

1 Accueil

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

Qui

Matériel

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

Quoi

Pourquoi

Où tu en es

Explication
Démonstration
au sec ?

Check à 5 m

PR à contrôler ?

3 Consignes Conduite de palanquée

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

4 Feed back

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

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



Recommence



Je te montre !

Fin de la séance
Temps consacré à l'explo !

Profondeur de travail