder en permanence focalisé sur le compas...)</p> <p>4) <u>Parcours d'orientation</u>: après un briefing type DP de l'initiateur, le plongeur doit suivre un parcours et rapporter un objet « mystère » à trouver parmi plusieurs déposés à différents endroits au fond du grand bassin puis ressortir précisément là où il s'est mis à l'eau. Exemple : mise à l'eau du bord à côté d'un repère (qui est posé au bord du bassin par exemple, au niveau du tiers de la longueur de la ligne), s'immerger à cet endroit, relever la profondeur sur le lieu d'immersion avec l'ordinateur (pour savoir au retour à quel endroit exactement il faudra remonter), longer le tombant (paroi piscine) main gauche sur 10 mètres (à évaluer en nombre de coup de palmes ou à la durée), suivre le cap XX sur 5 m et prendre l'objet qui se trouve là, puis retour selon le même itinéraire. On peut déposer des photos (plastifiées) d'animaux / végétaux marins (tenues par un plomb) pour servir de points de repères sous marins supplémentaires.</p>
Infrastructure et matériel (lieu, blocs, matériel...)		En piscine, sur le bord et dans une ligne sur le bord du grand bassin. Scaphandres pour plongeur et initiateur, compas (ex n°3, 4), ordinateur (ex n°2, 4), schéma site plongée (ex n°1)
Timing (durée)		10 à 15 minutes par exercice
Sécurité (profondeur, position, consignes...)		Consignes et précautions habituelles pour la plongée (pas de risque spécifique à l'enseignement de l'orientation). Initiateur se met à l'eau en 1 ^{er} et reste proche des plongeurs.