

Synthèse de la réunion des moniteurs du Codep95 – 2 février 2025

Gestion de la désaturation et prévention des accidents de décompression (ADD)

1. Apprentissage par le jeu

Les groupes ont exploré différentes façons d'intégrer des jeux dans l'enseignement des gestes techniques en plongée. Plusieurs idées ont émergé :

- Utiliser des **jeux de ballons** ou d'objets pour travailler la stabilisation et la sustentation.
- Introduire des exercices ludiques comme **la plongée à l'aveugle**, les **parcours avec obstacles**, et des **jeux d'équipe** pour favoriser la coordination et la coopération.
- Adapter les jeux en fonction du niveau des élèves, en modulant la profondeur, le lestage et la difficulté des exercices.

2. Engagement et motivation

L'objectif est de rendre l'apprentissage des gestes techniques **moins stressant** et plus engageant. Les propositions incluent :

- **Désacraliser** les gestes techniques en les découpant en petites étapes.
- Mettre en place des **démonstrations participatives**, où les élèves testent progressivement les gestes avant d'être mis en situation réelle.
- Intégrer des **jeux impliquant des défis** (ex : lancer une fusée sous l'eau, frisbee subaquatique) pour créer un environnement motivant.
- Utiliser **le renforcement positif**, avec des feedbacks encourageants et une gestion de l'appréhension via des exercices progressifs.

3. Mémorisation et répétition active

Pour ancrer durablement les gestes, les groupes suggèrent :

- Des **exercices répétitifs sous forme de jeux** (ex : téléphone arabe sous l'eau, jeux de rôle, chasse au trésor avec indices à mémoriser).
- L'utilisation d'**outils interactifs** comme des fiches pratiques, des vidéos, et l'analyse collective de cas concrets.
- L'alternance entre **différents contextes et conditions** pour apprendre à s'adapter (ex : varier le lestage, les contraintes de visibilité).

4. Adaptation aux différents publics et profils

L'accent est mis sur la nécessité d'ajuster l'enseignement aux préférences et styles d'apprentissage des élèves. Les recommandations incluent :

- Varier les **modalités pédagogiques** (visuel, kinesthésique, auditif) pour capter l'attention de tous.
- Introduire des **jeux de réflexion**, des énigmes ou escape games pour mobiliser l'intellect en plus de la pratique.

- Créer des **systèmes de points ou de récompenses**, favorisant l'émulation et la motivation.
- Intégrer des **exercices sensoriels** (ex : plongée yeux fermés pour se concentrer sur les sensations).

5. Dynamique de groupe

L'accent est mis sur l'importance de la **collaboration** et de **l'entraide**. Les idées principales sont :

- **Jeux coopératifs** pour apprendre à communiquer sous l'eau (ex : exercices d'orientation en binôme, relais en palanquée).
- **Olympiades subaquatiques** avec des défis collectifs pour développer l'esprit d'équipe.
- **Mises en situation** nécessitant la coordination des plongeurs (ex : sortie d'un équipier en difficulté, simulation de pannes).

6. Utilisation des nouveaux outils et technologies

Les groupes ont discuté de l'apport des outils numériques et de la réalité virtuelle pour moderniser l'enseignement. Les pistes envisagées :

- **Simulateurs de plongée** pour apprendre la planification et les procédures de décompression.
- **Casques de réalité virtuelle** pour simuler des environnements de plongée variés.
- **Utilisation de drones sous-marins** pour observer des comportements sans intervention humaine directe.
- **Vidéos et analyses post-plongée** pour débriefer les séances et corriger les erreurs.

Synthèse générale

L'ensemble des discussions montre une **volonté forte de rendre l'enseignement de la plongée plus ludique et accessible** tout en restant efficace sur le plan technique. Les axes majeurs qui se dégagent sont :

1. **Favoriser l'apprentissage par le jeu** : Transformer les exercices en défis stimulants permet d'impliquer davantage les élèves et de réduire leur stress.
2. **Individualiser la pédagogie** : Adapter les exercices selon les profils d'apprenants, en modulant les consignes et les supports utilisés.
3. **Renforcer l'esprit d'équipe** : Encourager la coopération via des activités collectives renforce la cohésion et facilite l'apprentissage en situation réelle.
4. **Intégrer les nouvelles technologies** : L'usage des simulateurs, de la vidéo et de la réalité virtuelle apparaît comme un levier pour enrichir la formation et offrir des mises en situation réalistes.

L'approche globale qui émerge vise donc à moderniser la pédagogie des moniteurs, en combinant **plaisir, engagement et efficacité pédagogique**. 🚀 🌊

