

1

## Accueil

- Se présenter – votre rôle
- Questionnement du ou des plongeurs :
  - Dernières plongées
  - Séances précédentes

Qui

2

## Présentation de la séance

### ① La démarche pédagogique

- Objectif Général
- Objectif de séance
- Justification de la séance, lien avec l'objectif - prérogatives/compétences
- Prérequis
- Positionnement de la séance dans la compétence
- Positionnement de l'élève dans le cursus

3

## Consignes Conduite de palanquée

- Mise à l'eau, descente
- Consignes DP-moniteur
- Le site
- Consignes générales – oreilles-gestion air-froid-ventilation

Matériel

Explication  
Démonstration  
au sec ?

Check à 5 m

Quoi

Pourquoi

Où tu en es

PR à contrôler ?

4

## Feed back

- Faire reformuler l'élève
- Vérifier que l'élève a compris la séance
- Répétition ex. enchainement d'un geste technique au sec

2

### ② Déroulement de la séance

Comment

Présentation des exercices suivant la progression établie

Exo 1



- Critères de :
- Réalisation
  - Evaluation

Exo 2



- Critères de :
- Réalisation
  - Evaluation

Exo 3



- Critères de :
- Réalisation
  - Evaluation

Décompression



Signes de communication  
Générales - spécifiques



Check air



Stabilisation



Positionnement



Recommande



Je te montre !

Exercice validé ? Si oui,  
passage au suivant...



Fin de la séance  
Temps consacré à l'explo !

Profondeur de travail