

Pédagogie de l'enseignement thématique

Posséder la connaissance est une chose, savoir la *transmettre* en est une autre. Le formateur doit prendre le temps de réfléchir à la manière dont il va apprendre à ses candidats/élèves. Quelle attitude prendre ? Quel langage adopter ? Quelles méthodes utiliser ? Comment déterminer un thème/sujet de formation ? Le réflexe doit devenir celui de la « formation tout le temps ».

Si le rôle du formateur est de **transmettre** la connaissance, celui de l'apprenant est de **l'acquérir**. Cela signifie que si nous, formateurs sportifs, avons une obligation de moyens, nous n'avons pas d'obligation de résultats (et c'est bien là toute la spécificité du sport associatif). L'investissement personnel du candidat est essentiel.

C'est en travaillant que le *déclat* se fera ; il faut profiter de chaque moment pour faire de la formation, c'est la raison d'être d'un formateur.

1. Avertissement

Nous utiliserons indifféremment le vocable de *moniteur* et de *formateur* dans le cadre de cette formation. Sachant que ce cours s'adresse aux candidats formateurs niveau 3 de l'ADEPS, et connaissant les accords passés entre l'ADEPS et notre Ligue, il va de soi que chacun pourra aisément se situer en tant que formateur au sein du paysage de l'enseignement de la LIFRAS : nos moniteurs fédéraux sont essentiellement des formateurs de plongeurs, tandis que les moniteurs nationaux sont essentiellement des formateurs de formateurs.

Ce cours se veut être un fil conducteur pour les moniteurs de plongée afin de les accompagner dans leur démarche pédagogique au bord de nos carrières, en stage de mer ou en salle de cours. Le but est de faire réfléchir le formateur et lui suggérer des solutions basées sur l'expérience uniquement. La plongée est un sport particulièrement adapté à l'enseignement thématique ; c'est ce que nous allons aborder ensemble.

Le chargé de cours n'est ni pédagogue de formation, ni formateur professionnel. Les formateurs désirant approfondir les bases théoriques de la pédagogie du sport sont invités à se documenter eux-mêmes sur le sujet.

Nous n'allons pas réinventer le fil à couper le beurre ; vous êtes tous moniteurs de plongée depuis plus ou moins longtemps et à ce titre vous donnez cours dans vos clubs ou au sein des associations régionales. Inutile de reprendre les bases de la pédagogie. Par contre, nous défendons avec vigueur le fait de savoir **se remettre en question** en tant que moniteur, le fait de prendre le temps de réfléchir à ce que l'on fait et comment on le fait. Nous devons chercher l'amélioration constante. C'est le seul moyen de rester cohérent par rapport au titre que l'on porte et envers les plongeurs qui nous regardent et nous écoutent.

2. Inscription de cette matière dans le parcours de formation d'encadrant ADEPS Niv 3

Il serait peu productif de former un encadrant du sport sans l'informer de ce qu'on attend de lui et sans qu'il connaisse les responsabilités qui lui incombent. C'est dans cet état d'esprit que pour pouvoir assister à la présente formation les pré requis sont de deux ordres :

- i) Technique et théorie liés à l'exercice de la plongée : il faut être Instructeur** minimum ;
- ii) Information sur la plongée enfants, sur l'obligation de sécurité du moniteur, sur l'évaluation des épreuves, et enfin sur la gestion d'un centre/école de plongée

3. Notions de pédagogie et d'enseignement

Le dictionnaire *Robert* nous indique que le nom *pédagogie* nous vient du grec *paidagôgia* qui signifie « science de l'éducation des enfants ; méthode d'enseignement ». Le terme¹ désigne les méthodes et pratiques d'enseignement et d'éducation ainsi que toutes les qualités requises pour transmettre un savoir quelconque.

La pédagogie regroupe donc l'ensemble des méthodes d'enseignement. La méthode qui nous occupera aujourd'hui est appelée « enseignement thématique ». Nous allons la définir.

L'enseignement² est « une pratique d'éducation visant à développer les connaissances d'une élève par le biais de la **communication** verbale et écrite ». Comme toute entreprise humaine, « le succès d'un apprentissage dépend de la qualité de la relation humaine qui s'établit entre l'entraîneur et l'entraîné, entre l'apprenant et l'enseignant ainsi que de la capacité de ce dernier à communiquer avec son élève »³.

Il serait dommage de parler de formation sans parler d'*expérience*. Nous ne saurions insister assez sur l'expérience que doit posséder un formateur puisque la qualité de l'enseignement qu'il distille doit être un mélange de transmission de savoir et de transmission de d'expérience (ces « petits trucs » qui « parlent » souvent beaucoup plus aux plongeurs que toute la séances de théorie du monde).

Tout est donc dit : voyons **comment** (= *pédagogie*) **développer les connaissances** théoriques et techniques (= *enseignement*) de nos plongeurs et moniteurs par le biais de **thèmes** (= *thématique*).

¹ Définition de *Wikipedia*, encyclopédie en ligne. Site : fr.wikipedia.org/wiki/Pédagogie

² *Ibid.* Site : fr.wikipedia.org/wiki/Enseignement

³ GIROD Antoni, « Sport, communication et pédagogie : la PNL pour un coaching efficace », Editions Amphora, 2005.

Mais avant d'entrer dans le vif du sujet qui nous occupe, évoquons une étude canadienne sur la pédagogie du sport⁴. Cette étude portait sur l'apprentissage du sport par les adolescents, et plus particulièrement sur les **conditions** d'apprentissage que l'apprenant s'approprié. Termes compliqués, comme souvent dans ce type d'études ; plus concrètement, les chercheurs se sont penchés sur le temps consacré à l'apprentissage et l'ont séquencé en :

- temps passé en engagement moteur,
- en engagement cognitif,
- en attente,
- en observation/écoute,
- ...

Voici ce qui ressort, en moyenne, tous sports confondus (sports collectifs tels que football, basket-ball, etc. et sports individuels tels qu'arts martiaux) : pendant 6% du temps l'apprenant a écouté le formateur/entraîneur, pendant 31 % du temps il a essayé de refaire ce qu'on lui montrait, pendant le reste du temps, soit **63%**, il a attendu ou fait quelque chose qui n'est pas de l'**apprentissage** à proprement parler. Nous interprétons ce constat (ndr : interprétation personnelle): peu importe les chiffres en eux-mêmes, c'est surtout la tendance qui se dégage qui est intéressante. Alors que l'on croit que, pendant une heure de cours, on forme nos candidats, ce n'est pas le cas. C'est un bon indicateur pour adapter notre manière de former.

4. Les différents moments d'enseignement/de formation thématique

4.1 L'enseignement ex cathedra (ou cours « magistral »)

Ce terme désigne la situation du formateur qui enseigne une matière bien définie à un ou plusieurs élèves. On est dans une phase de transmission de savoir, dans un contexte assez formel, voire autoritaire (l'enseignant omnipotent qui détient la vérité). Les anglo-saxons utilisent le terme « *lecture* » qui résume bien mieux ce qu'est un enseignement ex cathedra. Ce type d'enseignement trouve majoritairement sa place dans une salle de cours : l'enseignant parle, l'élève écoute et prend des notes.

L'enseignement de la matière théorique indispensable à la pratique de la plongée, quel que soit le niveau du public cible, se fait essentiellement de cette manière. Pour faire le lien avec la présente formation, chaque cours de théorie porte sur un **thème** précis. Ce moment de formation indispensable prend place évidemment dans un cycle de formation ; on entend par-là que ce type de formation s'inscrit dans le temps : il y aura plusieurs formations pour couvrir la théorie et celles-ci amèneront le candidat à un brevet au niveau de connaissance souhaité.

Le grand principe dans ce type de leçon est de bien délimiter la matière dans le temps ; le thème doit être clairement défini avant la leçon. C'est évidemment le moniteur qui choisit la matière à voir en fonction des exigences théoriques du brevet. Rien n'interdit le formateur d'animer plus ou moins sa

⁴ TRUDEL Pierre, CÔTE Jean, « Pédagogie sportive et conditions d'apprentissage » in *Enfance*, Tome 47 n°2-3, 1994, pp. 285-298

leçon ; la méthode « question-réponse » est bien connue et couramment utilisée. Pourtant, d'autres méthodes d'encouragement à la participation des élèves sont tout à fait possibles. Nous pensons ici au jeu de rôle, au travail dirigé en groupe ou au quiz. Exemples concrets :

-imaginons comment former nos candidats à **l'exercice d'organisation d'une plongée en carrière** (exercice A.M.3.1 [évaluation par MF] dans le recueil des épreuves 2012, exercice M.C.3.1 [évaluation par MF et MN] dans le recueil des épreuves 2012).

* Après avoir revu avec eux les règles LIFRAS de « *qui plonge avec qui* », formez un groupe de travail avec vos candidats, détailler des objectifs clairs et concrets : « j'attends de vous que vous me listiez de manière chronologique les choses à faire dans le cadre d'une organisation/ que vous établissiez un canevas pour le briefing de sécurité/ que vous établissiez un canevas pour le briefing de plongée/ déterminez entre vous qui viendra présenter quelle partie/ vous disposez de X minutes. »

* Cette phase est importante ; il s'agit d'une phase d'appropriation du thème par les candidats⁵, ils vont se mettre en projet, mettre leur expérience en commun pour arriver à un produit bien fini et, dans la majorité des cas, assez complet. **Deux objectifs** auront été atteints :

1° Tout d'abord, la transmission de la connaissance. Ce sont les candidats eux-mêmes qui vont « produire », sur base de leur expérience et leur savoir: motivation plus grande, ils n'oublieront pas une fois sorti de la salle de cours

2° Lorsqu'ils seront AM ou MC en titre, ils seront tentés d'utiliser à leur tour cette méthode dans le cadre de leur enseignement puisqu'il l'auront vécue comme expérience positive lors de leur propre apprentissage.

-imaginons cette fois comment former des candidats plongeurs/moniteurs à la **prise de contact** (phase préalable et indispensable à un briefing de chef de palanquée).

* Vous mettez en place un jeu de rôle : vous et un autre moniteur allez jouer respectivement le rôle du chef de palanquée qui dirige la prise de contact et, *a fortiori*, celui du compagnon de palanquée. Vous allez demander à vos candidats de bien écouter ce qui va être dit durant la prise de contact simulée et de noter les lacunes que vous laisserez volontairement passer (pour que l'exercice soit productif, il faut évidemment qu'il y ait des manquements flagrants ou moins flagrants dans votre prise de contact).

⁵ Centre de Production Audiovisuelle, Conseillers pédagogiques : ROUILLER Yviane, LEHRAUS Katia, LOUIS Roland, « La pédagogie Coopérative – vers une plus grande efficacité des interactions entre élèves », Genève, 1999. Le formateur place les candidats en situation d'interdépendance positive : ils sont unis pour atteindre un même objectif.

* Vient ensuite la phase de mise en commun des observations, sans donner d'instructions précises sur ce que vous désirez entendre. Les candidats « plongeurs » devront pouvoir répondre aux questions suivantes :

1° « Puis-je plonger avec cette personne sur le plan administratif (Brevet, VM, assurance) ? »

2° « Puis-je plonger avec cette personne sur base de son expérience au sens large (plongées habituelles, récentes, accidents, matériel) ? »

3° « Si oui aux 2 questions, quelle plongée vais-je planifier en fonction de ses envies, de ce qu'il m'a dit ? »

* Les candidats moniteurs devront, en plus de ce qui précède, pouvoir répondre aux questions suivantes :

1° « Quelles sont les lacunes de la personne en face de moi ? » ou « Pourquoi la personne en face est-elle démotivée », etc. Cela doit devenir un réflexe chez tout encadrant.

2° « Quelle lacune vais-je combler au cours de cette plongée ? » (càd « Quel thème vais-je aborder ? »), etc.

De manière générale, les candidats à un titre de moniteur auront souvent tendance à répondre uniquement aux questions de type « puis-je plonger avec cette personne ? ». A nous de les amener à envisager d'office la seconde série de questions liées à l'enseignement proprement dit.

Remarquons donc dès à présent que nous faisons tous de l'enseignement thématique, sans forcément le savoir. Nous ne nous étendrons pas sur la méthodologie de l'enseignement thématique ex-cathedra puisque cette formation existe à la LIFRAS⁶. Les principes de base qui y sont exposés sont bien entendu d'application.

4.2 Avant la mise à l'eau – Phase de préparation de la plongée

Quittons la salle de cours. Nous sommes cette fois en stage de mer ou en carrière. Deux situations peuvent se poser à nous :

- Soit nous sommes en formation :

* surveiller un exercice pour un brevet ; dans ce cas, le thème de la formation est donc clair : nous renvoyons au cours « Evaluation des épreuves⁷ ». On se

⁶ BACKX Emmanuel, « Méthodologie ». Les principes de bases y sont développés : prise de connaissance, justification du cours, plan du cours, rappel des notions importantes, utilisation des supports, évaluation, importance de conclusion.

⁷ BACKX Emmanuel, « Evaluation des épreuves⁷ – Cours destinés aux nouveaux Moniteurs Clubs », 9 pages, LIFRAS 2012.

rappellera les différents moments de l'évaluation, et notamment avant l'épreuve : la **justification** de l'exercice au candidat et **l'appropriation (mise en projet)** de l'exercice par le candidat (p.ex. décortiquer la prise de remontée technique) font partie de votre obligation de formation.

* former des plongeurs à la plongée profonde à l'air (PPA). Le briefing de plongée et la justification de tous les choix faits (temps, profondeur, TTS, décompression, parcours, etc.) doivent être formatifs puisque le candidat devra faire lui-même ce briefing lors de la 3^{ème} plongée.

- Soit faire une plongée d'exploration. Le formateur doit travailler sur un thème afin structurer son action. Comment choisir le thème à développer ? C'est probablement dans ce cas de figure que la difficulté est la plus grande. Voici quelques *pistes de réflexion* et *suggestions* qui peuvent vous aider à déterminer quel sera le thème de la formation. Pour raccrocher cela à quelque chose de connu, cela se fait lors de la **prise de contact**.

* Au cours de la prise de contact/phase de préparation de la plongée (p.ex. la navigation jusqu'au site), déceler une lacune technique ou théorique (voir ci-après), une envie de progression, ou un point de discorde menant à une forme de démotivation par rapport au passage de brevets. Un autre « truc » est d'aborder un thème incontournable comme p.ex. « la sécurité » (*délimitez le thème afin d'en garder le contrôle : rôle de la palanquée de sécurité, appel des secours, évacuation en mer, bateau au mouillage ou manoeuvrant, rôle d'un sémaphore, 1 ou 2 parachute(s) ?, etc.*), « la radiotéléphonie marine » (p.ex. *la structure d'une communication radio, le canal 16 VHF, avantage du multiplex par rapport au duplex, l'appel sélectif numérique, etc.*), « la météo » (*où la trouver, qu'est-ce qui est important pour la plongée, comment prendre note d'un bulletin météo, le vent et son action sur l'eau, etc.*), « la plongée à l'ordinateur » (*faire réfléchir sur le moyen de deco de secours, faire réfléchir sur la plongée planifiée à l'ordinateur et ce que ça « donne » si on plonge aux tables, avantage de travailler avec le TTS lors de la planification, etc.*)

* Comment déceler des lacunes ou des points à améliorer ?

- Soit dans le cadre de la présentation de chaque plongeur, de son parcours, de son ambition (*aller vers le brevet supérieur mais ne se sent pas encore prêt, aller vers le PPA, a déjà présenté un exercice plusieurs fois sans succès et est démotivé ou veut arrêter le brevet en cours, a raté le stage MF/MN, etc.*) ou de ses craintes.

- Soit par le questionnement : Es-tu déjà entré dans une épave ? Tu portes ton compas au poignet, as-tu déjà essayé de travailler avec un compas en console ? Comment conditionnes-tu ton parachute ? Qu'empportes-tu comme moyen de repérage en surface outre ton parachute et ta lampe ? (miroir ?, bâtons luminescents ?, colorant de surface ?, corne de brume ?) As-tu déjà vu quelqu'un poser une balise lourde sur un site ? Etc.

Une fois le thème choisis, il faut le développer en gardant à l'esprit que :

« JE SUIS UN FORMATEUR, JE DOIS DONC APPRENDRE/MONTRER QUELQUE CHOSE. »

Une technique de développement de thème qui a fait ses preuves est la technique de l'entonnoir. La voici schématisée. Précisons qu'il s'agit seulement d'un partage d'expérience et que nous ne nous basons pas sur un modèle théorique. Cette technique est donc personnalisable, pourvu que l'on respecte l'ordre des séquences.

Trouver 1 sujet/thème, ou alors le sujet/thème est imposé (comme au stage MF/ADEPS Niv 2)

Poser le thème : on énonce ce qu'on va faire (« Tiens, as-tu déjà ... ? », « Vu le site où nous irons plonger, je te propose de nous concentrer sur... »).

Le « truc » en plus » : avoir une anecdote pour chaque thème.

Aborder le thème sous l'angle de l'expérience des plongeurs : ce qu'il en savent, ce qu'ils ont déjà fait, etc. Il faut sonder leurs connaissances théoriques par le questionnement.

Développer un point de théorie en utilisant du matériel didactique : feuille+crayon, bout, carte marine+règle+compas, table de plongée, radio VHF, etc.

Le « truc » en plus : ne soyez pas scolaires, n'improvisez pas et préparez quelque chose d'original : développez un acronyme, donnez des moyens mnémotechniques, etc.

Mettre l'apprenant en situation : « Lors de la plongée de demain, je propose que tu me montres 5 échinodermes différents / que tu fasses la planification de la deco / etc. »

Après le développement d'un thème/sujet d'abord, et la plongée ensuite, vous devez vous poser la question suivante :

« JE SUIS UN FORMATEUR : AI-JE APPRIS/MONTRE QUELQUE CHOSE A QUELQU'UN ? »

4.3 En plongée

En fonction du thème, la formation doit idéalement se poursuivre sous l'eau. Dans le cadre d'un exercice pour un brevet, le formateur peut décomposer un geste ou une technique p.ex. L'éventail des démonstrations à faire est très large : montrer les différentes possibilités de retourner un plongeur inconscient couché sur le ventre, montrer comment entrer dans une épave qu'on ne connaît pas, avec et sans dévidoir, utiliser un parachute pour remonter en cas de gilet défectueux, montrer une technique de remorquage en surface à deux plongeurs pour une victime, remonter une balise lourde, etc.

Evidemment, n'oublions pas LE thème subaquatique par excellence : la faune sous-marine. L'observation d'un animal ou des animaux d'un même embranchement, reste un « must » apprécié par tous les plongeurs quel que soit leur niveau. Comment intéresser le plongeur à l'observation ? Comment retenir ce qu'on a vu ? Comment « facilement » reconnaître un animal précis ?

Sous l'eau, la formation thématique est essentiellement pratique. On entre sur le terrain de l'apprentissage par la découverte⁸, dont l'une des conditions essentielles est la **curiosité** des candidats. La difficulté pour le formateur est donc de trouver le levier qui va faire sauter le couvercle de la curiosité du candidat. Selon Rolland VIAU⁹, diverses conditions doivent être respectées. Nous les citons ci-dessous et vous encourageons à les parcourir une par une ; vous rencontrez déjà nombreuses d'entre elles, quant aux autres elles ont pour but de vous rendre conscient que c'est souvent un détail qui va faire croître la qualité de notre enseignement. Voici cette liste :

- Une activité d'apprentissage doit être **signifiante** aux yeux de l'élève : p.ex. bien situer le thème dans l'ensemble de la matière pour un brevet, cela donne un point de repère et motive le candidat.
- L'activité d'apprentissage doit être **diversifiée** : p.ex. ne pas faire des démonstrations de techniques de remontée à chaque plongée.
- Elle doit représenter un **défi** pour l'élève : par défi, il faut entendre que l'activité ne doit pas être trop facile, mais rester accessible. On peut penser p.ex. à faire reconnaître sous l'eau 5 animaux différents qui appartiennent à l'embranchement des cnidaires.
- L'activité d'apprentissage doit être **authentique** : p.ex. dans le cadre d'un exercice de DP, lors de la prise de contact, il faut se présenter de manière crédible. Si on apprend une technique de remorquage à un plongeur, il est bon de faire référence à une situation vécue, à de l'expérience, bref à de l'authenticité.
- Elle doit exiger un **engagement cognitif** de l'élève : c'est le cas typique de la motivation de l'objectif des exercices à réaliser dans le cadre d'un brevet. Le candidat va pouvoir ainsi se mettre en projet.
- Permettre au candidat de **faire des choix** : p.ex. dans le chef du candidat, motiver le fait de partir « roche main droite » plutôt que « roche main

⁸ www.educa.ch/fr/l'apprentissage-decouverte

⁹ lewebpedagogique.com Une partie du site est consacrée à la motivation à apprendre. Les points repris dans le texte sont disponibles sous le titre « Comment motiver un élève ? »

gauche », alors que les deux sont possibles, fait appel à son expérience. Lorsque le choix opéré par un candidat est mauvais, cela crée une situation d'apprentissage puisque le formateur va expliquer pourquoi le choix n'est pas bon.

- Permettre à l'élève d'**interagir** et de collaborer avec les autres : p.ex. lorsque le candidat effectue une prise de remontée en force, avant de le debriefer sur sa technique, lui faire demander à la « victime » ses impressions, si elle a eu mal au bras, si elle s'est sentie « décoller », etc.
- L'activité doit avoir un caractère **interdisciplinaire** : p.ex. expliquer au candidat pourquoi la phase de « décollage » du fond par une bonne battue est importante en mettant cela en perspective avec la loi de Boyle & Mariotte (air dans le gilet qui va occuper rapidement plus de volume et donc faciliter toute la suite de la remontée). On fait un lien entre la physique vue en salle de cours et un exercice sous l'eau.
- Elle doit comporter des **consignes** claires.
- Elle doit se dérouler sur une période de **temps** suffisante : p.ex. prévoir de la formation durant la navigation si le temps d'arrivée sur site le permet.

4.4 Après la plongée – Phase de debriefing

Après la surveillance d'un exercice ou une plongée de formation « PPA », le debriefing de l'épreuve/la plongée réalisée fait partie intégrante du processus de formation (concept **d'évaluation formative**¹⁰). Il y a toujours quelque chose à mettre en valeur et toujours quelque chose que l'on peut améliorer.

Ne tombons évidemment pas dans le piège de « la critique à tout prix ». Il faut par exemple entendre par là qu'il y a forcément beaucoup de choses à dire à un plongeur qui effectue sa 4^{ème} plongée, mais qu'il faut se limiter à une voire deux choses qu'il est capable d'améliorer au stade de ses compétences techniques actuelles. Il faut que son debriefing soit formatif, agréable et encourageant. Dans le même ordre d'idées, le debriefing d'un candidat MN, dont les compétences techniques ne sont plus à démontrer, sera beaucoup plus fouillé, plus long, mais sans oublier de le garder encourageant : nous sommes des formateurs, nous **devons** donner les outils aux candidats aux divers brevets pour atteindre leur but.

Enfin, le debriefing est aussi un moyen qui permet aux formateurs d'évaluer de manière continue un plongeur hors cadre d'exercice. On se met alors en situation de coaching : on plonge à intervalle régulier avec une même personne, le but est alors de vérifier dans le temps l'évolution du plongeur, vérifier si les manquements lors du briefing/debriefing sont comblés, si la technique de plongée s'améliore, si la gestion de la palanquée progresse.

¹⁰ BACKX Emmanuel, « Evaluation des épreuves¹⁰ – Cours destinés aux nouveaux Moniteurs Clubs », p. 2. « **L'évaluation formative** intervient au débriefing de chaque épreuve et a pour objet de préciser les difficultés rencontrées par le candidat et de suggérer quels exercices (au sens large du terme) l'aideraient à parfaire sa maîtrise de l'épreuve ».

5. Le « cahier du formateur » et le plan de formation – Faire évoluer les apprenants par le développement de thèmes imposés

Comme nous l'avons déjà écrit *supra*, la LIFRAS et ses moniteurs n'ont pas attendu la présente formation pour pratiquer l'enseignement thématique, ni pour mettre en place des plans de formation. Nous profitons toutefois de l'occasion pour mettre en avant le Cahier du formateur, édité par le Comité de Formation de la Commission de l'Enseignement de la LIFRAS. Cet outil, couplé à un plan de formation ou fiche pédagogique, est d'une grande utilité afin de mieux « matérialiser » le parcours de formation des candidats MF:

- Ces outils permettent de mieux gérer le temps qui est à notre disposition pour enseigner/former. On peut ainsi mieux séquencer l'apprentissage, et même permettre des périodes de repos souvent indispensables dans le cadre d'un long brevet,
- Ils permettent à tous les acteurs de visualiser ce qu'on attend d'eux,
- Le Cahier du formateur est un guide pratique pour le staff d'encadrants : le fil conducteur de la formation est le même pour tout le monde ; il donne des consignes pour améliorer notre manière de former, et distille des conseils afin d'éviter certains pièges,
- La rédaction d'un plan de formation lors des séances pratiques permet de mieux cadrer, de bien délimiter, le thème imposé et surtout de savoir ce qu'on attend de la part des candidats afin de les préparer tous de la manière la plus uniforme possible.
- L'utilisation de ces outils ne limite en rien l'autonomie des encadrants

6. Conclusion

En tant que formateur, la première question que l'on doit se poser à l'issue d'un entraînement en piscine, après une plongée d'exploration ou une formation d'un candidat MF est : « *Qu'ai-je appris à la personne en face de moi ?* ».

Le fait de travailler autour de thèmes – imposés ou improvisés – permet au formateur de structurer son discours. L'expérience nous montre qu'il vaut mieux ne traiter qu'un thème à la fois, même si plusieurs lacunes existent.