

Sujet : Comment organisez-vous une séance piscine permettant d'évaluer un groupe de 10 préparants niveau 1 avant les premières plongées en mer ?

Objectif : Etre capable d'enchaîner l'ensemble des compétences du PN1 dans une simulation de sortie en mer complète en fosse à 6m maximum en vue d'une sortie en mer sur un bateau "classique".

Accueil des encadrants

Mardi on va faire une répétition générale avec les PN1 avant leur première sortie en mer.

temps / personnes

- On dispose d'un heure et demie de piscine
- On sera 5 en tout, en plus de moi
- Nous avons 10 PN1 à encadrer

En résumé on va faire :

- mise à l'eau
- immersion
- parcours
- remontée
- sortie

Compétences à évaluer :

- S'équiper - gréage / lestage
- Se mettre à l'eau - se mettre à on fera le saut droit
- S'immerger - phoque
- Communiquer - utilisation des signes dans l'ensemble de la progression
- Evoluer dans l'eau - gestion du gilet et de la stabilisation
- Evoluer en sécurité - simulation de panne d'air dans le parcours
- Evoluer en sécurité - un vidage de masque dans le parcours
- Retourner en surface - REC, 360
- Sortir de l'eau - sortie à l'échelle
- Se déséquiper - dégréer et ranger son matériel

Pré-requis :

On est en fin de formation donc normalement tout à été vu !

- équipement / déséquipement
- mise à l'eau
- immersion
- oreilles
- signes
- stabilisation
- lâché reprise embout
- vidage de masque
- donner de l'air
- REC
- sortie d'eau

Planning

0. en amont merci de prendre connaissance des fiches de suivi qui sont sur le drive du club
1. le DP et encadrant A arrivent 10 minutes avance pour accès fosse et mettre 5 tapis en place pour le gréage et vérifier l'équipement accident.
2. les encadrants restants arrivent 5 minutes en avance pour l'accueil des PN1 à l'entrée et accompagner les PN1 aux vestiaires. Comme ils sont majeurs on nommera un responsable par vestiaire parmi les PN1. Et pas besoin d'un accompagnant dans les vestiaires si les deux sexes ne sont pas représentés. (10 minutes)
3. A la sortie des vestiaire je ferai un petit brief pour présenter la session à tous le monde puis chacun par groupe de 1 encadrant pour 2 élèves ira chercher de quoi s'équiper. (douche avant mise à l'eau)
4. ensuite vous conduirez la séance dans la zone qui vous est dédiée (~1h)
5. débrief élèves + planning prochaine séance : première sortie mer + douche / vestiaires (15 minutes)
6. débrief encadrants + mise à jour des fiches de suivi (après la session prévoir une dizaine de minutes après la session)

Répartition des ateliers

cf carte