



IDÉES REÇUES COLLÈGE DES INSTRUCTEURS AURA 20 SEPTEMBRE 2025

PRESENTATION TRAVAIL IRS N.BASSET



PRÉSENTATION DU SUJET

| PRÉSENTATION DU SUJET



- Beaucoup de moniteurs en titre ou moniteurs stagiaires véhiculent des informations erronées auprès de leurs élèves lors des enseignements. Ces enseignements peuvent être théorique ou pratique, plus rarement organisationnels.
- D'autres idées reçues sont perpétuées par les récits de plongeurs certifiés, et qui ne font pas l'objet de contradiction.
- L'objectif du travail présenté est de tordre le cou à un certain nombre de ces idées reçues.



CAHIER DES CHARGES

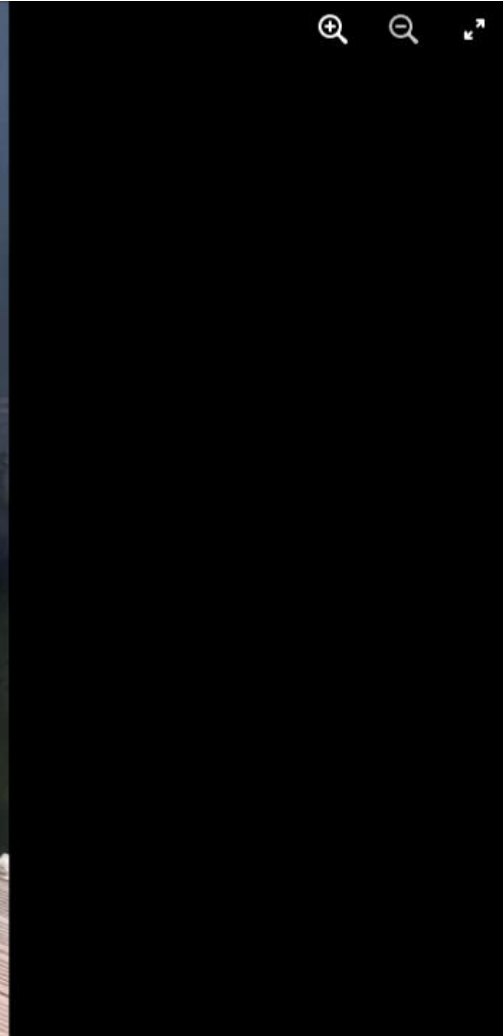
- Balayer des idées reçues aussi bien en pratique qu'en théorie
- Création de fichiers supports pour l'enseignement
- Fichiers à destination des moniteurs mais également accessible par les élèves
- Varier le format des productions
- Documentations concises et consultable en toutes situations :
 - Vidéos de courte durée (1'30" – 2'00" max) avec la possibilité de visionner en toutes circonstances
 - PowerPoint : 6 – 7 slides (si plus de slide, mise à disposition d'un document de synthèse)
 - PDF : 4 – 5 pages max (si plus de page, mise à disposition d'un document de synthèse)
- Documents démonstratifs, appuis sur des sources fiables



LISTING DES IDÉES REÇUES RETENUES EN PREMIER LIEU

| LISTING DES IDÉES REÇUES

- Bascule de la tête lors d'un vidage de masque
- La plongée inversée est interdite
- Uriner dans sa combinaison réchauffe
- En fin de plongée, avant d'attaquer la remontée, nous sommes à saturation + pas de palier = pas saturé
- Mettre la ceinture avant les palmes = danger
- Flottabilité : variation de bloc, de milieu
- Seule la différence de température explique la chute de pression lors de l'immersion
- La panne d'air en profondeur est-elle définitive ?



Cette photo provient d'une publication. [Afficher la publication](#)

CTN Ffessm
16 juillet · 🌐

👍 🤔 7 1 💬

👍 💬 📧 ➦

Plus pertinents ▼

Dès le niveau 1, l'on m'a enseigné que je ne devais pas mettre ma ceinture de plomb avant mes palmes . Cela me laisse perplexe quand je vois cette photo de moniteurs 🤔🤔🤔 en plein examen.

22 sem. J'aime Répondre



Et si on faisait un point sur la flottabilité ?



La flottabilité est un élément fondamental de notre activité.

Afin de protéger le milieu d'une part, mais également pour la sécurité de notre plongeur, afin de limiter le risque de survenu de l'essoufflement, et limiter sa consommation.

Plusieurs composantes rentrent dans cet élément :

- Le volume du bloc utilisé
- Le matériau du bloc
- Le milieu dans lequel nous plongeons (lac/mer)
- Le plongeur



I) Volume du bloc utilisé

Il semble évident que le fait de changer de volume de bloc (pour un matériau de conception identique) modifiera intrinsèquement la flottabilité du plongeur.

Le constat pratique est le suivant :

Lorsque l'on demande à un plongeur d'ajuster son lestage lors d'un changement de volume de bouteille, la réponse est (très) souvent « J'avais un 15L donc avec un 12L je vais rajouter X Kg » (Ou inversement d'un 12L vers un 15L).

Cependant, cette réaction est-elle réellement justifiée ?

Pour répondre à cette question, prenons les masses de différents blocs pour un même fabricant :



ROTH (acier)					
Bloc	Masse moyenne vide (1b) avec double sortie	V ext	P app vide d=1	P app 50b d=1	P app 50b d=1,027
12 L long	15,9 Kg	14 L	+1,9 Kg	+2,61 Kg	+2,23 Kg
12 L court	18,8 Kg	14,4 L	+4,4 Kg	+5,11 Kg	+4,72 Kg
15 L	20,8 Kg	17,6 L	+3,2 Kg	+4,08 Kg	+3,61 Kg



Constat :

Il ressort qu'un bloc de 12L court (les plus fréquemment utilisés lors de notre pratique), avec 50b résiduel dedans est plus lourd d'environ 1 Kg par rapport à un bloc de 15L.

Il est donc erroné de dire qu'en prenant un bloc 12L court au lieu d'un 15L il est nécessaire de rajouter du lest. Il faudrait au contraire adapter son lestage en retirant 1 Kg et non en ajoutant.

Difficultés

- Définir le bon format de présentation.
- Trouver le scénario adapté pour les vidéos.
- Utilisation d'un logiciel de montage (Sony Vegas) avec une prise en main pouvant être longue.
- Recherche de sources fiable et non discutable.
- Synthétiser les informations le cas échéant.

Avantages

- Remise en question de certaines certitudes.
- Sujets variés, ne prenant pas en compte qu'une seule composante de notre pratique.
- Echange avec différentes personnes ayant chacun leur spécialité afin d'améliorer les connaissances.

2^{ème} degré

- Utilisation des vidéos à destination des moniteurs pour mise à jour des pratiques et des enseignements.
- Documents textes à disposition des moniteurs en appuie pour aider à expliquer les phénomènes.

1^{er} degré

- Présentation des vidéos aux élèves dans le but de leur démontrer les éléments communiqués par leur cadre.
- Documents (synthèse) textes à distribuer pour compléter ou résumer les connaissances à connaître.

IDÉES REÇUES

Merci



- **Remerciements :**
 - Alexandre + Thierry pour leur confiance et l'accompagnement tout au long du cursus.
 - L'ensemble du collège pour les échanges sur les différentes thématiques proposées.
 - L'ensemble des plongeurs et structures d'accueil pour leur aide.

Avez-vous des questions ?



FFESSM

TECHNIQUE