

	DES ACTIONS	DES POINTS CLÉS
AVANT	Planifier	SECURITE, météo, profondeur, balisage, courant, ...
	Réfléchir	Niveaux des élèves : les pré-requis, les pré-acquis, ce qu'ils savent faire. Situer le cours dans votre progression.
	Définir	Objectifs <i>intermédiaires et définitifs</i> du cours ? Les critères d'évaluation ?
SURFACE	Justifier	Cet apprentissage, à quoi sert-il ? <i>C'est la plongée qui justifie votre cours</i>
	Sécuriser	<u><i>Aucune situation</i></u> de surface, d'équipement, de mise à l'eau, dans l'eau, à la sortie de l'eau, au déséquipement ... <i>entraînant le moindre risque !</i>
	Montrer	Le geste technique doit être clair, concis. La démonstration peut se faire sur un cobaye (plus efficace).
	Imiter	Bien observer la reproduction des gestes.
	Corriger	L'occasion de remédier aux erreurs commises => acquisition du geste « parfait ». Remontrer le geste.
	Contrôler	Les pré-acquis / les pré-requis. Cette vérification <i>utile</i> ne doit pas être longue ! Elle est un trait d'union entre une situation de départ et d'arrivée. Elle permet également de sécuriser et faciliter l'apprentissage.
	Organiser	Baliser la zone de travail, le pendeur, la sécurité ...
	S'équiper	A surveiller de très près !
Rappeler	<i>Brièvement</i> les points clés de votre cours : les signes officiels et conventionnels, la sécurité propre à l'apprentissage ...	

DAN S L'EA U	Se mettre à l'eau	Dans quel ordre, de quelle façon (saut droit ...), on se retrouve où ?
	S'immerger	De quelle façon : lieu, visibilité, profondeur ... ?
	Enseigner	Profondeur, nature du fond, position des élèves % au moniteur (soleil), comment se stabiliser (au fond, en pleine eau), des points d'appui ...
	Emerger	Dans quel ordre, on se retrouve où ... ?
APRE S	Discuter	Des critères d'évaluation (réussi oui/non), les points à améliorer ... Terminer par du positif. Cours suivant : on progresse, on améliore, on recommence ... ?
	Préparer	Le cours suivant, comment => remédier aux erreurs et par quels moyens, perfectionner la technique ? Ai-je bien abordé ce cours ? Ai-je atteint mes objectifs ?