



initiatives jeunes

- J. HLADKY -

L'enjeu de cette nouvelle rubrique est de mettre en valeur les initiatives, souvent nombreuses et originales, de nos clubs qui traduisent l'axe prioritaire du projet de développement de la fédération à savoir "Rajeunir et féminiser". Les moins de 20 ans ne représentent que 15 % de nos 135000 licenciés, avec une tendance à la baisse, et notre taux de féminisation n'est encore que de 34 %.



Préparation d'un atelier.

ASSISTANT MONITEUR JEUNES :

UNE QUALIFICATION MOTIVANTE POUR FIDÉLISER ET FORMER LES ADOLESCENTS

L'objectif ici est d'illustrer les moyens mis en œuvre pour capter et fidéliser le public jeunes plongeurs. Vous allez découvrir dans ce premier témoignage comment Abyss plongée (37) exploite le diplôme d'assistant moniteur pour créer un parcours de formation mobilisateur dans la durée en direction de ses jeunes adhérents avec le projet d'un engagement vers l'initiateur ou le niveau 4. Si le *Manuel de formation technique* et les éléments qui lui sont associés restent la référence, il est utile de préciser qu'Abyss Plongée a produit plusieurs documents internes pour documenter cette expérience innovante et permettre, à terme, d'éventuelles mutualisations.



/// L'EXPÉRIENCE INNOVANTE DU CLUB ABYSS PLONGÉE. PAR GAËL ROCHEFORT

La FFESSM propose, au sein de son cursus jeunes plongeurs, une qualification particulièrement adaptée aux adolescents : l'assistant moniteur. Accessible dès le niveau 1 et à partir de 12 ans, elle est réservée exclusivement aux mineurs et constitue une voie d'accès privilégiée vers le brevet d'initiateur (possible dès 15 ans). Comme indiqué dans le *Manuel de formation technique (MFT) jeunes plongeurs*, cette qualification leur permet de s'impliquer activement dans l'encadrement sans aucune prérogative autonome d'enseignement. Ils assistent un moniteur qualifié dans l'organisation des séances, les démonstrations de gestes simples et la motivation des débutants, toujours sous supervision directe et dans l'espace proche (0-6 m). Le *MFT* insiste sur la sécurité, la progressivité et la bienveillance : la validation (par un E3) se fait en milieu artificiel



Débriefing et validation du livret.

ou naturel par contrôle continu (sans examen formel), avec un tuteur qui valide les compétences sur un livret adapté. L'objectif est clair : engager les jeunes dans la vie du club, développer leur sens des responsabilités et tester leur intérêt pour la pédagogie avant un engagement plus lourd. Au club Abyss Plongée (Saint-Cyr-sur-Loire près de Tours), nous célébrons plus de 25 ans d'existence avec une moyenne annuelle de 100 à 120 adhérents, dont environ 20 % de jeunes plongeurs. Notre section jeunesse possède une histoire riche et continue, avec des passages de relais harmonieux entre les différents coordinateurs de section successifs. Depuis les années 2000, nous avons toujours maintenu un noyau actif d'adolescents, avec une répartition équilibrée des âges : majoritairement des 12-16 ans, mais aussi des 8-11 ans en progression vers les niveaux supérieurs. L'enseignement est articulé sur l'année scolaire, avec des séances hebdomadaires en piscine, des sorties en fosse durant l'hiver, complétées par des sorties carrière en eau douce ou en milieu naturel marin dès le printemps. Nous avons pensé que la qualification pouvait correspondre aux aspirations de cette frange de pratiquants auxquels on pouvait offrir la possibilité de découvrir sur le temps long une facette supplémentaire de la plongée. Un noyau dur de formateurs expérimentés (E1 à E4) assure la continuité pédagogique, mais ce qui fait véritablement notre force, c'est que les jeunes, et même les adultes, restent motivés et fidèles parce qu'ils se sentent véritablement à leur place dans une ambiance familiale. Notre implication dans la formation jeunesse est forte : deux « anciens » jeunes ont intégré le comité directeur dès leur majorité. Cette atmosphère favorise une aide naturelle et spontanée : les plus avancés accompagnent les débutants sans qu'on le leur demande, créant une dynamique d'entraide qui nous a naturellement conduits à développer des rôles d'« aides moniteurs » informels, puis à structurer la qualification officielle d'assistant moniteur (AM). Nous avons ainsi pensé que la qualification pouvait correspondre aux aspirations de cette petite partie des jeunes. Le *MFT jeunes plongeurs* offre un cadre clair mais laisse une grande latitude aux clubs pour adapter sa mise en œuvre. Chez Abyss plongée, nous avons saisi cette souplesse pour en faire un projet fédérateur au sein de la section jeunesse. L'AM représente une antichambre ludique et sécurisée vers l'initiateur club. Nous conservons tous les avantages : engagement, transmission, valorisation personnelle, etc. La durée visée est progressive sur deux saisons pour permettre une maturation naturelle et éviter tout décrochage. Nos conditions d'entrée sont légèrement plus sélectives que le minimum fédéral : niveau 1 validé, au moins 20

plongées variées (piscine, fosse, carrière eau douce, milieu naturel marin), accord parental obligatoire, et surtout une appétence exprimée pour l'encadrement, évaluée lors du stage initial. Le « ruban pédagogique » est conçu pour favoriser l'implication volontaire et l'amélioration continue :

> **Stage initial** (2 sessions de 2 heures, en tout début de saison et de cursus) : présentation du rôle d'assistant, introduction aux bases pédagogiques via quiz interactifs et jeux de rôle, focus sur la sécurité, remise d'un livret pédagogique dédié et évaluation d'aptitude centrée sur la motivation et l'attitude.

> **Livret pédagogique de suivi** : outil central qui inclut une fiche d'identité avec accord parental, des tableaux détaillés par groupe de compétences (date, lieu/site, tuteur, thème, état d'avancement dans la compétence, signature/émargement), et des éléments motivants comme des espaces pour des commentaires constructifs. Ce livret assure un suivi individuel précis et une progressivité visible, très appréciée des adolescents.

> **Mini-manuel de formation dédié** : issu d'une adaptation très libre du cursus initiateur du *MFT*, il décrit nos conditions d'entrée en cursus et les quatre groupes de compétences simplifiés que nous avons établis.

> **Mise en situation progressive** : utilisation d'un forum de messagerie électronique dédié (groupe modéré par un moniteur) où les assistants échangent des idées d'ateliers, coordonnent leurs rôles (« qui fait quoi ») et préparent leurs séances. Chaque proposition est exposée sur tableau devant un moniteur, puis mise en pratique avec démonstration auprès des autres jeunes plongeurs. Des remédiations immédiates sont apportées si nécessaire, suivies d'un débrief collectif en fin de séance pour une amélioration continue.

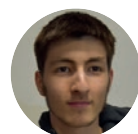
Ce projet est devenu naturellement fédérateur dans la section. L'émulation entre jeunes est très positive : ils s'entraident, proposent des idées créatives et progressent ensemble. Cela motive également les moniteurs expérimentés, qui perfectionnent leur propre enseignement en observant les approches fraîches des adolescents. Le plaisir évident des AM est contagieux : on voit des sourires, de l'enthousiasme et de vraies vocations naître. Les plus jeunes écoutent activement leurs pairs avec bienveillance et confiance, créant un cercle vertueux. Les AM en formation déploient ensuite les outils qu'ils ont eus pendant leur propre apprentissage en se les appropriant judicieusement. Leur expérience déjà avancée de plongeur est alors un vrai atout au fil des séances. Même des adhérents adultes, qui se questionnent sur le passage d'un E1, manifestent un intérêt pour cette démarche progressive et sans pression. Tout repose sur une coordination rigoureuse entre AM et encadrants, avec une bienveillance constante et une mise en sécurité systématique. Nous poussons les jeunes à sortir légèrement de leur zone de confort pour grandir, mais jamais au point de les placer en situation d'échec prévisible. Le livret pédagogique, par sa visibilité et sa progressivité, est un excellent outil pour suivre chaque parcours individuel et maintenir la motivation. Cette expérience montre qu'avec de la souplesse et beaucoup de ludique, la qualification assistant moniteur devient un puissant levier pour renouveler les vocations d'encadrement au sein de la FFESSM. Nous partageons volontiers nos outils (mini-manuel, livret, fiche modèle de séance) pour inspirer d'autres clubs.

/// TÉMOIGNAGES DES ACTUELS ASSISTANTS MONITEURS EN FORMATION



> **Soren R.G.**, 12 ans, N1 technique

Mon objectif c'est de devenir moniteur, la formation jeune assistant moniteur est une étape importante pour aller de l'avant ! Elle me permet d'apprendre davantage de choses (techniques de plongée) et surtout partager des connaissances aux autres qui débutent.



> **Maxime B.**, 17 ans, N2 technique

Je me suis lancé dans la formation pour acquérir de l'expérience au niveau de l'accompagnement des autres plongeurs pour ensuite devenir moniteur. J'aime encadrer, bien faire les séances et apprendre les méthodes d'enseignement. Je trouve ça très utile et pas que pour la plongée (par exemple le grand oral du bac).



Démonstration du Vidage de masque.



> **Valéry D.**, 13 ans, N1 technique

Je me suis lancé dans cette formation d'assistant moniteur tout d'abord car j'aime bien montrer les gestes techniques de la plongée, notamment trouver des idées pour les expliquer et les montrer aux autres plongeurs. Par exemple, j'ai bien aimé montrer les gestes techniques de l'équipement à un ami. De plus, la formation d'assistant moniteur est l'étape qui suit directement l'aide monitorat. Ça m'a donc paru logique de poursuivre dans cette voie.



> **Florine D.**, 18 ans, N3 technique

J'ai choisi de suivre la formation car j'apprécie enseigner mes connaissances aux autres et inculquer des gestes techniques, notamment en inventant des moyens ludiques et pédagogiques. Je ressens aussi une certaine fierté lorsque je vois ce qu'on enseigne être réussi. En outre, le lien particulier qui se noue avec « l'élève » est important pour moi. Par ailleurs, il s'agit d'une aide indiscutable pour le N4 que je vise. J'aimerais aussi devenir, pourquoi pas, initiateur... Enfin, cette formation me permet d'acquérir une aisance à l'oral face à un public qui ne me sera qu'utile pour ma suite professionnelle.

/// TÉMOIGNAGES DE MONITEURS DE LA QUALIFICATION

> **Jean-Lin D.**, E2

Pour moi, les assistants moniteurs jeunes, c'est une belle aventure intergénérationnelle où se mêlent les expériences et les cultures autour d'une passion commune. Ce dispositif innovant et audacieux assure l'avenir du club : il nous permet de nous réinventer en transmettant avec fraîcheur. Le plus beau, c'est de voir cette multitude de sourires, cette complicité naturelle entre les jeunes, et surtout cette envie contagieuse... et irrésistible de faire des bulles ensemble, de plonger plus loin dans la découverte et le partage. C'est ça, la magie de la plongée : des regards qui pétillent et des cœurs qui battent au rythme des palmes !



> **Morgane C.**, E1

Être responsable de la section jeunes à Abyss plongée, c'est réaliser et partager les rêves des enfants et ados dans une ambiance ludique et bienveillante. J'ai découvert le club il y a 13 ans : une équipe soudée, à l'écoute, où l'on ne gronde pas si ça ne marche pas du premier coup. Une maman me disait récemment :

« Mon fils va arrêter son autre sport car ici, il revient toujours avec le sourire. » Les sourires, l'investissement et l'entraide sont nos récompenses quotidiennes. C'est dans cet esprit que la formation assistant moniteur jeunes s'intègre parfaitement : elle permet aux ados les plus motivés de transmettre à leur tour cette passion, avec la même douceur et le même plaisir. ■

Contact : Gaël Rochefort – AssistantMoniteurAbyss@gmail.com – Abyss plongée