



## CSPG & Aquanature - Section Jeunes plongeurs

### MEMO Inscriptions 2018-2019

La plongée est une discipline qui nécessite à la fois du « savoir-faire » mais aussi du « savoir-être ».

Pour autant, dans notre école, il est possible de faire ses premières bulles dès 8ans quel que soit son niveau, sans aucune distinction, l'objectif visé est l'autonomie en toute sécurité!!!

L'Ecole/Club de Plongée des Sapeurs Pompiers du Gard accueille les enfants de 8 à 12ans, les adolescents de 12 à 14ans ainsi que des jeunes adultes.

Pour adapter la pédagogie en fonction des maturités et capacités physiques, nous faisons des séances indépendantes des adultes sur le site d'AquaTropic de 12h à 13h30.

Nous sommes conscients des spécificités de l'enfant plongeur: sa morphologie, sa maturité, sa spontanéité, son mimétisme, ses envies ou encore l'influence parentale. Nous tenons donc bien compte de cela pour amener l'enfant à devenir un plongeur en toute sécurité.

Ainsi, nous avons concocté et transformé des exercices en jeux et en activités ludiques car ce qui nous anime, c'est le plaisir de respirer sous l'eau.

#### A. NOS OBJECTIFS :

Ce que la plongée pourra apporter à vos enfants :

1. **L'Education** par le sport:

- Développer l'autonomie en favorisant leur développement physique et psychique
- Eveiller leur sens des responsabilités à travers les valeurs du sport (le travail en équipe, la rigueur, la confiance, le respect des consignes, etc.)
- Prendre conscience de l'autre et stimuler l'entraide

2. **L'Eco-citoyenneté**, génération Eco-plongeur:

- Lutter contre les discriminations
- Favoriser les mixités
- Développer sa curiosité, prendre conscience de la nature
- Comprendre et respecter le milieu et autrui
- Partager ses expériences et découvertes

3. **La Technique** au service de l'éducation:

- Acquérir des connaissances techniques mais aussi théoriques, physiques et biologiques pour découvrir et maîtriser un art (vérifier le matériel, s'observer sous l'eau)
- Apporter une solution à des difficultés (phobie, hyperactivité, renfermement sur soi-même)
- Respecter les consignes de sécurité (rester en palanquée et respecter les consignes du moniteur)

Ce que vos enfants assimileront :

- Découvrir de nouvelles sensations en milieu protégé (respiration, etc.)
- Savoir utiliser du matériel sous pression
- Se déplacer et connaître les techniques de nage
- Apprendre les techniques d'immersion en plongée
- Transposition au milieu naturel
- Développer leur esprit sportif



## CSPG & Aquanature - Section Jeunes plongeurs

### MEMO Inscriptions 2018-2019

#### B. NOS MOYENS :

##### MOYENS HUMAINS :

Notre équipe pédagogique s'appuie sur des moniteurs qui sont parents eux aussi: 4 encadrants (E3, E2 et E1).

Notre équipe est complétée par des jeunes services civiques que nous formons afin d'assurer la sécurité de la baignade et des jeux.

##### MOYENS MATERIEL :

Nous possédons des équipements adaptés à la morphologie des enfants.

Ainsi nous avons: 6 blocs 6L, 2 blocs 10L, des blocs de 12L, des masques enfants, des gilets stabilisateur en tailles XXS, XS et S, des détendeurs avec embouts enfants et un narguilé, des combinaisons et si besoin des palmes réglables et des tubas.

#### C. ORGANISATION DE LA SAISON

##### 1) BAPTEMES :

Rendez-vous 15minutes avant la séance pour pouvoir donner des informations précieuses et rentrer tous ensemble.

Les enfants ayant des problèmes de santé particuliers doivent nous en avvertir. En cas de maladie diagnostiquée, nous pouvons vous demander de venir avec un certificat médical. Dans tous les cas nous demanderons aux parents de remplir une autorisation parentale spécifique.

Afin d'accueillir les nouveaux dans de bonnes conditions, nous leur feront une explication (« briefing ») puis à tour de rôle, un moniteur pour un baptisé, nous les immergerons avec un scaphandre (bouteille, gilet, détendeur).

Pour qu'ils aient la notion de ce qu'est un entraînement, nous leur ferons également faire une évaluation de nage et des jeux.

A l'issue de cette séance, selon votre décision, nous vous distribuerons une fiche d'inscription à remplir. Prenez rapidement rendez-vous chez le médecin fédéral ainsi que chez l'ORL pour une Tympanométrie (uniquement les 1ères licences).

**Les places étant très demandées, il faut nous remplir la FICHE et verser la COTISATION afin de RESERVER la place de votre enfant.**

Dès lors, vous vous engagez à compléter le dossier dans les plus brefs délais.

Passé le mois de novembre, votre enfant ne sera pas couvert par le club et nous nous verrions l'obligation de lui refuser l'accès au bassin.

Le dossier sera considéré comme COMPLET lorsque la **COPIE du CERTIFICAT MEDICAL FEDERAL** nous sera remise, accompagnée de l'**Autorisation Parentale** rédigée.

##### 2) DIFFERENTES GROUPES D'ENFANTS :

Nous sommes contraints par des différences liés à l'enfance (Morphologie, Physiologie et Maturité différentes) de fonctionner par Groupe.

Ces groupes ne sont pas figés dans la saison car chaque jeune évolue à sa mesure (en maturité et/ou en comportement).

De même, nous pouvons être amenés à reclasser les enfants qui en formuleront le besoin.



## CSPG & Aquanature - Section Jeunes plongeurs

### MEMO Inscriptions 2018-2019

#### 3) DEROULEMENT DES DIFFERENTES ACTIVITES DE LA SAISON :

##### 1. Séances en piscine :

Rendez-vous à 11h45 devant l'entrée d'**AquaTropic** pour l'accueil et pour accéder au site dès 12h et ce jusqu'à 13h30.

Nous travaillons en ateliers afin de satisfaire tous les âges, tous les souhaits.

1. **Nage :** tous les déplacements en surface, en apnée, les immersions, et la nage avec palmes.
2. **Scaphandre :** de la technique, de la communication et apprendre à respirer en toute sécurité.
3. **Jeux :** solliciter les acquis en jouant ou tout simplement pour se défouler.

##### 2. Bureau des Jeunes & « Quizz des ados » :

Ils n'ont pas encore le droit de vote mais leurs opinions comptent néanmoins.

Des choix de vie future (la leur! Professionnelle ou non), des thèmes à aborder, des idées originales, leur vécu (aussi), les jeunes auront la parole pour orienter leur saison au sein du club.

Un petit quizz pour vérifier leurs connaissances ou tout simplement apprendre de façon amusante...

##### 3. Diplômes PMT (Palmes-Masque-Tuba)

Au mois de décembre, les enfants sont déjà devenus des poissons, hippocampes, tortues...

Autant récompenser leur assiduité, leur progression en leur remettant un diplôme qu'ils pourront fièrement montrer.

##### 4. SAUV'NAGE

Il s'agit d'un test de nage qui remplace le 50m !

Il doit être réalisé en entier, sans reprise d'appuis solides, sans masque ni lunettes.

*L'arrêté du 25 avril 2012 du **Ministère de l'éducation et de la jeunesse** reconnaît à l'article 3 le **Sauv'nage** comme test pour les pratiques nautiques en centre de vacances ou de loisirs.*



Il est également reconnu comme étant un test du "Savoir nager" du socle commun des compétences du Collège.

L'ensemble des tâches doit être réussi pour être validé :

1. Entrée dans l'eau, immersion
2. Flottaison ventrale
3. Immersion orientée
4. Équilibre vertical
5. Déplacement ventral, immersion
6. Flottaison dorsale
7. Déplacement dorsal
8. Exploration de la profondeur



## CSPG & Aquanature - Section Jeunes plongeurs

# MEMO Inscriptions 2018-2019

### 5. Challenge Oxyjeunes à Toulouse : dès 8ans

Sur une journée avec trajet en bus départ 5h et retour 23h. C'est faisable! Ce serait notre 5ème participation, les jeunes en redemandent à chaque fois !

Nous sommes le 2<sup>nd</sup> Club de la Région Occitanie, en nombre d'inscrits.

Les enfants découvriront les activités fédérales :



- Nage avec Palmes,
- Nage en Eau Vive,
- Tir sur Cible,
- Hockey Subaquatique,
- Apnée,
- Course Hawaïenne.

### 6. Plongée Sportive Piscine : Accessible à partir du niveau Or et >10ans

Le 100m ou 200m capelé, le 6kgs émergence, le Combiné, ... voilà comment s'amuse les plongeurs sportifs avec un chronomètre !



Il y a deux ans, 3 jeunes sont allés jusqu'aux championnats de France (avec des 4ème places).

L'an passé, 2 jeunes se sont pris au jeu en revenant des sélections régionales avec une médaille et des envies de se dépasser...

Il ne nous manque plus qu'un entraîneur-arbitre pour poursuivre l'activité.

Pour y participer, il faut **impérativement** avoir la **mention « PSP » sur le certificat médical fédéral et avoir une assurance individuelle accident** (vérifier auprès de votre assureur !).

### 7. Validation des niveaux/brevets en mer :

En fonction des besoins, des âges et des possibilités, les **jeunes pourront valider les compétences acquises** tout au long de la saison, lors d'une sortie en mer.

« Ces brevets ne sont en aucun cas le résultat d'un examen mais d'une participation de l'enfant durant une année scolaire dans son club (piscine) ou bien l'équivalent d'un stage d'une semaine en milieu naturel. Tout acquis en milieu artificiel nécessitera une adaptation en milieu naturel. Cette adaptation sera gérée par l'encadrant » extrait du MFT de la FFESSM, Coursus Jeunes.

Globalement, lors de chaque sortie, il sera demandé aux parents de venir récupérer du matériel. Ainsi, chaque enfant se verra attribué un équipement dont il aura la responsabilité. Il devra en prendre soin, le rincer et le rapporter sec. Cela fait partie des acquis de tout jeune plongeur.

### CONTRAINTES DU MILIEU NATUREL - la réglementation fédérale est catégorique !

Les enfants doivent faire des plongées sans paliers, d'une durée maximale de 25 minutes si la température est inférieure à 23°C.

La plongée enfant est interdite en deçà de 12°C (la température minimum en méditerranée est de 13°C!)

Il n'y aura qu'une seule plongée par jour si l'enfant a moins de 12ans.





## CSPG & Aquanature - Section Jeunes plongeurs

### MEMO Inscriptions 2018-2019

#### 4) CONDITIONS D'ACCES :

- Age minimum de **8 ANS**
- FICHE D'ADHESION** remplie
- AUTORISATION PARENTALE** (un exemple est disponible au dos de la fiche d'inscription)
- COPIE du CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION à la pratique de la Plongée subaquatique**  
Délivré par un MEDECIN FEDERAL ou MEDECIN SPECIALISE en PLONGEE (ex DU plongée, Subaquatique ou Hyperbare).  
*Attention à la mention "compétition" qui peut se révéler utile pour les enfants souhaitant participer à une compétition (Plongée Sportive piscine ou PSP) !!!*
- TYMPANOMETRIE** chez un ORL, obligatoire pour les premières inscriptions !
- CHEQUE d'Adhésion** (cf. tarifs sur la fiche)
- Assurance Individuelle Accident**  
Vérifier auprès de votre assureur et exigez une attestation !  
Elle est obligatoire pour la participation à une compétition.

#### **Attention, pour les demandes de Dérogations :**

Cela concerne les jeunes qui souhaitent passer le Niveau 1 avant 14ans.

Cette dérogation est soumise à l'accord préalable des moniteurs suivant l'évolution de l'enfant.

Dans ce cas-là, il faut **FOURNIR 2 DEROGATIONS MANUSCRITES, l'une rédigée par l'enfant lui-même et l'autre par ses parents auprès du Président du club, après validation du moniteur responsable.**

#### **TARIFS :**

En fonction de la maturité et des disponibilités de l'enfant, nous vous proposons 3 classes :

pour les débutants et <12ans = 90€

pour les expérimentés et jusqu'à 14ans = 110€

au-delà de 14ans, ils sont considérés comme des adultes et peuvent aller en piscine

les Lundis à Pablo Neruda ou les Mercredis à Fenouillet de 21h à 22h30 (115€ tarif étudiant).



## CSPG & Aquanature - Section Jeunes plongeurs

### MEMO Inscriptions 2018-2019

**CALENDRIER PREVISIONNEL** : cf. [site plongee-nimes.org](http://site.plongee-nimes.org)

- Séances en bassin ludique : AQUATROPIC les samedis de 11h45 à 13h30

samedi 29 septembre 2018	Débutants
samedi 6 octobre 2018	TOUS
samedi 10 novembre 2018	Débutants
samedi 17 novembre 2018	Ados & Anciens
samedi 24 novembre 2018	Ados & Anciens
samedi 1 décembre 2018	Débutants (Diplôme PMT)
samedi 8 décembre 2018	Ados & Anciens
samedi 19 janvier 2019	Débutants
samedi 26 janvier 2019	Ados & Anciens
samedi 2 février 2019	TOUS
samedi 16 février 2019	TOUS
samedi 16 mars 2019	TOUS
samedi 30 mars 2019	TOUS
samedi 13 avril 2019	TOUS
samedi 25 mai 2019	TOUS

- Passage de brevets en MER :

samedi 1 juin 2019	Mer 1
samedi 8 juin 2019	Mer 2
samedi 15 juin 2019	Mer 3
samedi 29 juin 2019	Mer 4

Nombre de places limité au nombre de moniteurs disponibles... Merci de votre compréhension

- **Fosse NEMAUSA de 8h45 à 10h30** : (Uniquement réservée aux enfants expérimentés)

Les samedi 6 avril 2019 et samedi 18 mai 2019

#### EQUIPEMENT MINIMUM REQUIS :

Pour le bien-être de votre enfant nous vous demandons de les équiper de :

- **PALMES**: elles doivent être au moins 2,5 fois plus longues que le pied de votre enfant!

*En deçà, ce sont des palmes de piscine qui seront insuffisantes pour la mer!!!*

*Donc pour les grands gabarits, évitez les palmes de la marque tribord! MERCI*

- **MASQUE**: il doit tenir posé sur le visage sans les lanières par simple aspiration par le nez!

(ex : Décathlon 5€ en différentes tailles)

- **TUBA**: l'embout doit être adapté à la dentition de votre enfant!

En cas de doute, demandez conseil et évitez les achats superflus!

**REFERENTS SECTION ENFANT** : Alice DUBOIS et Gilles ETCHEMENDY



## CSPG & Aquanature - Section Jeunes plongeurs

# MEMO Inscriptions 2018-2019

Rendez-vous le **samedi 29 septembre 2018** à 11h30

devant l'entrée d'**AQUATROPIC** pour l'accueil des nouveaux

Pour cette première séance, il faudra impérativement le **nom, prénom, âge** de votre enfant et **vos coordonnées** pour vous recontacter.

Evitez les achats superflus : Maillot, serviette et lunettes de piscine suffiront...  
Nous vous conseillerons pour l'achat de matériel adapté à votre enfant.

Aucun accès aux vestiaires, ni au bassin n'est possible.

Les parents curieux pourront demander à l'entrée pour avoir accès à la coursive. La séance se termine à 13h30.

Avant cette date, nous vous conseillons de **PREVOIR LES RENDEZ-VOUS CHEZ LES MEDECINS**

Le dossier sera considéré comme **COMPLET** lorsque les documents ci-dessous seront déposés:  
(lors d'une séance en piscine ou par mail)

- FICHE D'ADHESION** remplie
- CHEQUE d'Adhésion** pour les débutants et <12ans = **90€**  
pour les expérimentés et jusqu'à 14ans = **110€**  
au-delà de 14ans, ils peuvent être considérés comme des adultes et peuvent aller en piscine : les Lundis à Pablo Neruda ou les Mercredis à Fenouillet de 21h à 22h30 (115€ tarif étudiant)
- COPIE du CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION** à la PRATIQUE DE LA PLONGEE SUBAQUATIQUE  
  
Faire remplir sur le **FORMULAIRE SPECIFIQUE** que vous devez apporter au médecin  
  
Pour les jeunes plongeurs, il doit être délivré par un **MEDECIN FEDERAL** ou **MEDECIN SPECIALISE** en **PLONGEE** (ex DU plongée, Subaquatique ou Hyperbare)  
  
Attention à la mention "compétition" qui peut se révéler utile pour les enfants souhaitant participer à une compétition (Plongée Sportive Piscine ou PSP) !!!
- TYMPANOMETRIE** chez un ORL, **OBLIGATOIRE** pour les premières inscriptions !
- AUTORISATION PARENTALE** *un exemple est disponible au dos de la fiche d'inscription*
- Assurance Individuelle Accident**  
Vérifier auprès de votre assureur et exigez une attestation !  
Elle est **OBLIGATOIRE** pour la participation à une compétition
- Dérogation** (le cas échéant pour les plus de 12ans souhaitant passer le niveau 1)

Passé le mois de novembre, votre enfant ne sera pas couvert par le club et nous nous verrions l'obligation de lui refuser

l'accès au bassin

**Merci de votre compréhension**



## CSPG & Aquanature - Section Jeunes plongeurs

### MEMO Inscriptions 2018-2019

RECAPITULATIF RECOMMANDATIONS FEDERALES :

Médecin recommandé	âges	Etoiles de mer 1, 2, 3	Bronze / Argent	Or
Généraliste	< 8 ans	1m		
Médecin Fédéral <i>ou</i> Médecin Spécialisé de la Plongée  <i>MF ou MG</i>	8 ans	3m	6m	
	9 ans			
	10 ans			12m
	11 ans			> 12ans!!!
	<b>12 ans</b>			
	13 ans			20m
	14 ans			

Médecin recommandé	âges	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
Médecin Fédéral <i>ou</i> Médecin Spécialisé de la Plongée  <i>MF ou MG</i>	<b>12 ans</b>	<i>sur dérogation manuscrite!! !</i>		
	13 ans			
	<b>14 ans</b>			
MF ou Généraliste	15 ans	20m		
	<b>16 ans</b>			
	<b>&gt; 18ans</b>		40m	
				60m