

## FICHES PEDAGOGIQUES

### La « Réaction à la panne d'air » Pédagogie pratique.

<b>Présenter l'exercice</b>	Faire respirer deux plongeurs alternativement et calmement sur un seul détendeur *.
<b>Justifier l'exercice</b>	<p><b>S</b> : Savoir réagir face à une panne d'air.</p> <p><b>E</b> : <b>N 1</b> Savoir (prévenir) demander de l'air au moniteur. Savoir donner de l'air à un coéquipier en panne d'air.</p> <p><b>N 2</b> Réaction à la panne d'air.</p> <p><b>A</b>: Contrôler sa ventilation. Ne pas paniquer si panne d'air.</p>
<b>Vérifier les prés-requis</b>	<p>Savoir utiliser le P.M.T. (Maîtrisé le palmage de sustentation), Le Lâcher et Reprise d'Embout, La Remontée Contrôlée sur Expiration, Vidage de Masque, phoque et canard, passage tuba-embout et embout-tuba.</p> <p>Lâcher et Reprise d'Embout (LRE), Remontée Contrôlée sur Expiration (RCE) ou Expiration Contrôlée à la Remontée (ECR).</p>
<b>Expliquez l'exercice</b>	<p><i>Pour des raisons d'hygiène, les échanges d'embout sont prohibés. Ils sont désormais remplacés par :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des échanges d'embout simulés,</li> <li>• L'utilisation d'un détendeur de secours.</li> </ul> <p><i>Les exercices sont traités en version « échanges simulés.</i></p> <p><b>Savoir demander de l'air au moniteur ou à un équipier.</b></p> <p>- <b>Premier cas</b> : La victime, a oublié de vérifier son manomètre ou sa tige de réserve était déjà tirer.</p> <p>Retirer votre détendeur et attendre quelques secondes avant d'effectuer le signe « Je n'ai plus d'air ».</p> <p>L'équipier se dirige rapidement vers vous (en contrôlant son système de réserve d'air). Il vous saisit par une sangle, et vous présente un détendeur (le vôtre).</p> <p>La victime le prend et se le met en bouche seule (l'équipier doit laisser la possibilité à la victime de faire fuser le détendeur). Après quelques cycles ventilatoires (au moins trois), l'équipier vous le retire après une inspiration et respire deux fois sur le sien.</p> <p>Puis il vous présente à nouveau un détendeur (toujours le vôtre).Le cycle d'échanges simulés se poursuit alors à raison de deux inspirations par plongeur.</p> <p>- <b>Deuxième cas</b> : La victime, n'a pas de manomètre mais une tige de réserve qu'il a oublié de tirer.</p> <p>Retirer votre détendeur et attendre quelques secondes avant d'effectuer le signe « Je n'ai plus d'air ».</p> <p>L'équipier se dirige rapidement vers vous (en contrôlant son système de réserve d'air). Il vous saisit par une sangle, et vous présente un détendeur (le vôtre).</p> <p>La victime le prend et se le met en bouche seule (l'équipier doit laisser la possibilité à la victime de faire fuser le détendeur). Pendant les quelques cycles ventilatoires (au moins trois) que va effectuer la victime,</p> <p>L'équipier vérifiera que la victime n'a pas oublié de tirer votre réserve, si vous en avez une. Si c'est le cas, et vous la tirera et s'assurera de sa bonne mise en service par un ou deux cycles ventilatoires. Si c'est le cas, il vous redonnera votre détendeur et vous signalera que vous êtes sur réserve, et la fin de la plongée.</p> <p><b>Savoir donner de l'air à un coéquipier en panne d'air.</b></p> <p>La victime interrompt sa ventilation et effectue le signe « Je n'ai plus d'air ».En se dirigeant rapidement vers elle, le coéquipier baisse sa propre réserve (s'il en a une) ou contrôle son manomètre.</p> <p>Il saisit la victime par une sangle, et lui présente le détendeur légèrement fusant. La victime le superpose au sien, le temps d'effectuer au moins trois inspirations</p> <p>Reprendre le détendeur pour y respirer 2 fois (tandis que la victime interrompt sa ventilation).En même temps, interroger la victime par un signe « OK » et attendre sa réponse.</p> <p>Puis le cycle d'échanges à raison de deux inspirations par plongeurs se met en place.</p> <p>Bien regarder la victime dans les yeux pour la rassurer.</p> <p>Entamer un déplacement ou une remontée (Niveau 2).</p>

«  
Vérifier que l'élève a compris.

## FICHES PEDAGOGIQUES

<b>Consignes de sécurité</b>	Descente : oreilles, sinus, masque. Remontée : ne pas bloquer sa ventilation, remontée à une vitesse inférieure à celle des petites bulles, tour d'horizon, passage au tuba.
------------------------------	---

<b>Rappel des signes</b>	« OK », « Ca va », « je suis sur réserve », « passe moi ma réserve », « Ca ne va pas », « Je n'ai plus d'air », « Toi », « Moi », « On monte », « On descend », « Regarde », « Doucement », « Stop », « Fin d'exercice ».
--------------------------	---

### Démontrer l'exercice Dans l'eau.

<b>Faire exécuter l'exercice.</b>	En début d'exercice, l'attente réalisée entre le retrait du détendeur (pour simuler la panne d'air) et l'exécution du signe « Je n'ai plus d'air » simule le temps nécessaire, dans la réalité, à une victime pour obtenir l'aide d'un coéquipier. Elle peut être graduellement augmentée et modulée en fonction du niveau des élèves (10 à 15 secondes au niveau 1, 15 à 30 secondes au niveau 2).Elles peut aussi être remplacée par un déplacement de la victime (sur 5 à 10 mètres) pour se rapprocher encore davantage des conditions réelles d'une panne d'air.
-----------------------------------	---

<b>Corriger les fautes commises.</b>	<i>Fautes à corriger :</i>	<i>Conséquences :</i>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne pas baisser sa réserve (ou ne vérifie pas son manomètre).</li> <li>• Donner l'embout à l'envers.</li> <li>• Lâcher le détendeur.</li> <li>• Lâcher le plongeur assisté</li> <li>• Reprendre l'embout sur inspiration de l'assisté.</li> <li>• Ne pas donner de l'air assez souvent.</li>   <li>• Ne pas souffler pendant la phase d'apnée (Niv. 2).</li> <li>• Remonter trop vite (Niv.2).</li> <li>• Absence de tour d'horizon, et « OK » (Niv.2).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Risquer la panne d'air en cours d'assistance.</li> <li>⇒ Le plongeur assisté risque de boire la tasse.</li> <li>⇒ Si le plongeur assisté panique, il risque de se l'approprier.</li> <li>⇒ Risque de le perdre.</li> <li>⇒ Le plongeur assisté risque de boire la tasse.</li>   <li>⇒ Le plongeur assisté va se trouver à court d'air (risque d'essoufflement).</li> <li>⇒ Risque de surpression pulmonaire.</li>   <li>⇒ Risque d'accident de décompression.</li> <li>⇒ Risque de collision.</li> </ul>

### Conclure avec des critiques toujours constructives.

<b>Prochaine séance</b>	Capelage / décapelage en surface. ???
-------------------------	---------------------------------------