

# **Guide de la plongée « ados »**

## **Etude d'un public spécifique de plongeurs**

**Jérôme HLADKY**  
**MF2/BEES 2**  
**Instructeur Régional**



# Préambule

**La plongée enfant a trouvé depuis maintenant plusieurs années son rythme de croisière au sein de la F.F.E.S.S.M.. Mais au moment où la plongée est une activité qui touche une population de plus en plus large, qu'en est-il de notre intérêt pour les publics particuliers ? Il n'y a pas bien sûr, parmi nos pratiquants, qu'enfants ou adultes.**

**Voilà donc tout l'intérêt de la présente étude. S'interroger sur l'apprentissage aux diverses étapes de la vie met clairement en avant le principe d'une recherche d'efficacité dans l'enseignement.**

**Le sujet de la plongée des adolescents, que nous appellerons bien souvent affectueusement « ados », a d'emblée retenu l'attention de certains : parmi ces derniers, je souhaite remercier tout particulièrement le Docteur Paul TERRIER, Instructeur Régional, qui a été à l'initiative des grandes lignes de la première partie de ce document. De nombreuses autres personnes ont été sensibles à la démarche, et notamment :**

**Etienne QUEYRANNE, moniteur de plongée, mon complice subaquatique varois  
Bernard PILLET, Médecin et Instructeur régional,  
Sylvain LANGLOIS, Directeur d'un organisme de séjour jeunes  
Richard POTHIER, Conseiller Technique Régional.**

**Qu'ils en soient remerciés et avec eux, tous ceux qui se sont intéressés au sujet.**

**Ce premier document appelle bien sûr une étude plus approfondie. Il peut constituer, en tout cas, une base de départ pour préciser notre démarche éducative en direction des adolescents.**

# **Guide de la plongée « ados »**

## **Etude d'un public spécifique de plongeurs**

---

### *Sommaire*

---

#### **Titre 1 : l'enseignement en direction des adolescents**

Objectif : cerner les caractéristiques des adolescents, les modes d'enseignement qui leur sont consacrés et la motivation de leur pratique

##### **1/ Connaître le public des adolescents**

- 1.1. Aspects moteurs et psychomoteurs
- 1.2. Aspects psychologiques et intellectuels
- 1.3. Aspects sociologiques
- 1.4. Les traits dominants et les implications en plongée

##### **2/ Piscine ou plongée mer : les formes d'apprentissages et leurs fondements**

- 2.1. Apprentissages «clubs» et «loisirs»
  - 2.1.1. L'apprentissage «club»
  - 2.1.2. L'apprentissage dans le cadre des séjours de vacances
- 2.2. Les fondements théoriques des divers apprentissages
- 2.3. Une situation qui pose de multiples questions

##### **3/ Les motivations de la plongée chez les adolescents**

- 3.1. Le public « ados »
- 3.2. Les grandes tendances
- 3.3. Application en plongée

#### **Titre 2 : l'approche pédagogique**

Objectif : comment adapter les modes d'enseignement et d'évaluation au public, comment aborder ce public

##### **4/ Les ados : un public spécifique**

- 4.1. Un contexte particulier : le cadre réglementaire
- 4.2. Les spécificités du public ados et leurs conséquences sur la relation pédagogique
  - 4.2.1. Maturation, maladresse et conduite à risque...
  - 4.2.2. Instabilité du comportement
  - 4.2.3. Opposition à l'adulte et recherche d'une identité propre

## **5/ Quelques règles simples pour réussir la relation pédagogique avec les adolescents**

- 5.1. Sur le plan de la progression de base
- 5.2. Adapter l'évaluation au public

## **6/ L'encadrement des adolescents**

- 6.1. Dispositions propres à l'encadrement
- 6.2. Sur le plan du rythme de vie et du comportement

## **7/ Les publics difficiles**

- 7.1. Qui sont les publics difficiles ?
- 7.2. L'attitude de l'encadrement
- 7.3. Fixer des limites strictes

## **8/ Préparer une sortie ados**

- 8.1. Cadre général
- 8.2. Concrètement...

# **Introduction**

## **La plongée chez les ados**

La plongée est une activité de plus en plus pratiquée, par une population désormais très hétérogène. D'abord réservée à quelques privilégiés, cette discipline a vu la sphère de ses pratiquants s'élargir progressivement pour devenir une activité classique, à la fois des piscines et des côtes françaises.

Autre évolution notable de ces dernières années, la pratique des plus jeunes s'est développée de façon tout à fait significative. Les enfants ont été l'objet d'un engouement important : la création d'événements comme les Rencontres Internationales de la Plongée Enfant (RIPE) a permis de dynamiser la pratique chez les plus jeunes et une activité qui a longtemps été réservée aux adultes s'est ouverte très largement aux plus jeunes.

Mais curieusement, seuls les enfants (8/12 ans) ont fait l'objet de toute l'attention des encadrants. Un cursus spécifique a été élaboré avec une réflexion globale. Les adolescents, par contre, sont restés intégrés au cursus de progression des adultes, avec simplement un âge minimum fixé pour chaque niveau.

Si elle n'est pas dissociée dans le cursus fédéral, la population des adolescents n'en demeure pas moins bien distincte.

### **Des plongeurs bien particuliers**

Les «ados» constituent véritablement un public spécifique, homogène par ses valeurs, son comportement, sa manière d'être.

Ils possèdent aussi des caractéristiques physiologiques qui leur sont propres et qui, comme les enfants, les distinguent très fortement des autres publics.

Ils constituent un groupe très différent, au contact particulier, voire délicat, qui justifie une approche adaptée.

Ce groupe est souvent redouté par les enseignants et certains, comme pour les enfants, ne s'y risquent pas, car il nécessite, de la part des encadrants, des dispositions pédagogiques particulières.

### **Qu'est-ce que l'adolescence ?**

C'est l'étape de la vie située entre 12 et 20 ans, dont la durée varie selon les époques, les cultures et l'histoire de chacun.

L'adolescence est marquée par la puberté, période de la vie où surviennent de nombreuses transformations (début de l'activité des glandes reproductrices et croissance des caractères sexuels secondaires).

Combien sont-ils ? Les adolescents (exercice fédéral 1998/1999 : jeunes licenciés à la FFESSM) constituent environ 20 000 de nos licenciés ! (pour environ 5 000 enfants – 8/12 ans)

Le nombre de licenciés augmente avec l'âge. Les jeunes licenciés de 8 ans ne sont que 167 puis les chiffres augmentent progressivement :

9 ans : 482

10 ans : 865

Ils sont 1238 âgés de 11 ans, et 1720 âgés de 12 ans. On franchit là, à partir de 11 ans, la barre des 1 000.

Le nombre de pratiquants licenciés franchit un autre seuil à 13 ans (2732). Les 14 ans sont au nombre de 3770, les 15 ans 4572.

Puis, les chiffres retombent. Les licenciés de 16 ans sont 4335 et les 17 ans 3895.

Sur un total de 23 776 jeunes, on compte donc :

. 4 472 jeunes âgés de 8 à 12 ans inclus (soit environ 19 % des jeunes licenciés),

. 19 304 jeunes entre 13 et 17 ans (81 %).

Ces derniers chiffres sont éloquentes : les adolescents constituent un groupe environ quatre fois plus important que les enfants...

### **Étude d'un public spécifique : pourquoi ?**

L'étude de ce public répond à plusieurs objectifs. Mieux connaître les ados permet :

- . d'optimiser l'apprentissage en favorisant la connaissance du public cible
- . de valider les cursus d'apprentissage en les soumettant aux conditions réelles d'exercice et aux publics auxquels ils sont destinés
- . trouver la méthodologie la plus adaptée à ce public
- . mettre en cohérence objectifs, techniques d'enseignement et législation.

Réfléchir sur la plongée ados permet donc de mieux cerner les attentes et les besoins d'un public qui est devenu pratiquant régulier de notre activité. La présente étude s'inscrit donc dans ce cadre et représente un intérêt évident tant pour l'amélioration de l'approche pédagogique que le développement de la pratique des 12/20 ans.

## **Titre 1 : l'enseignement en direction des adolescents**

Objectif : cerner les caractéristiques des adolescents, les modes d'enseignement qui leur sont consacrés et la motivation de leur pratique

Les adolescents constituent un public particulier et homogène.

Le développement des loisirs en direction des plus jeunes a rendu accessible des disciplines sportives qui auparavant n'étaient réservées qu'aux adultes. Les modes de pratique de la plongée se sont développés et ont été adaptés au public des adolescents, qui est devenu une cible commerciale.

Ce groupe possède ses propres valeurs et ses motivations et il est primordial de les cerner afin tout simplement de mieux percevoir ses attentes.

# 1/ Connaître le public des adolescents

L'adolescence est d'abord une étape physiologique qui se traduit par un corps en évolution. Mais c'est aussi un moment de psychologie particulière où les centres d'intérêts, les valeurs, les modes de raisonnement répondent à des logiques bien spéciales. Quant au « relationnel », il se décline sur un mode bien différent des adultes.

## 1.1 Aspects moteurs et psychomoteurs

L'un des aspects dominants de l'adolescence est celui de l'évolution corporelle. En effet, le passage à l'adolescence entraîne des modifications physiques correspondant aux transformations pubertaires :

- . c'est la fin du pic de croissance,
- . le rapport poids / taille atteint lui aussi sa fin
- . les mécanismes de la production d'efforts atteignent leur maturité avec le développement du métabolisme aérobie et celui de la force musculaire.

Il est à noter que la maturation est plus précoce chez les filles.

L'adolescent est en proie à un corps modifié, ce qui entraîne la destruction du schéma corporel, marquée par une indisponibilité motrice relative avec diminution du contrôle de soi, maladresse et mouvements « parasites ». Mais par ailleurs, c'est aussi l'affirmation d'un corps aux possibilités nouvelles qui prend toute sa dimension dans un goût souvent affirmé pour les records et le besoin de surpassement, avec volonté de l'éprouver par des jeux violents.

Durant l'adolescence, le corps finit d'évoluer, tout en offrant à la fois des contraintes et des possibilités supplémentaires. A cette modification de la motricité s'ajoutent d'autres transformations.

## 1.2 Aspects psychologiques et intellectuels

L'adolescence est aussi une phase bien particulière sur ces deux aspects.

Sur le plan psychologique :

Cette période est marquée par des troubles de l'humeur qui donne lieu à une hyper instabilité motrice avec des phases d'agitation et de turbulence, contrastant avec une hypoinstabilité (apathie, asthénie). Peuvent donc s'enchaîner de façon brutale des phases d'enthousiasme et de calme. Cet aspect peut se traduire par l'existence de conflits liés à la puberté (exhibition ou pudeur...).



C'est aussi une phase d'opposition aux valeurs des adultes avec possibilité de conflit à l'autorité .

Il y a recherche d'autonomie et d'une identité propre.

Cette période peut aussi être caractérisée par la tristesse de l'humeur (ennui, asthénie, irritabilité).

#### Sur le plan intellectuel :

L'adolescence est marquée par l'apparition du raisonnement expérimental se caractérisant par l'élaboration vers 11/12 ans de tactiques d'investigations pour interroger le réel.

Les faits sont soumis à interprétation et à procédures de vérification (accès à la pensée hypothético-déductive, intellectualisation utilisée comme mécanisme de défense, possibilité d'entrer dans le monde des adultes)

L'adolescence est aussi la période où l'on tisse de nouvelles relations.

### **1.3 Aspects sociologiques**

On assiste donc à la mise en place de nouvelles relations avec les autres marquées par des périodes de nostalgie et d'inquiétude. Apparaît aussi une prise de distance avec les parents.

L'intérêt est accru pour le propre moi.

L'adolescence est aussi une phase de tâtonnement et d'engagement dans de nouvelles relations amicales, amoureuses, sociales. Le champ des relations de toutes natures s'agrandit.

A lieu aussi une intervention sexuée avec une ségrégation fille/garçon et la possibilité de dissocier l'acte sexuel de la procréation.

Les aspects affectifs sont aussi importants : apparaît une ambiguïté entre les groupes d'amis et les groupes de jeux (attentes et exigences à son égard, interprétation de son comportement).

### **1.4 Les traits dominants et les implications en plongée**

L'adolescence correspond donc à une phase de maturation physique : le jeune découvre un nouveau corps avec des possibilités accrues tant sur le plan de la force que de la résistance. Ceci a bien sûr nombre d'incidences dans notre activité. On peut citer, de façon non exhaustive, plusieurs exemples.

L'évolution physique corporelle des adolescents entraîne souvent de leur part des maladresses, ce qui peut poser problème sur le plan de la manipulation du matériel de plongée et de l'apprentissage en général. L'équipement des adolescents, comme les déplacements en surface avec le matériel, sont par conséquent des moments à surveiller tout particulièrement.

Les dangers de la profondeur et de l'apnée sont connus de tous et cela doit être d'autant plus à surveiller que l'on a face à soi des jeunes très enclins à battre tous les records ou à se tester. Ces dispositions sont susceptibles de créer des conduites à risques et des situations de danger.

Les phases de maturation peuvent être tout à fait variées d'où, dans un groupe de jeunes, apparition de disparités conséquentes qui peuvent être encore plus marquées que chez les adultes. Cela génère, chez les individus, des différences importantes, tant dans les performances (apprentissage) et qu'en terme de résistance (possibilités physiques très disparates).

Par ailleurs, l'humeur des adolescents est souvent sujet à des phases de relative instabilité influençant aussi le comportement des jeunes. Ceci pose, dans le déroulement de l'activité un certain nombre de difficultés :

. la motivation des jeunes ou du groupe peut ainsi être touchée sur la durée par les « hauts et bas » que l'on retrouve dans le comportement des adolescents, et qui ont une influence certaine sur la progression. Le suivi des objectifs et la formation elle-même peuvent être très perturbés par cette dimension qui doit être prise en compte dans l'apprentissage.

. l'irritabilité excessive de certains jeunes, leurs réactions parfois imprévisibles, renforcées par une susceptibilité accrue, ont inmanquablement un retentissement sur la relation pédagogique.

. Enfin, la confrontation à l'adulte et la recherche d'une identité propre, avec un besoin accru d'indépendance sont souvent à l'origine d'une opposition aux règles ou contraintes de formation, d'opposition à l'enseignant lui-même et plus généralement d'une conduite de défiance vis-à-vis de tout ce qui peut apparaître comme étant « normatif », d'où difficulté dans la pratique d'une activité aussi exigeante que la plongée. Le refuge dans le groupe d'amis est souvent considéré dans ce cadre comme une protection contre l'adulte.

Ces quelques exemples permettent d'illustrer la particularité de ce public. Les adolescents ont des caractéristiques propres bien déterminées : leur physiologie est propre, leurs manières d'être et leurs réactions à l'apprentissage sont aussi très spécifiques. Les formes d'apprentissage qui sont justement proposées à l'heure actuelle aux ados correspondent essentiellement à deux modèles relevant de deux types de progression différents.

## 2/ Piscine ou plongée mer : les formes d'apprentissages et leurs fondements

L'apprentissage en direction des ados s'inscrit actuellement dans deux cadres essentiels, l'un traditionnel, s'appuyant sur les structures associatives, et l'autre, de plus en plus répandu et qui s'est développé de façon considérable depuis 10 ans, propres aux structures de vacances et aux séjours organisés.

A ce titre, les adolescents ont bénéficié d'une part du contexte d'explosion des loisirs et de la pratique sportive, et conjointement d'une ouverture vers des disciplines qui auparavant étaient réservées aux adultes.

Le secteur marchand a donc utilisé la plongée comme produit ouvert à tous les jeunes, dans un cadre de vacances.

Mais le secteur traditionnel, le club associatif, continue à être très présent. Le cadre fédéral, jusqu'alors dirigé pour l'essentiel vers les adultes, s'est alors intéressé aux plus jeunes mais les ados ont toujours été rattachés aux formations adultes. Le jeune pratiquant adolescent se trouve donc à cheval entre un cursus enfant et adulte.

### Le cadre fédéral (1)

Dans les références fédérales, les indications que l'on peut rencontrer concernant la population qui nous intéresse se situent à la fois dans la documentation relative aux enfants et dans celle relative aux adultes.

#### Indications générales sur la plongée enfant :

##### *Règles générales :*

Age minimum de 8 ans

Autorisation écrite des parents

##### *Tableau des normes de pratique enfant :*

8/12 ans            5 mètres maximum

12/14 ans           10 mètres si qualification palanquée et plongeur d'or

##### *Conditions d'encadrement et de pratique :*

Milieu naturel : un moniteur pour deux élèves maximum (si qualification palanquée)

Milieu artificiel : un moniteur pour trois élèves maximum

---

(1) Qualification pour les jeunes plongeurs (8/14 ans) - Manuel du moniteur (FFESSM)

*Conditions d'encadrement et de pratique (suite) :*

Maximum 25 minutes

1 seule plongée par jour jusqu'à 12 ans

*Cursus :*

Plongeur de bronze, argent ou or jusqu'à 14 ans

Possibilité de rejoindre le cursus adulte à partir de 12 ans

Le cursus adulte prévoit pour chaque niveau un âge minimum :

Niveau 1 : 14 ans ramenés à 12 sous certaines conditions (donc profondeur d'évolution théorique d'un jeune de 14 ans, espace médian soit 20 mètres, porté à 25 maximum dans les conditions de l'arrêté de 1998)

Niveau 2 : 16 ans (donc profondeur d'évolution théorique d'un jeune de 16 ans, espace lointain soit 40 mètres portés à 45 maximum)

## **Un cadre trop lâche ?**

A la simple lecture de ces paramètres et après avoir parlé dans la première partie des caractéristiques propres de l'adolescent, plusieurs interrogations surgissent. On peut d'emblée se poser la question de savoir comment se passe la saturation chez l'adolescent, dans un contexte de maturation variable selon les individus. Peut-on, d'autre part, faire l'économie d'une réflexion sur l'aspect psychologique de l'évolution en profondeur ? Par ailleurs, lorsque l'on sait que la fin de la maturation pulmonaire a lieu vers 18 ans chez l'adolescent, la profondeur de 45 mètres (que peut atteindre théoriquement un jeune de 16 ans titulaire du niveau 2) doit être abordée avec beaucoup de précautions. Attachons-nous pour l'instant aux formes d'apprentissage.

A l'heure actuelle, deux types d'offres sont proposés aux jeunes plongeurs : l'une est rattachée à l'organisation traditionnelle (annuelle et généralement associative) et l'autre est inscrite dans un cadre ludique et récréatif (plutôt pratiquée par des structures relevant de la sphère marchande).

Ces deux cadres différents mettent en avant des méthodes variées : on apprend dans un cas, sur une semaine (ou moins...), ce que l'on apprend ailleurs sur une année. Quelles réflexions peut-on avoir sur des modes d'apprentissage qui apparaissent si éloignés ?

## **2.1 Apprentissages «clubs» et «loisirs»**

Deux types d'apprentissage sont désormais offerts aux jeunes. Le plus ancien est bien évidemment hérité des structures associatives.

### **2.1.1 L'apprentissage «club»**

La forme d'enseignement repose sur une ou plusieurs séances (ou séquences) hebdomadaires, pratiquées sur la durée d'une année (soit environ 30 séances annuelles).

Le milieu de pratique est la piscine, avec ouverture sur le milieu naturel, dans le cadre des traditionnelles sorties en mer venant concrétiser l'apprentissage d'une année en piscine.

Il est habituellement proposé aux jeunes une formation au brevet élémentaire, puis un accès progressif au niveau 2. La finalité première est donc technique. Mais rapidement, comme dans les structures associatives pratiquant d'autres sports, l'activité est bien entendu le support d'une autre recherche. Dans le cadre des adolescents, les relations des jeunes entre eux deviennent bien souvent le liant du groupe. L'aspect du groupe, des rencontres, est donc l'un des éléments de motivation essentiel des jeunes.

Chez l'adulte, les trois motivations principales (1) que l'on rencontre dans la pratique sont :

- . l'envie de s'amuser, de prendre du plaisir (hédonisme)
- . le besoin de rencontre et de découverte (aspect socialisant)
- . le souhait de progresser (apprentissage)

Dans le cadre du club, la pratique est régulière, sur la durée d'une année en règle générale : l'apprentissage a donc lieu sur une période longue.

Donc :

Au sein des clubs classiques pratiquant une formation annuelle, la structure même de cet apprentissage présente les caractéristiques suivantes :

- . l'année est la période de référence pour la durée d'apprentissage
- . un grand nombre de séances jalonne l'apprentissage (environ une trentaine)
- . mais le cadre de pratique est la piscine principalement (milieu protégé).

Ce cadre présente beaucoup de différences avec le contexte des séjours de vacances.

### 2.1.2 L'apprentissage dans le cadre des séjours de vacances

La plupart du temps sont proposés des séjours à la semaine sous forme de stages de 6 à 10 plongées (environ).

Les brevets (niveau 1 ou 2) sont identiques à ceux proposés par les structures associatives pratiquant un enseignement à l'année (mêmes exigences en terme de savoir faire et de savoir être, même si le cadre lui-même peut varier).

---

(1) Marc DURAND, Mémento de l'éducateur sportif 2ème degré, in « Motivation et pratique sportive », pages 191 et suivantes

Par contre, tout l'apprentissage se fait directement en milieu naturel, sans recours au milieu protégé qu'est la piscine.

Les acquis recherchés sont similaires à l'apprentissage piscine avec beaucoup moins de séances mais avec une pratique directe dans le milieu d'évolution final.

La pratique est la plupart du temps strictement limitée au seul cadre des vacances : il y a donc un apprentissage rapide. Mais, ces « acquis d'une semaine » sont-ils durables ?

## 2.2 Les fondements théoriques des divers apprentissages

On peut déjà s'interroger sur les différences inhérentes à ces deux cadres et se demander si l'on n'a pas deux niveaux distincts (l'un «piscine», l'autre «mer»). On observe traditionnellement une différence de comportement bien naturelle entre les plongeurs formés en mer et en piscine, le passage à la mer étant particulièrement délicat pour les élèves formés en piscine.

La différence entre les formations piscine (qui comprennent 30 séances environ) et mer (6 à 10 plongées) ne semble toutefois pas être probante (le grand nombre de séances de la piscine est compensé par une pratique se déroulant exclusivement en mer dans le cadre des formations estivales).

Mais par ailleurs, la formation dans le cadre de vacances laisse apparaître une formation intensive, sans entraînement « d'entretien » : dans le cadre de colonies de vacances, l'élève fait son stage et la plupart du temps ne replonge que durant ces vacances (soit en fait d'une année sur l'autre, voire plusieurs années après).

Que dire de ces deux types de formation ?

Une première réponse peut être obtenue dans la bibliographie sportive (1).

Apprendre, c'est mettre en mémoire pour être utilisé : on cherche à faire passer une information du niveau conscient au niveau inconscient

La répétition est une nécessité pour pouvoir intégrer des actions, pour 3 raisons :

- . fixation et stabilisation des structures (mentales, motrices) : il s'agit de pouvoir enregistrer les gestes techniques
- . automatisation permettant l'augmentation de la vitesse et de la précision des comportements : pour améliorer l'exécution
- . complexification : pour aller vers des tâches de plus en plus complexes

---

(1) Entre répétition et progression (Henri LAMOUR, Traité thématique de pédagogie de l'E.P.S., Vigot, Paris, 1986)

Répéter est donc important en terme d'apprentissage. Mais qu'en est-il des fréquences de répétitions ? Est-il préférable, dans notre discipline, de grouper les séances ou bien plutôt de les espacer ?

En ce qui concerne ce point, il semblerait que grouper ou espacer les séances doivent dépendre de la nature de la tâche à accomplir (1) :

. les séances espacées, ce que l'on appelle aussi l'apprentissage distribué, sont plus bénéfiques pour les performances dans les tâches motrices élémentaires et dans les tâches dites « d'ajustement ».

. par contre, dès lors que l'on souhaite réaliser des tâches motrices complexes, les séquences rapprochées (ou apprentissage massé) sont plus efficaces.

Mais :

Les deux conditions apparaissent équivalentes vis-à-vis de la mise en mémoire de l'habileté apprise et seule, bien sûr, une pratique régulière permet un maintien des connaissances ou acquis.

Pour l'apprentissage des gestes du brevet élémentaire, qui ne nécessite pas une technicité trop fine, l'apprentissage peut donc être massé ou distribué. Par contre, dès lors que les tâches se compliquent, l'apprentissage massé devient plus pertinent (pour l'apprentissage du système de sécurité gonflable par exemple).

On ne peut donc statuer sur la pertinence d'une de ces deux méthodes et ces deux formes de pratiques sont parfaitement cohérentes : il n'y a donc pas plus d'efficacité de la pratique annuelle par rapport à la pratique «occasionnelle» de vacances.

Ces deux types de pratiques répondent à la fois à un cadre géographique (la piscine étant le lieu de pratique pour les clubs de l'intérieur), dans un contexte de développement des loisirs favorisant l'accès des jeunes à ce type d'activités.

Les deux modes d'apprentissage sont donc efficaces. Néanmoins, on ne peut ignorer qu'ils constituent deux cadres bien différents.

---

(1) Henri HELAL, Mémento de l'éducateur sportif 2ème degré, in «Les conditions d'apprentissage», pages 283 et suivantes)

### 2.3 Une situation qui pose de multiples questions

La situation d'apprentissage précédemment décrite n'est certes pas propre aux adolescents. La même problématique se retrouve chez les adultes, chez lesquels le développement des loisirs a entraîné une pratique ponctuelle, sans entraînement régulier, et avec un contexte «loisirs» valorisant le ludique et la « consommation de prestations ».

Toute problématique concernant l'apprentissage et ses conséquences est à considérer avec plus de force chez les adolescents. En présence de mineurs, la notion de responsabilité est en effet plus présente.

Aborder la plongée chez les ados implique une réflexion dans plusieurs domaines.

. La technique et l'entraînement : peuvent-ils être abordés d'une façon spécifique, susceptible de rendre l'approche plus efficace ? La réponse est indéniablement oui.

. L'approche pédagogique : faut-il avoir pour autant les mêmes réflexes qu'avec les enfants ? Le jeu, conseillé pour les enfants, peut-il l'être pour les ados ? Il faut là, sans doute, nuancer les réponses.

. La maturité, qui sert sans doute pour l'essentiel, à pouvoir évaluer un danger et mesurer une prise de risque, est une donnée particulièrement importante dans l'apprentissage de la plongée : alors comment évaluer la maturité d'un jeune, critère important s'il en est en terme d'évolution sous-marine ? Il faut sans doute aussi préciser ce que l'on entend par maturité en plongée «ados» (savoir évaluer un risque, apporter une réponse cohérente à une situation donnée, savoir mesurer ses actions ?).

. Le cursus adulte comme cadre de référence : n'a-t'on pas intérêt à rechercher les éléments les plus pertinents par rapport à notre population d'étude et à engager une réflexion ciblée, notamment en ce qui concerne l'approche de la profondeur et dans certains points précis (pour les plongées de nuit par exemple) ? Ou plus exactement, ne doit-on pas profiter de ce cadre adulte particulièrement large pour émettre quelques prescriptions susceptibles d'avoir une approche raisonnée de la profondeur ?

De manière générale, il est nécessaire de se pencher sur la «conduite» de l'ado et son adéquation avec l'apprentissage de la plongée : comment gérer, par exemple, le besoin de se dépasser avec l'enseignement d'une discipline par définition non compétitive ?

La plongée en direction des adolescents se satisfait donc actuellement globalement du cadre qui lui a été dessiné par la fédération : à condition d'en faire une lecture éclairée et réfléchie, et de différencier la plongée ados avec les formes traditionnelles réservées aux adultes.



Mieux cerner une population de pratiquants, c'est d'abord se pencher sur ses motivations de pratique, ses difficultés.

Connaître les motivations permet bien sûr de mettre en œuvre une démarche pédagogique adaptée.

### 3/ Les motivations de la plongée chez les ados

Mieux connaître un public, c'est tout simplement pouvoir répondre de façon plus exacte à ses attentes. Rechercher ce qui motive une pratique est donc tout à fait primordial pour qui veut optimiser la relation pédagogique.

A travers l'activité d'un club de plongée situé en Méditerranée et spécialisé dans la formation en direction des adolescents, nous avons cherché à en savoir plus sur la motivations des ados et un questionnaire a été mis en place : plus d'une centaine de jeunes se sont bien volontiers prêtés au jeu.

#### □ Contexte de la mise en place du questionnaire

Ce questionnaire a donc vu le jour dans le cadre des activités d'un club de plongée durant l'été 2001. Diverses observations ont pu être menées dans le cadre des activités de cette structure.

L'année qui a précédé la mise en place du questionnaire, plusieurs points avaient retenu l'attention de l'équipe d'encadrants. En effet, outre la spécificité du public adolescent, nous avons été particulièrement sensibles à plusieurs difficultés rencontrées par nos élèves, et notamment avec le passage des oreilles et certaines pathologies liées (quelques otites s'étaient déclarées, parmi lesquelles quelques cas d'origine barotraumatique). Outre cet aspect, l'approche pédagogique nous intéressait tout particulièrement.

C'est dans ce contexte que, l'année suivante, a été mis en place ce questionnaire aux finalités multiples.

#### □ Finalités du questionnaire :

Elles peuvent se résumer ainsi :

Mieux connaître les adolescents pratiquant la plongée

Cerner leurs motivations

Analyser les problèmes rencontrés, au cours de la progression en général, et plus précisément les difficultés (oreilles notamment) décelées l'année précédente

#### □ Données concernant le questionnaire :

Durant l'été 2001, le club J.DIV'in a donc délivré 106 formations au brevet élémentaire mais un peu moins d'une centaine de questionnaires furent exploitables, avec deux groupes distincts : les 12/14 ans (33 questionnaires) et les 15/17 ans (61 jeunes au total), avec approximativement la moitié de filles et la moitié de garçons.

Il s'agissait donc pour la plupart de plongeurs débutants, bien que la moitié ait déjà fait un baptême.

□ Mise en garde :

Faire un sondage est, lorsque l'on veut l'exploiter statistiquement, un véritable métier que nous n'avons pas la prétention d'avoir exercé à travers cet exercice. Nous n'avons pour notre part cherché à ne déceler que de grandes tendances, sur lesquelles nous nous étendrons après avoir présenté les diverses données du questionnaire. Cette démarche permettra dans une troisième partie de tirer quelques conclusions intéressantes lorsque l'on souhaite aborder un public aussi spécifique que les ados.

### 3.1. Le public « ados »

Le questionnaire de l'été 2001 a permis de mieux le connaître et de s'attacher à sa façon d'aborder la plongée et de la vivre. Les adolescents sont donc :

- Un public sportif, qui pratique des activités au moins deux fois par semaine, principalement dans le contexte scolaire ou associatif
- Qui a déjà pratiqué l'apnée (pour une moitié)
- Le principal facteur déclenchant la pratique de l'activité est :
  - . l'envie personnelle
  - . suivie par le souhait de vouloir découvrir « quelque chose de nouveau »
  - . puis le conseil de connaissances ou d'amis (largement après).

L'activité n'a été subie que dans un seul cas (problème d'inscription sur des séjours proposés par un comité d'entreprise, avec différents choix possibles et erreur d'inscription).

- A environ 75 %, les stagiaires ont envie de continuer après la formation. Quelques stagiaires découvrent que l'eau n'est pas leur élément sans que cela soit vécu comme un traumatisme. Quelques sensations de malaise ou de panique sont décrites.
- Les jeunes sont d'abord sensibles :
  - . à l'apprentissage des signes, des techniques et du matériel
  - . à la découverte de la faune et de la floreIls reconnaissent aussi que la plongée est un moyen de se faire des amis, mais derrière les deux autres motivations énoncées ci-dessus (apprentissage de technique et découverte de la faune et de la flore).
- Concernant le déroulement du stage, la plongée est une activité vécue comme étant d'abord et largement « agréable et passionnante ». Elle est cependant perçue comme étant fatigante

pour environ 40 à 50% des jeunes. Le côté ludique de l'activité aussi est apprécié dans les mêmes proportions.

- Sur les 8 séances, les 12/14 ans ont été majoritairement présents, alors que seulement 2/3 des 15/17 ont fait la totalité du stage. En tête des raisons ayant entraîné l'arrêt, les oreilles, suivi par la fatigue, puis divers problèmes de santé.

A la fin du stage, les jeunes 12/14 ans se sentent plutôt en forme, alors que chez les plus âgés, les ados fatigués sont plus nombreux (parmi lesquels 4 s'avouent « très fatigués »).

- Pour les jeunes, la première qualité qu'il faut avoir pour faire de la plongée, c'est d'être attentif, ce qui est affirmé de manière encore plus marquée chez les 15/17 ans. Quant au fait d'être résistant, seuls 30% des réponses y font allusion. Quelques jeunes insistent sur d'autres qualités comme la motivation, le calme, la bonne santé...
- A la question : « Lors de ma première plongée, j'étais... », la majorité de réponse s'est concentrée sur la case « à l'aise, rassuré par » et arrive en tête dans les raisons de cette aisance à la première plongée la facilité pour respirer. Ce point se confirme par le fait qu'à l'inverse, les jeunes mettent en avant dans les facteurs d'inquiétude, l'appréhension de respirer sous l'eau ou de manquer d'air.

Second facteur favorisant : le moniteur

Troisième : le lieu

- Les jeunes s'avouent aussi souvent impressionnés par le matériel.
- Concernant les sensations douloureuses, les stagiaires ont confessé :
  - . avoir eu « mal aux oreilles » dans 40% des cas
  - . avoir eu des soucis avec le matériel (palmes ou masque blessant...).Les jeunes avouent aussi avoir eu froid.

Une question directe sur le « mal aux oreilles » vient renforcer cette idée de sensibilité développée, qu'ils sont 1 sur 2 à avoir ressenti, proportion même plus élevée chez les plus jeunes.

- A la question, « le moins facile à faire, c'est... », la première réponse est le vidage de masque, suivi par ... le passage des oreilles.
- Concernant le matériel, 2/3 l'ont jugé adapté ; 1/3 l'ont décrit comme peu agréable à porter.

Que peut-on tirer de ces quelques données ?

### 3.2. Les grandes tendances

Il apparaît ainsi clairement un état d'esprit de pratique, tourné largement vers la recherche du plaisir, avec une réelle prise de conscience des diverses dimensions de l'activité.

### La plongée est une activité choisie que l'on souhaite continuer

Première satisfaction, la plongée est une activité qui est choisie par les ados et n'est donc pas subie. Il y a donc une démarche très volontaire, sans doute alimentée par l'envie de découvrir le monde sous-marin. Les conseils des amis interviennent dans la décision de faire cette activité.

Dans 75 % des cas, les jeunes souhaitent continuer, ce qui traduit la forte attractivité de notre discipline. L'envie est donc là. Les jeunes sont sensibles aux aspects techniques et à la découverte de la faune et de la flore : il y a un réel intérêt pour ces aspects de la discipline, variable selon les jeunes mais bien présent et motivant leur pratique.

### Une activité agréable et passionnante, mais aussi fatigante et qui requiert de l'attention

La passion est le mot qui revient le plus dans les réponses des jeunes, qui s'avouent fatigués à la fin du stage de 5 jours. Les 15/17 sont plus nombreux à n'avoir pas fait la totalité des séances. En tête des raisons entraînant un arrêt des séances, les problèmes d'oreille sont fréquemment avancés.

Les jeunes perçoivent rapidement la nécessité d'être attentif dans la pratique de cette activité, alors que la résistance n'est évoquée qu'après.

### Des jeunes impressionnés mais vite rassurés

L'appréhension de la première plongée est, aux dires des jeunes, rapidement surmontée par la facilité qu'éprouvent ces derniers à respirer. Ceci se confirme par le fait que, parmi les stagiaires qui avouent avoir été « inquiets », une majorité met en avant la peur de manquer d'air.

Le moniteur est lui aussi un des premiers facteurs de réussite de la première immersion.

Le matériel impressionne aussi souvent les jeunes qui le jugent à un tiers comme étant peu agréable à porter.

### Dur pour les oreilles !

C'est là une constante car, outre les soucis de froid ou de matériel, la difficulté récurrente apparaissant dans l'apprentissage est le problème des oreilles. Ils sont un sur deux à avoir ressenti des « douleurs ».

Parmi les freins à l'apprentissage, cette difficulté est citée en second, après le vidage de masque.

Ces grandes tendances permettent de dégager des conclusions intéressantes sur le plan de l'apprentissage.

### **3.3. Application en plongée :**

Tout d'abord, ce questionnaire permet de confirmer que deux axes d'apprentissage sont tout à fait incontournables en plongée :

- . la maîtrise de la ventilation, avec l'une de ses application qu'est la dissociation bucco nasale
- . le passage des oreilles (l'équilibration tympanique)

L'absence de maîtrise de ces deux points rend impossible, de fait, tout immersion.

#### **Deux axes essentiels en terme d'apprentissage**

L'appréhension de manquer d'air est certes une donnée que l'on retrouve chez tous les élèves. Chez les jeunes, elle s'exprime clairement à travers des réactions de frein à la pratique, de refus d'exercice, ou de difficulté qui peuvent être rédhibitoires pour le passage d'un niveau. La réussite du vidage de masque est souvent chez les élèves une acquisition considérable qui marque le départ d'une aisance croissante. L'enseignant doit donc apporter un soin tout particulier à cette étape.

Mais c'est sans doute au niveau du passage des oreilles que ce questionnaire est le plus révélateur. Parmi les raisons qui nous ont poussés à mettre en place ce dispositif de suivi, l'expérience de l'année précédente avait été déterminante. En effet, en 2000, 148 jeunes avaient suivi une formation au brevet élémentaire, et parmi ces derniers, une dizaine d'otites s'étaient déclarées, interrompant le stage. Si les otites étaient en grande majorité d'origine infectieuse et étaient largement liées à la qualité des eaux, les difficultés liées au passage des oreilles demeuraient réelles et avaient eu un impact important sur le déroulement des stages. Les pathologies liées aux oreilles (1) sont suffisamment conséquentes pour que le sujet retiennent toute notre attention (barotraumatisme de l'oreille moyenne et surtout interne, avec douleurs, surdités, vertiges...).

La réflexion était donc lancée : à travers ce constat, la question de l'apprentissage du passage des oreilles, basé pour l'essentiel sur la méthode de Valsalva, se posait pleinement.

#### **Modifier la démarche d'enseignement**

Après ce questionnaires, nous avons procédé à une réévaluation de notre enseignement du passage des oreilles. A côté de la méthode de Valsalva, nous avons présenté aussi, de façon systématique et approfondie :

---

(1) Docteur J.L. MELIET, Les accidents de plongée, Editions Akor, 1991, pages 13 et suivantes

- . la déglutition
- . le piston lingual, méthode consistant à appliquer sa langue sur le palais en essayant de repousser ce dernier
- . la béance tubulaire volontaire.

Il est évident que nous n'avons pas évoqué les techniques en ces termes mais que nous les avons présentées de façon compréhensible...

Deux conditions étaient fixées fermement :

- . chaque élève devait maîtriser une méthode dont il devait faire démonstration au moniteur, à charge de ce dernier de vérifier l'information donnée par l'élève,
- . toute gêne (et non plus douleur) ressentie interrompait automatiquement la descente.

Les jeunes avaient donc le choix entre plusieurs méthodes, sachant que la priorité demeurait l'absence de douleur et qu'il était insisté sur le fait de remonter en cas de simple gêne au niveau des oreilles.

En 2001, sur 108 stagiaires, il y a eu aussi de nombreuses otites infectieuses mais aucune barotraumatique.

Tout laisse donc à penser que la méthode de Valsalva peut ne pas être réalisable par tous et parfois même être traumatisante et que donner plusieurs solutions d'apprentissage permet aux jeunes de trouver la méthode la plus adaptée à leur physiologie (souvent, certains affirment d'emblée passer leurs oreilles en avalant).

Le traitement de ce questionnaire permet donc :

1. de valider les domaines d'apprentissage qui doivent retenir prioritairement l'attention des encadrants : la maîtrise de la ventilation, ce n'est pas une surprise, est un groupe tout à fait primordial
2. de confirmer qu'une attention particulière doit être apportée à l'apprentissage du passage des oreilles. Celui-ci doit être basé sur une multitude de « méthodes solutions » plutôt que sur une technique unique (Valsalva) qui peut être délicate dans ses conséquences.

Plusieurs traits dominants permettent de souligner l'importance de certains facteurs : le rôle du moniteur est ainsi particulièrement central. L'approche pédagogique doit tenir compte des éléments relevés dans ce questionnaire.

## **Titre 2 : l'approche pédagogique**

Objectif : adapter les modes d'enseignement et d'évaluation au public, comment aborder ce public

Rendre plus efficace l'enseignement : c'est la recherche permanente des moniteurs qui doivent savoir s'adapter à leurs élèves.

Sur le plan des techniques d'apprentissage :

- . mieux connaître un public permet de cibler les zones de « frein » à la découverte ou à l'apprentissage
- . mieux cerner les zones de difficultés est la première étape pour développer des solutions d'apprentissage

Sur l'évaluation :

- . dans l'apprentissage, la connaissance d'un public ciblé permet de mettre en avant des critères d'évaluation précis.



## 4/ Conditions de pratique de la plongée «ados»

Parmi les contraintes incontournables, il faut d'abord souligner le cadre réglementaire : il s'impose plus fermement par le fait, bien sûr, que nous sommes en présence de mineurs. L'approche pédagogique doit elle-aussi tenir compte de ce fait.

### 4.1 Le cadre réglementaire

La plongée «ados» tombe comme la plongée enfant sous le feu croisé de législations multiples :

Pour commencer, on peut citer notre propre contexte fédéral dont on a déjà évoqué les grandes lignes : le cursus et l'organisation de la pratique (plongée enfant et niveaux 1 et 2, certificat médicaux) sont précisés dans les textes fédéraux (ce cadre a été rappelé en début de seconde partie) et la F.F.E.S.S.M. ayant reçu délégation, elle est reconnue en quelques sortes comme «modèle» d'organisation.

Mais, au dessus du contexte fédéral, le cadre général de déroulement des activités sportives a prioritairement été défini par l'Etat, à la travers la loi sur le sport, établie en 1984 et modifiée en 2000. En plus, notre activité a fait l'objet d'un arrêté spécifique. Ces deux textes constituent ainsi l'ossature générale de notre pratique. Mais lorsqu'elle s'adresse à des mineurs, l'activité doit prendre en compte d'autres textes.

Dès lors que des mineurs sont en question s'applique ainsi tout naturellement la législation qui fait référence à la jeunesse et qui s'attache à définir :

. l'encadrement des séjours de mineurs (hors activité principale) : cette législation s'applique dès lors que, dans le cadre des activités du club, des séjours à l'extérieur sont prévus. Lorsque le séjour prévu est destiné à plus de 12 mineurs et qu'il dépasse 4 nuitées, il est soumis préalablement à déclaration auprès de la Direction Départementale de la Jeunesse. De plus, lorsqu'un séjour est prévu en l'absence des parents, l'encadrement s'entend pour les activités mais aussi pour ce qu'il est convenu d'appeler la vie quotidienne (en gros, après la plongée, la vie continue hors activité et un encadrement doit là aussi être prévu, dans certaines conditions. On a alors recours à des animateurs. A noter que de nombreuses équivalences existent - un BEES est ainsi apte, sous certaines conditions, à assurer des fonctions d'animateur).

. les caractéristiques des lieux d'accueil, hébergement et plongée...

Dès lors que l'on souhaite faire des séjours en direction des mineurs, des dispositions particulières s'appliquent. Elles seront abordées en huitième partie. Mais en dehors des aspects purement réglementaires, la spécificité du public adolescent rend obligatoire une démarche adaptée sur le plan pédagogique.

## 4.2 Les spécificités du public ados et leurs conséquences sur la relation pédagogique

### Rappels

Adolescence, phase de maturation physique : un nouveau corps avec de nouvelles possibilités tant sur le plan de la force que de la résistance et de l'endurance

- . maladresse qui peut poser problème sur le plan de la manipulation du matériel et de l'apprentissage
- . recherche du record posant problème en plongée
- . phase de maturation qui est diverse chez les individus : disparités importantes dans les performances (apprentissage et possibilités physiques très disparates)

Phase de relative instabilité sur la plan de l'humeur et du comportement

- . motivation des jeunes ou du groupe sur la durée (difficulté dans le suivi des objectifs et la réalisation des formations)
- . irritabilité, réactions imprévisibles, susceptibilité accrue

Opposition à l'adulte, recherche d'une identité propre

- . opposition aux règles ou contraintes de formation, opposition à l'enseignant lui-même
- . conduite de défiance ou d'opposition

Au regard des quelques rappels effectués ci-dessus, la tâche semble plutôt rude. Mais en terme de conséquences sur le plan de la pédagogie, il faut savoir intégrer l'ensemble de ces paramètres dans notre approche. De cette faculté à considérer l'ensemble de ces paramètres découle l'efficacité de l'intervention du moniteur.

### 4.2.1. Maturation, maladresse et conduite à risque...

Maladresse : comme cela a déjà été souligné, il convient de prêter une attention toute particulière dans la réalisation d'exercices et dans les tâches associées à l'enseignement : transport du matériel, déplacement sur le lieu de plongée... Le jeune, en pleine croissance, a souvent quelques difficultés à avoir une motricité réellement maîtrisée. S'en suivent chutes, chocs... et bobos divers qui peuvent être plus ou moins graves.

Maturation : il est important de savoir positionner le jeune en terme de maturation physique et d'avoir en tête qu'en fonction du niveau de cette dernière, la capacité des jeunes à faire des efforts peut être très différente ; donc cela nécessite de la part de l'encadrement une forte faculté d'observation et un recours obligatoire à une pédagogie différenciée pour adapter le niveau d'effort à chaque jeune ou groupe de jeunes. Le travail en groupe de niveau doit donc aussi tenir compte de ce phénomène. A noter aussi que le matériel doit, comme pour les enfants, être adapté.

Comportements à risque : il y a là absolue nécessité de savoir tenir les jeunes dans le cadre des exercices et de savoir prévenir leurs réactions (attention, comme nous l'avons vu précédemment, au passage des oreilles, sur lequel beaucoup de jeunes se font mal, parfois en apnée ...).

Dans un autre registre ayant trait aux phénomènes de groupe, les comportements à risques peuvent être amplifiés lors de plongée réunissant plusieurs jeunes susceptibles d'être des camarades de jeux sous l'eau : l'encadrant doit prêter une attention toute particulière à la composition des groupes, pour éviter les cocktails détonants... et ne pas hésiter à être très ferme concernant les comportements en palanquée.

#### 4.2.2. Instabilité du comportement

Certes, les jeunes ne sont pas les seuls concernés... Mais on retrouve souvent chez ces derniers des attitudes exagérées.

Irritabilité et susceptibilité : on assiste souvent à des phases de haut et de bas en terme de comportement, avec des changements qui peuvent être brutaux. Une contrariété, un mot mal interprété peuvent parfois être à l'origine de débordements inattendus. Bien souvent, les réactions les plus vives sont à rechercher dans l'histoire personnelle des jeunes. Mais, notamment dans le cadre de séjours, le rythme de vie doit être particulièrement surveillé et sain car il est garant d'une certaine stabilité de l'humeur. Le rythme de vie est certes journalier mais un séjour doit aussi s'appréhender sur la durée : attention donc tant à l'intensité des stages (plusieurs journées de plongées sont parfois dures à encaisser) qu'au déroulement des journées elles-mêmes (les couchers trop tardifs sont ainsi à proscrire, tant pour le déroulement de l'activité que pour la sécurité du jeune lui-même).

Motivations : la base de la réussite de l'activité est que le jeune l'ait lui-même choisie (c'est mieux !). Mais au delà de cela, le problème du choix se pose parfois différemment : l'activité ou les camarades ? Beaucoup de relationnel et de confiance sont à apporter aux jeunes, que l'on doit orienter vers des choix raisonnés : un temps pour tout... La séance de plongée doit donc être amenée comme une activité à part entière et les conditions de réalisation des séances doivent être clairement annoncées aux jeunes : ils doivent se concentrer sur l'activité, arriver en bonne condition pour la réaliser et en accepter les contraintes. L'annexe « Préparer une sortie « ados » sera là pour proposer ce qui semble être la base du « contrat » à passer avec les jeunes.

#### 4.2.3. Opposition à l'adulte et recherche d'une identité propre

Opposition : il s'agit la plupart du temps d'un besoin d'affirmation et la plongée et son enseignement peuvent aussi être le cadre où naît une attitude de provocation ou de résistance à la consigne donnée par le moniteur. S'exprime ainsi une opposition à l'adulte, et derrière ceci, ce sont toutes les valeurs normatives qui sont remises en question.

L'attitude à adopter doit alors être la plus sereine (ce qu'il est, bien évidemment, très facile d'avancer hors contexte...). Ne pas répondre à la provocation demeure l'attitude de base et il faut s'efforcer de faire comprendre au jeune la nécessité d'une attitude compatible avec la pratique de la plongée, et que le respect des règles et une certaine forme d'obéissance aux consignes sont la base de l'enseignement.

La résistance peut parfois être radicale et très, voire trop, forte ou violente. L'incompréhension ou la résistance du jeune peut être une cause d'interruption de la plongée ou de la formation.

Conduite de défiance : elle s'inscrit dans le même registre que la provocation et le traitement doit être similaire. Dans ces deux cas, l'absence d'attitude raisonnée du jeune peut conduire à une interruption des séances.

Dans la relation pédagogique, il convient bien sûr de tenir compte des caractéristiques propres aux adolescents, dont les traits principaux viennent d'être tracés précédemment. Cette relation pédagogique doit s'en imprégner.

## 5/ Quelques règles simples pour réussir la relation pédagogique avec les adolescents

Fort des précédents développements, peut-on édicter quelques règles simples pour la pratique de la plongée à destination des adolescents ?

### 5.1 Sur le plan de la progression de base :

Il convient, sachant que les jeunes peuvent être venus à la plongée par des voies ou des formations différentes, de prêter une attention particulière à l'évaluation avant la reprise de plongée.

La reprise doit être précédée par une vérification des acquis et la formation doit être revue en cas d'oubli des techniques, ce qui peut se produire aisément lorsque les jeunes ne plongent qu'occasionnellement (ne pas hésiter à reprendre les fondamentaux : vidage de masque, remontée avec expiration...)

L'approche de la profondeur doit se faire de manière très progressive. Si elle est limitée à 10 mètres jusqu'à quatorze ans, le franchissement de cette limite doit se faire en mesurant l'aptitude des jeunes à évoluer au delà. Cette mesure doit se faire tant sur le plan technique (maîtrise des éléments propres à chaque cursus) que psychologique.

On peut mettre en avant quelques éléments particulièrement importants en terme d'évaluation :

#### Base :

Maîtrise technique

Doit se faire par évaluation sur le contenu des cursus (niveaux 1 et 2)  
Doit s'ensuivre une reprise des éléments non maîtrisés en cas d'oubli technique

Le rappel des consignes de sécurité doit être systématique

La compétence 3 « Maîtrise de la ventilation en plongée » est particulièrement importante dans le cursus d'apprentissage en direction des adolescents.

Dès lors que l'aptitude technique et que la connaissance des règles de sécurité sont avérées, la base de l'action pédagogique est constituée. On peut s'attacher à d'autres aspects très importants chez l'adolescent.

## 5.2. Adapter l'évaluation au public :

Dans le cadre d'une progression liée au public des ados, il est important de concentrer l'évaluation de l'apprentissage sur les aspects développés auparavant, tout en conservant le cursus adulte comme point de référence.

### □ Aptitude psychologique, sociale et relationnelle

#### A vérifier : connaissance et compréhension des dangers inhérents à la pratique de la plongée

La faculté du jeune à percevoir la réalité de l'évolution sous l'eau est particulièrement importante et doit permettre au moniteur de moduler la plongée en fonction de la conscience et de la perception du danger chez l'adolescent. Le but est d'arriver à distinguer le jeune :

- . qui pratique la plongée comme une autre activité sans percevoir qu'elle représente un risque
- . de celui qui a une connaissance réelle de la pratique et de ses risques

Certains jeunes ont une inconscience totale du danger, d'où jeux sous l'eau (qui peuvent mettre en danger les autres qui maîtrisent encore peu les techniques : l'arrachage du masque est un grand classique...)

On surveillera tout particulièrement le jeune dans sa capacité à mesurer le danger.

L'oubli de signalement de réserve ou de demi-bouteille sont autant de signes permettant d'évaluer, au delà du simple oubli, une absence de prise en compte du danger.

Donc, à vérifier :

- . réactions et comportement propices à la pratique de la plongée
- . mesure du danger
- . compréhension et réalisation appropriée des exercices techniques et des signes

#### A vérifier : capacité à évoluer en palanquée, à maintenir à l'homogénéité du groupe

On est là dans le domaine du comportement : certains jeunes ne perçoivent pas la nécessité de rester groupés ou font «leur» plongée sans se soucier des autres. Il faut plusieurs fois les rappeler à l'ordre et parfois cela est sans effet.

On surveillera particulièrement la capacité des jeunes à évoluer en palanquée et à avoir le souci de préserver le groupe.

#### A vérifier : capacité à répondre aux sollicitations de l'encadrant

Les jeunes peuvent, lorsqu'ils sont sollicités par l'encadrant :

- . donner une mauvaise réponse : on est là dans le domaine de la compréhension
- . répondre de manière décalée : rejet de la demande ou opposition

. ne pas répondre et demeurer dans un registre purement ludique.

L'encadrant doit pouvoir évaluer les réponses et mettre en adéquation les nécessités de l'enseignement et la faculté des jeunes à y répondre.

La faculté des jeunes à comprendre le sens d'un message est fondamentale. Les réponses décalées, ou qui témoignent d'une incompréhension, doivent alerter l'encadrant.

Donc, sont à vérifier :

- . la compréhension des situations
- . la réalisation appropriée des exercices techniques
- . l'assimilation correcte des signes

A vérifier : capacité à respecter les consignes de sécurité

Le jeune doit être dans des dispositions d'acceptation et d'application de ces règles, sans nuance.

Donc, à vérifier :

- . respect des consignes de sécurité
- . attitude conforme à l'évolution en palanquée

De façon générale, dès qu'il y a dérogation à l'un des principes mis en avant, l'encadrant doit adapter la plongée aux dispositions du jeune (profondeur et lieu d'évolution notamment).

□ Aptitude physique :

A vérifier : capacité du jeune à réaliser les exercices physiques demandés

Ceci s'entend sur le plan du volume mais aussi des techniques apprises.

Les jeunes, en période de croissance peuvent avoir des capacités physiques très variables et l'âge n'est pas un élément unique d'évaluation.

A vérifier : capacité du jeune à passer ses oreilles

- . mise en application des méthodes apprises,
- . gestion du « risque » barotraumatique

Une évaluation spécifique des adolescents et de leur progression est donc tout à fait logique, tout en partant des divers cursus. Dans le niveau 2, l'encadrant devra porter tout son attention, en dehors de la maîtrise technique liée à tout niveau 2, à la gestion de l'autonomie, point totalement central dans la progression des adolescents dans le niveau 2.

Il y a donc lieu de vérifier, dans la progression des adolescents, un certain nombre de points spécifiques, qui viennent construire un schéma de suivi pédagogique adapté.



# **Schéma de suivi pédagogique**

## Résumé de la démarche d'évaluation spécifique

### **Evaluation initiale**

Niveau débutant (contact avec l'eau, aptitude physique et responsabilité)

Niveau déjà acquis (évaluation des écarts par rapport au contenu du diplôme possédé)

### **Contenu de formation**

#### Brevet élémentaire

Compétence 1a	Utiliser son matériel
Compétence 1b	Comportement et gestes techniques en surface
Compétence 2	Immersion et retour en surface
Compétence 3	Maîtrise de la ventilation en plongée (compétence essentielle)
Compétence 4	Réactions aux situations usuelles
Compétence 5 (facultatif)	Cession progressive à la plongée en équipe sur 10 mètres maximum
Compétence 6 :	Connaissances théoriques élémentaires
...	

#### Evaluation spécifique pour les adolescents

Compétence : compréhension des dangers inhérents à la pratique de la plongée

Compétence : capacité à évoluer en palanquée

Compétence : réponse aux sollicitations de l'encadrement

Compétence : respect des consignes de sécurité

Compétence : gestion de l'effort

Compétence : passage des oreilles – capacité à appliquer les techniques enseignées

#### Progression après BE

Compétence : capacité à évoluer en autonomie

## 6. L'encadrement des adolescents :

Travailler avec cette tranche d'âge réclame clairement des dispositions particulières de la part de l'encadrement.

### 6.1 Dispositions propres à l'encadrement :

Enseigner aux adolescents requiert, au regard des éléments que nous avons pu développer précédemment, des dispositions particulières, sans doute assez différentes des aptitudes requises pour travailler avec les enfants. Mais il existe une disposition qui reste commune, car elle est une base pour tout acte d'enseignement : il faut en premier lieu avoir envie de le faire, en direction des ados spécifiquement et en connaissance de cause.

Dans le cadre des leçons, l'encadrant doit savoir créer un lien positif de travail, s'inscrire dans le registre du « copinage » qui est voué à l'échec. Le contact avec les jeunes est particulier. L'entretenir est une priorité et le moniteur doit apporter une attention toute particulière à cette relation qui doit être un mélange d'écoute, d'exigence et d'observation.

Par ailleurs, il faut savoir résister au phénomène de défiance (ne pas répondre aux provocations) : il y a une certaine constante de provocation dans l'attitude des ados et tous ne savent pas y résister avec le sang froid nécessaire. L'encadrant doit connaître à ce niveau ses réactions et ses limites. Le trop de réactivité peut être source de problèmes et l'encadrant est celui dont, dans tous les cas, on exige la réaction la plus positive qui soit. Le travail avec les adolescents demande donc une gestion spécifique de l'acte pédagogique et une prise de recul importante dans la relation enseignant/enseigné.

Car être à l'écoute et observer les comportements sont deux aspects fondamentaux, dans tout acte d'enseignement certes, mais avec les ados, l'observation revêt un caractère différent dans le sens où elle doit porter sur les points ayant trait non seulement à la technique mais aussi et surtout à l'aptitude psychologique.

En définitive, l'encadrant doit savoir créer un contexte de travail, générer de la confiance, maîtriser les excès, écouter.

### 6.2 Sur le plan du rythme de vie et du comportement :

Surtout dans le cadre de séjour de vacances, le rythme de vie des jeunes est à surveiller tout particulièrement car les vacances sont bien évidemment cause de tous les excès et force est de constater que ces derniers commencent de plus en plus tôt.

Donc, l'encadrant doit être à même de gérer les jeunes tant sur la durée de leur stage que dans leur façon de participer aux séances. Il devra être à même d'établir des règles de fonctionnement simples du groupe, portant sur des éléments essentiels :

. horaires : plus qu'auprès de n'importe quelle autre population, l'instauration d'horaires à respecter est importante car elle permet de rythmer l'activité et de lui donner un cadre délimité. Ceci s'entend aussi pour les horaires de coucher et de lever lors des séjours avec nuitées ou dans un contexte « vacances ».

. entretien du matériel : ce sujet est important car il permet d'introduire concrètement des thèmes comme la sécurité, en induisant une participation impérative des jeunes qui concrétise ainsi le respect du matériel (dans un contexte éducatif).

. attitude et obligations du jeune : il est important de fixer des règles avec des limites à ne pas franchir. Il convient d'insister dans cette partie sur leur nécessaire implication dans les activités et dans la réalisation des exercices techniques (que certains parfois refusent de faire...). Ils doivent accepter pleinement les contraintes de l'activité.

Fixer les limites est fondamental et gage de réussite. Un groupe de jeunes se gère à part entière. La fatigue du groupe est aussi particulièrement à surveiller car la faculté des adolescents à encaisser des efforts prolongés peut être très variable. Le discours de l'encadrement doit, face aux jeunes, être clair, homogène et unique.

L'encadrement doit aussi être vigilant quant au matériel et à son utilisation.

### **6.3 Matériel et encadrement :**

Outre le respect du matériel, il est important de l'adapter à la morphologie des jeunes qui peut être la plus variée possible.

#### **Attention au poids du matériel !**

Ainsi, l'encadrant doit faire particulièrement attention à ne pas surcharger ses élèves avec le scaphandre. Mais, face à leur diversité de « corpulence », cela relève parfois du défi. Il convient ainsi d'avoir un matériel varié, du 6 litres au douze litres classique. Pour être cohérent, on peut rapporter le poids du matériel au poids de l'élève : chez l'adulte, le poids du scaphandre représente en général autour de 25 % du poids du plongeur. Cette valeur peut être retenue pour le choix du matériel des ados. Sachant que les jeunes ont parfois une motricité altérée, cette dimension est particulièrement importante pour éviter les chutes avec la bouteille sur le dos.

#### **Le moniteur doit faire avec les gabarits les plus divers...**

En ce qui concerne les masques, ceux-ci doivent être variés (adultes et enfants). La diversité des visages nécessite des modèles différents, avec parfois recours à des masques enfants. Les palmes doivent aussi être de pointures très variées et cela est aussi vrai pour les combinaisons : le moniteur peut se trouver face à un jeune de 12 ans ayant une corpulence d'adulte, tout comme il peut avoir recours à du matériel enfant pour équiper un adolescent de 16 ans. Le matériel doit donc être des plus divers.

### **La manipulation du matériel :**

Dans toutes les manipulations de scaphandre, le moniteur ou un aide doit être présent pour prévenir les risques liés :

- . à la bouteille elle-même
- . à la pression.

Attention également aux ceintures de plomb : en règle général , il faut redoubler d'attention dès lors que les jeunes s'équipent.

L'apprentissage en direction des ados nécessite ainsi de la part de l'encadrement une prise en compte spécifique des caractéristiques qui leur sont propres. Cette attitude permet à l'encadrant de cibler son action directement sur les points susceptibles d'être un frein à l'apprentissage.

## 7/. Les publics difficiles :

L'encadrant est de plus en plus confronté à un public d'adolescents très varié : les comportements des jeunes peuvent être des plus différents et le moniteur doit pouvoir y faire face.

Si l'on est régulièrement confronté en situation d'enseignement, à des oppositions plus ou moins dures de la part des ados, il est important de délimiter un seuil au delà duquel l'attitude d'un jeune devient incompatible avec la pratique d'une activité classée à risque.

### 7.1. Qui sont les publics difficiles ?

Il s'agit de jeunes dont le comportement se caractérise par la difficulté à accepter les règles de la vie en collectivité, qui montre une attitude réfractaire à toute hiérarchie, qui ont pu avoir parfois à faire à la justice... Ce semblant de définition permet d'attirer l'attention sur la particularité de ce public.

Les cas de figure peuvent être multiples et variés. Ils sont tout sauf stéréotypés.

Ils sortent d'une relation pédagogique classique.

Dès lors que l'attitude du jeune va à l'encontre des règles de sécurité, ce qui constitue un champs assez vaste, la séance doit être reconsidérée, aménagée ou parfois même interrompue.

L'encadrant doit être attentif à l'attitude générale qui doit être propice à l'apprentissage et à l'écoute. Le comportement dans l'eau est l'autre point à surveiller.

La capacité à suivre l'apprentissage et l'attitude sous l'eau sont deux points particulièrement importants.

### 7.2 L'attitude de l'encadrement :

En fonction des populations rencontrées, l'attitude suivante doit être adoptée par l'encadrant :

1. Définition des règles d'apprentissage avec limites infranchissables déterminées préalablement et régulièrement répétées ; ce point est particulièrement important. Il convient de passer un véritable contrat avec les jeunes, basé sur le respect de règles déterminées par l'encadrant. Ces règles doivent fixer des repères sur l'ensemble des aspects liés à la formation :
  - Comportement à terre et sous l'eau
  - Attitude durant l'apprentissage

Participation attendue...

Les limites fixées doivent être tenues et le non respect sanctionné.

2. Encadrement renforcé dans l'eau et hors de l'eau : le cadre réglementaire constitue un minimum. En fonction du public, le moniteur doit les adapter, l'encadrement s'entendant aussi bien pendant qu'en dehors de l'activité elle-même : sur le bateau ou à terre par exemple.
3. Evaluation permanente avec interruption des séances dès lors que les limites définies sont franchies : les repères doivent être constamment redonnés.
4. Reprise permanente de la progression avec moment d'évaluation régulier afin de rappeler constamment les règles de fonctionnement de la pratique

Il est important, si l'on travaille avec une structure (centre social, service municipal..) de contractualiser ce mode de fonctionnement (convention) afin qu'il ne puisse y avoir contestation et que le mode d'apprentissage soit clairement établi et ait fait l'objet d'un consensus écrit.

L'encadrement hors de l'eau doit être renforcé, notamment pour les aspects liés au voisinage.

### **7.3 Fixer des limites strictes**

Dans le cadre d'intervention, l'encadrement doit garder en tête les règles de base de notre activité. Il doit être très vigilant aux aspects entourant la sécurité de la pratique et ainsi, dès lors que celle-ci est menacée, l'activité doit être interrompue.

De même, les attitudes d'intolérance ou d'irrespect doivent être sanctionnées afin que puisse s'instaurer une vraie relation de confiance et de construction pédagogique.

Toutes ces dispositions sont à faire figurer dans l'acte contractuel que nous avons évoqué auparavant.

Dans un tel contexte, l'encadrement doit redoubler de prudence et de précaution, tant dans le fond que dans la forme. Il convient d'établir des règles et que celles-ci soient fixées par écrit et respectées.

## 8/ Préparer une sortie «ados»

Dès lors que l'on s'adresse à des mineurs, il convient de prendre des dispositions en terme d'organisation des activités et des séjours.

Les sorties en mer étant un débouché fréquent de notre activité, et les mineurs y ayant une place de plus en plus importante, il convient de suivre la législation propre à l'organisation de séjours à destination des jeunes, sous le coup de laquelle tombe tout naturellement nos séjours plongée.

Les séjours de jeunes sont donc sous le contrôle de l'autorité publique qui garantit les conditions sanitaires, matérielles, morales et éducatives de la « sortie ».

### 8.1. Cadre général :

#### 8.1.1. Définition :

Les stages sportifs, organisés par les associations sportives, doivent respecter le décret 60-94 du 29 janvier 1960.

Les organisateurs doivent ainsi se soumettre à deux obligations essentielles :

- procéder à une déclaration préalable
- être implanté dans des locaux conformes aux normes de sécurité.

Ainsi, dès lors que l'on organise des séjours où sont hébergés collectivement, hors du domicile familial, au moins 12 mineurs âgés de plus de 4 ans, pour une durée supérieure à cinq nuits, il y a obligation de déclaration auprès des Directions Départementales de la Jeunesse (D.D.J.) du lieu de résidence du déclarant (siège social du club).

Les D.D.J. peuvent par ce biais contrôler que le séjour envisagé est bien organisé selon le respect de la législation en vigueur.

Cette déclaration est à effectuer :

- 1 mois avant le départ pour les séjours organisés en France
- 2 mois avant le départ pour les séjours organisés à l'étranger.

#### 8.12. L'encadrement :

L'encadrement doit être composé d'un directeur et d'animateurs. Il doit y avoir:

- . un animateur pour dix enfants
- . un animateur pour 12 jeunes dans le cas d'adolescents (plus de quatorze ans).

L'animation possède ses diplômes spécifiques. Il s'agit principalement du brevet d'aptitude aux fonctions de directeur (B.A.F.D.) et du brevet d'aptitude aux fonctions d'animation

(B.A.F.A.). De nombreuses équivalences, sous conditions, existent avec d'autres diplômes comme par exemple le brevet d'état d'éducateur sportif.

Un des membres de l'équipe d'encadrement doit aussi remplir les fonctions d'assistant sanitaire, et à ce titre être titulaire au minimum de l'Attestation de Formation aux Premiers Secours (A.F.P.S.).

#### 8.1.3. Les activités :

Elles doivent se faire conformément aux dispositions édictées dans la loi 84-610 du 16 juillet 1984 modifiée. Attention donc dans le cadre de séjours avec plusieurs activités à ce que l'ensemble des activités soient donc bien pratiquées selon la législation en vigueur.

#### 8.1.4. Quelques recommandations ou obligations :

La nourriture doit être variée, équilibrée et servie en quantité suffisante. Le rôle du directeur est important dans le choix des menus et leur composition. Les boissons alcoolisées sont interdites au mineurs de moins de quatorze ans.

Il est interdit de fumer dans les locaux servant de lieux d'activités ou d'hébergement pour les jeunes de moins de seize ans. Même au delà, à titre de prévention des incendies, il convient de réglementer l'usage de la cigarette. L'usage de substances illicites est quant à lui un délit.

## **8.2. Concrètement...**

La préparation d'un séjour passe bien évidemment par un certain nombre de tâches administratives préalables. Outre la déclaration qui doit être faite dans les délais indiqués ci-dessus, le responsable du séjour doit produire un certain nombre de documents.

#### 8.2.1/ Les documents :

##### Le projet pédagogique :

La finalité globale du séjour doit être définie à travers un projet pédagogique, qui décrira dans ses grandes lignes l'action mise en œuvre, en définira les objectifs et détaillera les moyens réunis pour y arriver.

Doivent y être ajoutés d'autres éléments relatifs au rythme de vie des jeunes (une journée type est toujours bien vue, ainsi qu'un plan de déroulement global du séjour : prévisionnel d'activités, sorties, veillée...).

Concernant les objectifs, on retrouvera classiquement au sein des clubs de plongée, la volonté de concrétiser l'apprentissage d'une année de piscine, ou le souhait de faire



découvrir le monde sous-marin. Des objectifs plus précis peuvent être définis : approche faune et flore... L'aspect de la vie en collectivité doit aussi être abordé (repas, gestion du sommeil...).

Parmi les moyens, il convient de détailler :

- . l'équipe d'encadrement en distinguant vie quotidienne et activité, si l'encadrement est distinct pour ces deux parties,
- . les moyens matériels : véhicules sur place, bateaux...
- . les divers autres points et notamment financiers : budget pédagogique...

#### Le registre de présence :

Ce registre comporte les noms, prénoms et dates de naissance des jeunes, auxquels doivent être ajoutés leurs dates de départ et d'arrivée.

Il permet de tenir à jour la liste des présents et sera réclamé par l'inspecteur de la Jeunesse et des sports en cas de contrôle.

#### Les numéros obligatoires :

Un certain nombre de numéros sont à afficher et à tenir à la disposition des jeunes et de l'équipe d'animation.

Il s'agit la plupart du temps des numéros d'urgence (pompiers, samu, police, gendarmerie, centre médical, hôpital, centre anti-poison, enfance maltraitée, DDJ...)

Les D.D.J. peuvent fournir une liste exhaustive des numéros à afficher.

#### 8.2.2/ L'équipe pédagogique :

Il convient donc de constituer une équipe en fonction bien sûr de l'effectif de jeunes présents au cours du séjour, tout en respectant les normes d'encadrement fixées (voir première partie).

Les encadrants doivent posséder les divers diplômes requis pour les séjours de vacances : si un recrutement extérieur est réalisé, il sera prudent de s'assurer que les personnes recrutées ne font pas l'objet de condamnation rendant leur candidature invalide. A ce titre, un extrait de casier judiciaire peut être demandé (bulletin n° 3) et la liste des personnes interdites de fonctions d'animation ou de direction peut être consultée auprès des services de la Jeunesse et des Sports.

Un certain nombre d'équivalences existe entre diplômes mais avant de rentrer dans ce domaine, il est important de déterminer les tâches et les besoins : l'encadrement plongée doit être bien évidemment parfaitement constitué mais aussi l'encadrement lié à la partie de gestion de la vie quotidienne. Il sera donc nécessaire de déterminer :

- . 1 directeur
- . des animateurs
- . 1 assistant sanitaire (qui peut cumuler les fonctions d'animateur et d'assistant sanitaire, mais devant au minimum être titulaire de l'A.F.P.S.)

Le cas échéant, lors de séjours particulièrement importants, un économiste peut être nommé : il sera chargé de gérer les finances du séjour, sous l'autorité du directeur.

Il est important de posséder pour chaque membre de l'équipe une photocopie des titres et diplômes afin de s'assurer de l'aptitude des personnes à encadrer les jeunes. Une vérification des originaux s'impose néanmoins.

Des mesures propres à la prévention de la pédophilie doivent aussi être envisagées et établies clairement avec le personnel : à ce titre, des précautions identiques à celles mises en œuvre avec les enfants doivent être établies : jamais une personne seule avec les jeunes, pas d'attitude «équivoque », attention aux moments sensibles (douches, couchers...), évoquer les problèmes s'ils surviennent.

#### Entrer en contact avec les Directions Départementales de la Jeunesse (D.D.J.) :

La déclaration du séjour est une démarche particulièrement importante, qui, comme précédemment indiquée, constitue d'abord une obligation dès lors que l'on organise des séjours où sont hébergés collectivement, hors du domicile familial, au moins 12 mineurs âgés de plus de 4 ans, pour une durée supérieure à cinq nuits.

Des formulaires types existent et sont à retirer auprès des D.D.J..

#### Les dossiers des participants :

Il est par ailleurs important de posséder les informations nécessaires relatives aux participants. Elles permettent aux responsables du séjour d'assumer pleinement son rôle et de pouvoir agir en cas de problèmes. Ce sont :

- Les autorisations parentales ou des responsables légaux ou tuteurs :
  - Autorisation parentale pour la pratique de l'activité
  - Autorisation parentale pour le suivi du stage et du séjour, conférant au responsable le droit de prendre toute décision relative à la santé du jeune (soins, hospitalisations, opérations ...)
- Fiche sanitaire de liaison : il s'agit d'une fiche type sur laquelle figure l'ensemble des renseignements propres à la santé du jeune (Attestation des vaccinations du jeune, antécédents...)

- Certificat médical : pour la pratique de toutes les activités sportives prévues

### La structure d'accueil

La structure d'accueil doit posséder, sauf dans certains cas particuliers, un agrément pour recevoir des jeunes en collectivité.

Préparer une sortie en direction des adolescents ne s'improvise donc pas et une réelle préparation s'impose : pour respecter la réglementation d'une part, et pour envisager l'ensemble des paramètres dépassant le cadre de la simple pratique subaquatique.

## ***En conclusion...***

Les adolescents constituaient en 1999 quelques 20.000 de nos adhérents. Les quelques lignes précédentes ont permis de montrer à quel point ce public avait ses particularités.

### ***Améliorer la connaissance du public...***

Le cursus fédéral prévoit un contexte général qui définit *a minima* la plongée à destination des adolescents : à partir de 14 ans (12 ans sur dérogation) s'ouvrent les portes du brevet élémentaire, strictement inscrit dans un cursus qui s'adresse pour l'essentiel aux adultes. En dessous, le cursus enfant s'applique. Fidèle à ses usages, le cadre fédéral entend laisser au moniteur un cadre pédagogique lui permettant d'établir lui-même ses propres contours pédagogiques. Le cursus laisse, comme à l'accoutumée, une large marge de manoeuvre à l'enseignant qui doit savoir en user à bon escient.

Il est donc nécessaire, dans ce contexte, de connaître précisément les publics spécifiques et force est de constater que la connaissance des adolescents n'a pas été développée. Car toutes les démarches vis-à-vis de ce public sont empruntées d'un certain embarras.

Nous avons su développer une démarche adaptée en direction des enfants : dans ce cadre, cela s'imposait de par le fait que le cursus adulte était complètement inadapté à la pratique des enfants (à l'image d'un douze litres sur les épaules d'un enfant de 8 ans !).

Que les sceptiques se fassent une raison : la plongée est sans doute l'une des rares disciplines à ignorer encore les publics spécifiques (comme pour les ados, on commence seulement à entendre parler de la plongée chez les « séniors » qui sera immanquablement et de plus en plus une réalité). Un célèbre groupement américain a lancé récemment, à forte publicité, une démarche adaptée aux ados. Cela constitue à coup sûr un message fort : ce public est là, bien présent, aime notre activité et s'y retrouve.

Car il faut bien réaliser que les ados, en dépit du fait qu'ils constituent un public homogène, sont de plus en plus nombreux à venir vers notre activité. Il convient de considérer cette réalité et d'approfondir notre connaissance de ce public pour développer les éléments qu'il vient rechercher à travers la pratique de la plongée.

### ***Pour mieux répondre à ses attentes...***

Mieux connaître une population permet, en cernant mieux ses attentes, son mode de fonctionnement et ses valeurs, de l'aborder avec plus d'efficacité.

Le contenu technique lié au brevet est certes invariable et il a été démontré l'intérêt de pratiquer une évaluation spécifique au public des adolescents.

Par ailleurs, le moniteur doit savoir utiliser tous les vecteurs de notre discipline pour garder intact la motivation des jeunes :

- la technique : les jeunes sont souvent fascinés par le matériel de plongée, la maîtrise d'outil technique comme le SSG, ou la pratique d'exercice comme le sauvetage sont des éléments dont il faut se servir pour responsabiliser et intéresser les adolescents.
- la biologie sous-marine : les jeunes sont très sensibles à la protection de l'environnement et la plongée constitue un moyen extraordinaire de comprendre les écosystèmes et leur fragilité. Notre activité répond vraiment à ces attentes.
- la mer en général : la navigation, le matelotage... sont autant de sujets tournant autour de notre activité que le moniteur peut développer en direction des ados.

Le moniteur doit savoir utiliser tous ces éléments pour répondre aux attentes des jeunes et faire preuve d'originalité pour les impliquer, tout en restant bien sûr dans une logique de sécurité. De plus, tous ces éléments permettent de gérer la progression des jeunes sur la durée (4 ans pour passer 2 niveaux à un âge où les capacités explosent...).

***Tout en attirant notre attention sur les aspects spécifiques notamment liés à la sécurité de la pratique***

La connaissance des publics spécifiques permet d'aborder avec un recul approprié certains sujets qui ne font pas l'objet de prescriptions précises :

. l'approche de la profondeur : il est clair, au vu des arguments développés dans les paragraphes précédents, que celle-ci doit se faire avec beaucoup de prudence et que la notion de progression doit mener la réflexion du moniteur ;

. la plongée en conditions particulières (plongée de nuit...) : là aussi, la prudence doit rester de mise.

De toute évidence, nous avons tout intérêt à développer la connaissance des divers publics, tant pour préserver nos adhérents que pour maintenir l'attrait de notre discipline.

## Bibliographie sommaire

Manuel de l'éducateur sportif, édition Vigot

« Entre répétition et progression » par Henri LAMOUR, Traité thématique de pédagogie de l'E.P.S., Vigot, Paris, 1986

Henri HELAL, Mémento de l'éducateur sportif 2ème degré, in «Les conditions d'apprentissage», pages 283 et suivantes

Marc DURAND, Mémento de l'éducateur sportif 2ème degré, in « Motivation et pratique sportive », pages 191 et suivantes

Qualifications pour les jeunes plongeurs (8/14 ans) - Manuel du moniteur (FFESSM)

Loi de juillet 1984 modifiée en 2000 : loi sur le sport

Décret 60-94 du 29 janvier 1960 : législation des centres de vacances.

Roger SONCARRIEU, Guide usuel des centres de vacances, Abrégé de réglementation, Edition Juris, 1999

Docteur J.L. MELIET, Les accidents de plongée, Editions Akor, 1991, pages 13 et suivantes

Richard B. ALDERMAN, Manuel de psychologie du sport, Vigot, 1983

Dictionnaire Petit Larousse, 1996