

APPRENDRE A FORMER : UNE COMPÉTENCE DU E1

Notions de pédagogie générale



POUR VOUS, FORMER , C'EST QUOI ?



SYLVIE B/ MF2

- STAGE INITIAL INITIATEUR - OYONNAX -

27/09/2025

A la fin de l'exposé, vous serez capable de:

- Citer les compétences pédagogiques de tout formateur
- Expliquer le triangle pédagogique
- Citer les besoins, freins, processus, conditions d'apprentissage de l'apprenant.
- Énoncer les liens entre savoirs, compétences & objectifs pédagogiques
- Définir les différents types d'objectifs pédagogiques
- Différencier les acquis, prérequis, objectifs et progression pédagogique
- Concevoir une progression pédagogique
- Définir l'animation d'une formation.
- Définir les différents types d'évaluation.

- I. De la pédagogie...le triangle pédagogique ?
- II. Compétences d'un formateur ?
- III. Besoins, freins, processus, conditions de l'apprenant ?
- IV. Savoir, Compétence & Objectif pédagogique
- V. Objectifs pédagogiques
- VI. Acquis & pré requis.
- VII. Concevoir une progression pédagogique
- VIII. Animer pour former
- IX. Evaluer pour former



I DE LA PEDAGOGIE ...?

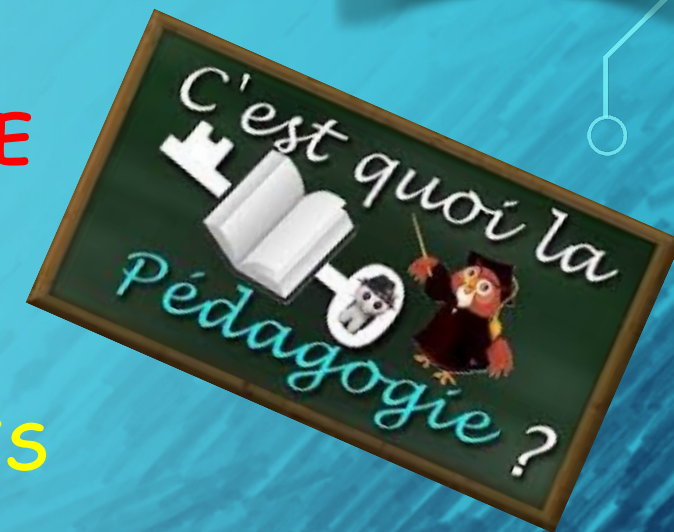
**DEVELOPPER
LES COMPETENCES ... ET L' AUTONOMIE
DE L'APPRENANT**



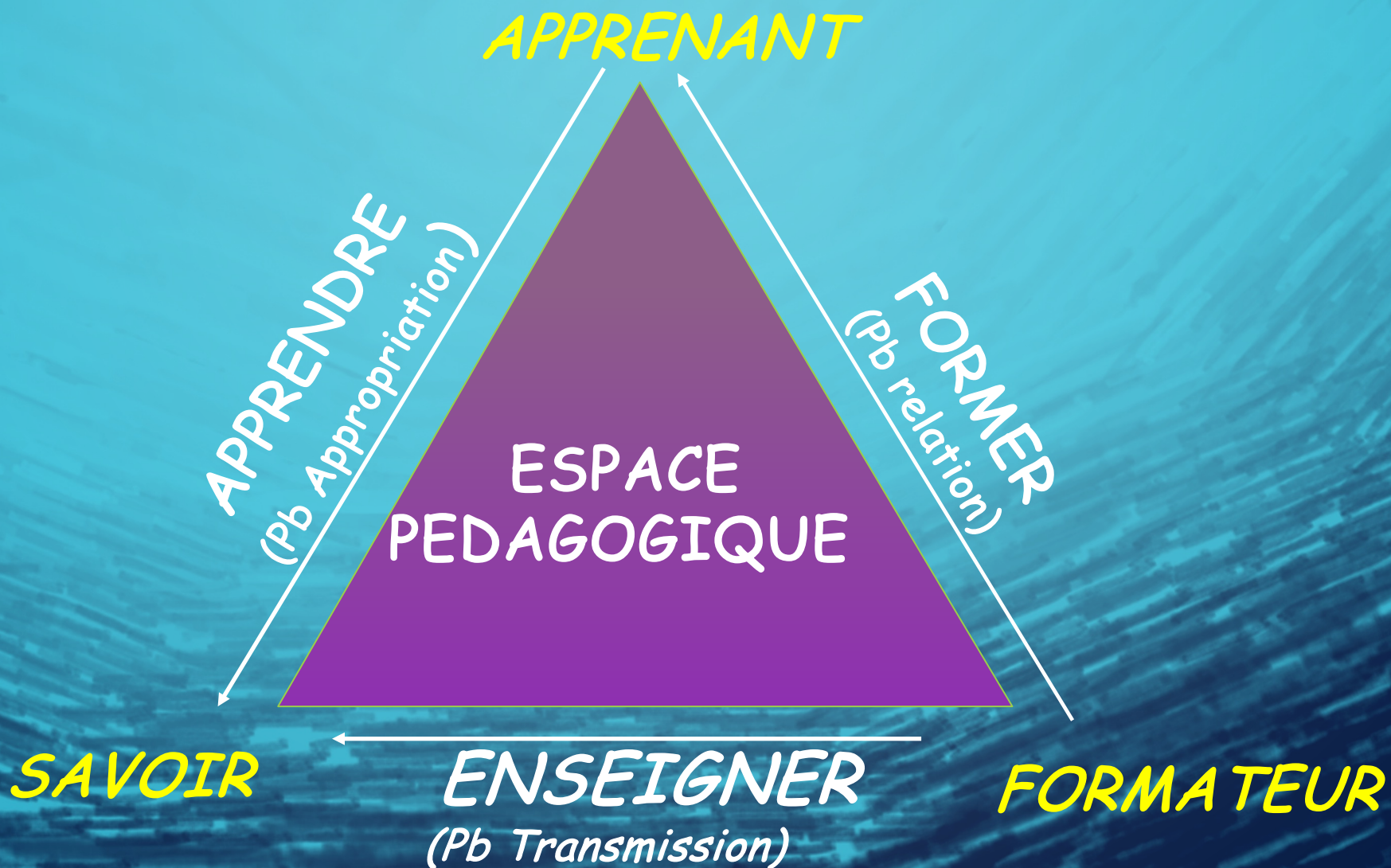
UTILISER DES MOYENS PÉDAGOGIQUES

=

**Méthodes & pratiques d'enseignement les plus adaptées pour développer
des savoir-faire en situation
(savoir, savoir faire, savoir être combinés)
à une personne (ou un groupe de personnes)**



I ... LE TRIANGLE PEDAGOGIQUE



*Maitriser les contenus
MFT « Jeunes plongeurs, PE20,
Compétences techniques*

*Respecter le cadre réglementaire
Code du Sport, MFT ...
Compétence pédagogiques*

*Concevoir des objectifs et
progressions pédagogiques
« Jeunes plongeurs », PE20,
Compétences pédagogiques*

*Animer une action de formation
cours théorique
ou séance pratique
Communication & Techniques
Compétences pédagogiques*

**LE FORMATEUR
SAIT FAIRE :**

*Evaluer une action de formation
Cours théoriques &
Séances pratiques
Compétences pédagogiques*

*Organiser une action de formation
Cours théorique ou séance pratique
Compétences organisationnelles*

III L'APPRENANT ?



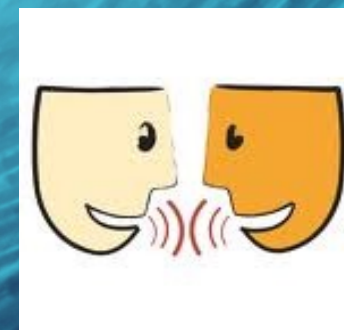
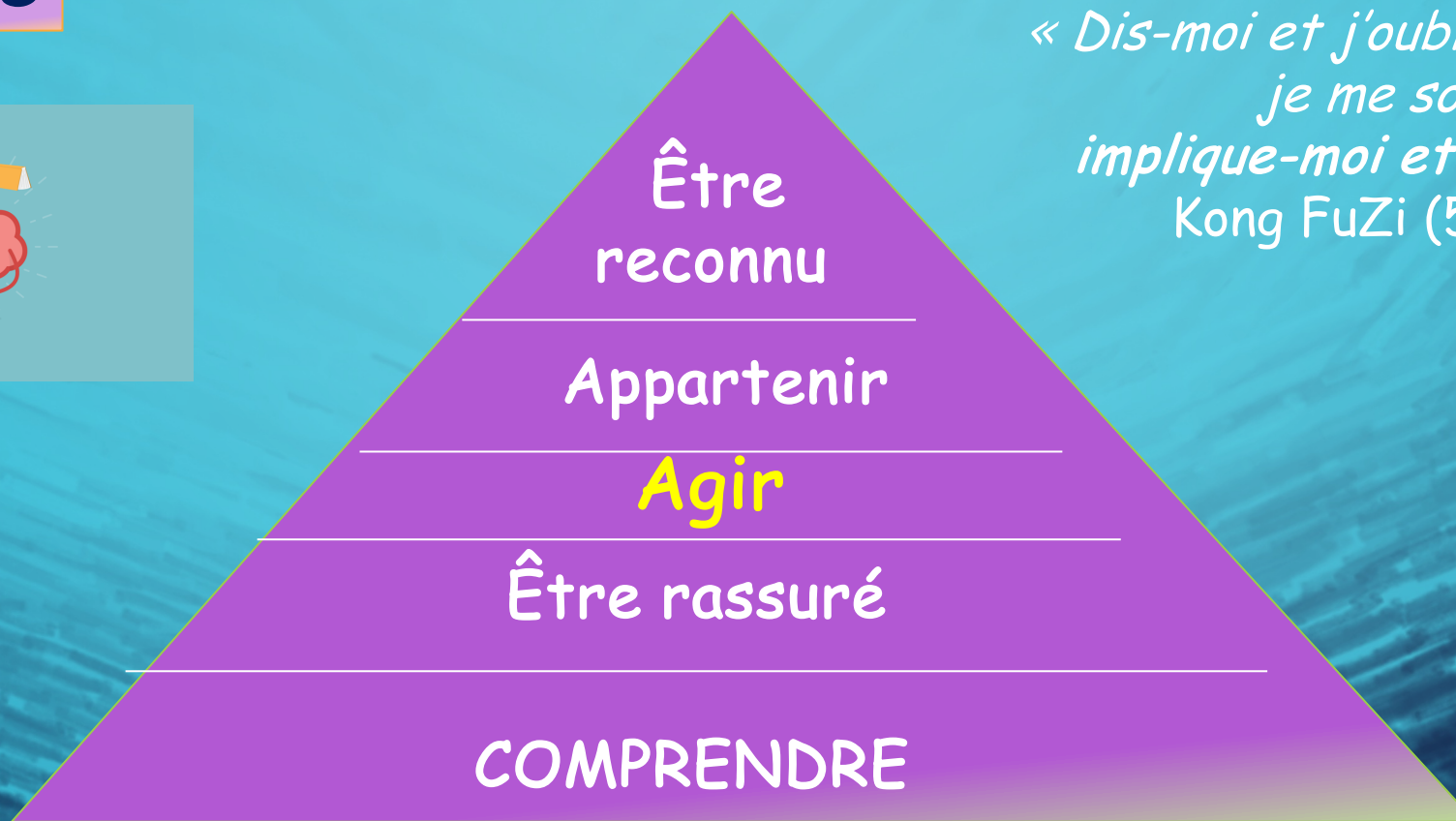
BESOINS , FREINS, PROCESSUS, CONDITIONS D'APPRENTISSAGE ?

III L'APPRENANT ?

BESOINS



« Dis-moi et j'oublierai, montre-moi et je me souviendrai, implique-moi et je comprendrai
Kong FuZi (551-479 av. J.-C.)



Utiliser des méthodes de pédagogie active

III L'APPRENANT ?

FREINS


Vécu, âge,
contraintes et responsabilités,
Expériences

Moindre capacité
de mémorisation,
de souplesse intellectuelle
et d'adaptation

Un adulte
n'apprend pas
comme un enfant

FREINS

« Apprendre » se construit toujours à partir de ce que l'on sait (Socrate) et « contre » ou en « résistance » de ce que l'on sait déjà.



Un adulte n'apprend pas comme un enfant

Forte résistance face à un système pédagogique classique

se traduit par :

- Remise en cause de l'autorité du formateur.
- Besoin de résultat concret de la formation
- Refus du système de sanctions
- Nécessité de prise en compte de ses acquis et expériences

PROCESSUS
DE CONSTRUCTION
DU NOUVEAU SAVOIR

Confronté à
une situation « problème »



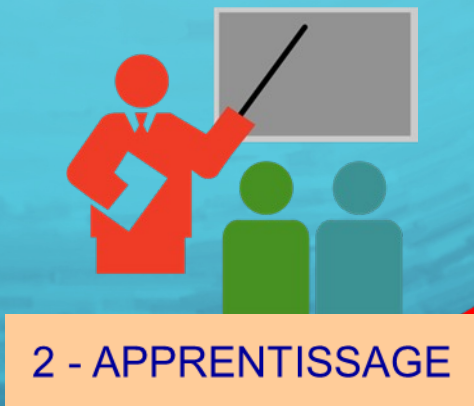
Un adulte
n'apprend pas
comme un enfant

Construction
du nouveau savoir
Contextualisation

Il est déstabilisé
Etape incontournable de déconstruction
pour accéder à un nouveau savoir

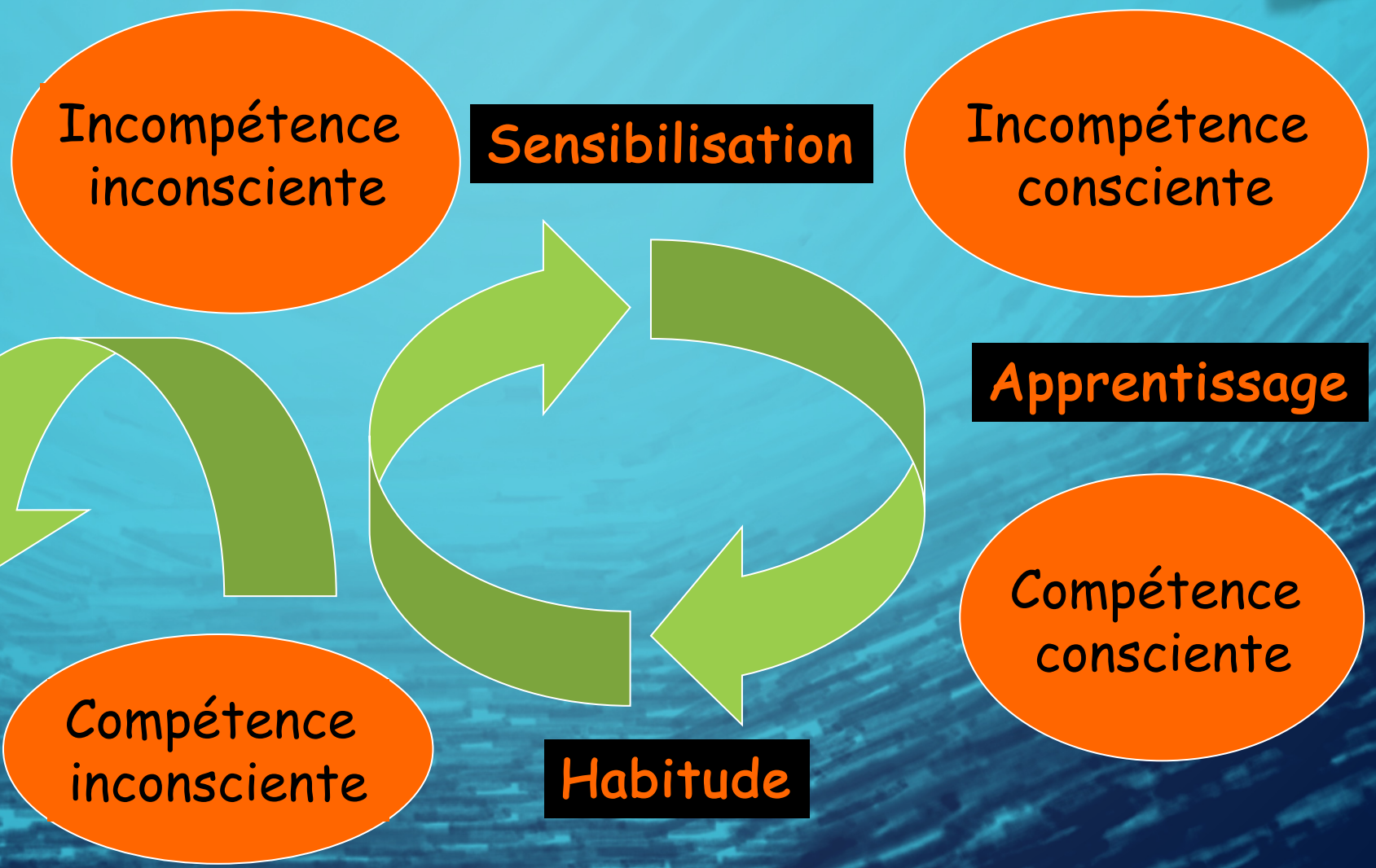
III L'APPRENANT ?

PROCESSUS DE CONSTRUCTION DE NOUVEAU SAVOIR



III L'APPRENANT ?

PROCESSUS
D'EVOLUTION DE
LA COMPETENCE



III L'APPRENANT ?

CONDITIONS D'APPRENTISSAGE DE L'ADULTE d'après S. Courau



... s'il comprend

... si la formation est
en relation directe
avec son quotidien

... si le formateur sait
utiliser les effets de la
réussite et de l'échec.

... s'il perçoit,
comprend et accepte
les objectifs du stage

Un adulte
apprend si...

... s'il se sent intégré
dans un groupe

... s'il agit et s'engage

... s'il est dans un
climat de participation

III L'APPRENANT ?

L'ATTENTION

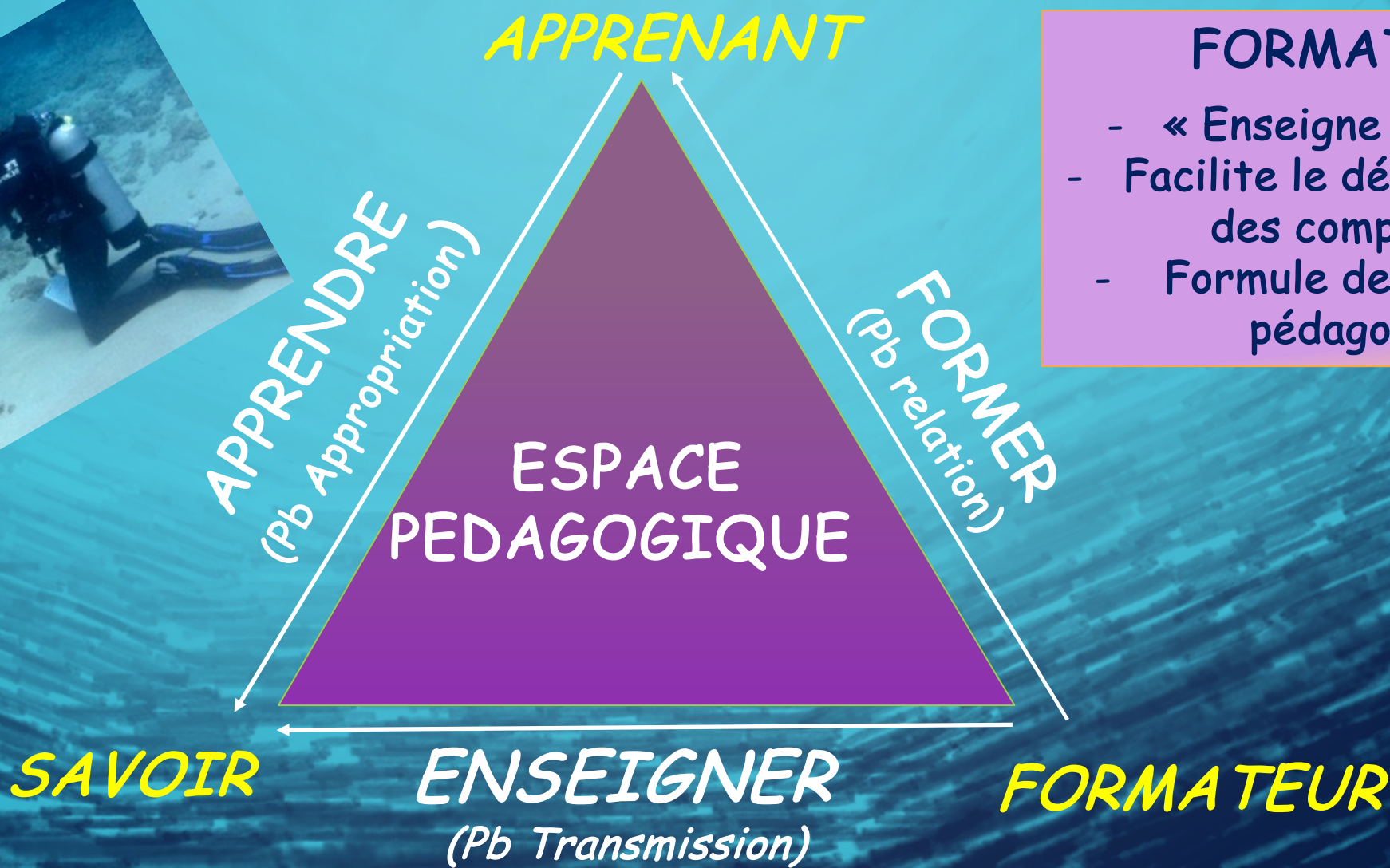
L'ENGAGEMENT ACTIF

FACTEURS DE REUSSITE
ET PILIERS
DE L'APPRENTISSAGE

LA CONSOLIDATION

LE RETOUR
D'INFORMATION

IV SAVOIR , COMPETENCE & OBJECTIF PEDAGOGIQUE ?



FORMATEUR

- « Enseigne le savoir »
- Facilite le développement des compétences
- Formule des objectifs pédagogiques

IV SAVOIR, COMPÉTENCE, & OBJECTIF PÉDAGOGIQUE ?

SAVOIRS = CONNAISSANCES ACQUISES

Savoir
connaissances, théorie

Savoir faire
capacités, techniques, gestes
procédures

Savoir être
comportements, attitudes,
postures.

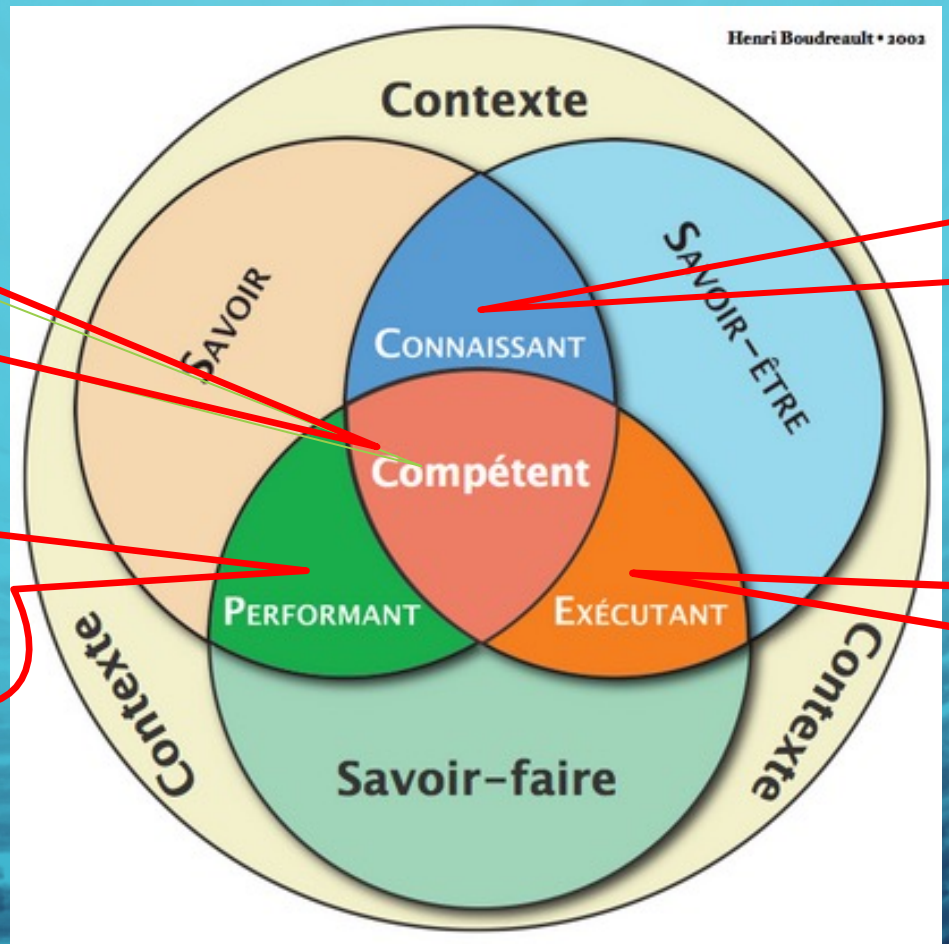


SAVOIR ≠ COMPÉTENCE

IV SAVOIR, COMPÉTENCE & OBJECTIF PEDAGOGIQUE

LA COMPÉTENCE = UN SAVOIR-AGIR EN SITUATION

INTERACTIONS
des savoirs
=
ADAPTATION



NON
COMPÉTENT

NON
COMPÉTENT

NON
COMPÉTENT



Pour être compétent, il faut varier les contextes d'apprentissage



IV SAVOIR, COMPÉTENCE & OBJECTIF PÉDAGOGIQUE



PREROGATIVES
Ce que j'ai le droit de faire
Cadre de référence : CDS , MFT

COMPÉTENCES
SAVOIR-AGIR : N1,N2, E1...



FORMATION
(niveau, qualification)
Cadre de référence : MFT

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES
Résultats attendus en fin de formation
INTENTION DU FORMATEUR
☞ Nécessité d'une progression /étapes

PRATIQUE
=
NIVEAU D'AUTONOMIE
De Plongeurs : PE,PA
De formateurs : Ex

V OBJECTIFS PEDAGOGIQUES?



**BUT, CIBLE QUE
QUELQU'UN DOIT
ATTEINDRE**

Larousse

Ce que l'apprenant doit être capable
d'accomplir à la fin d'une période
d'enseignement donnée

Intérêts de la pédagogie par objectifs :

- Pour le formateur
 - Savoir où l'on va
 - Vérifier que l'on y est arrivé
 - Choisir les méthodes et techniques pédagogiques
 - Communiquer avec les apprenants
 - Construire des outils d'analyse de l'action pédagogique
 - Réaliser une évaluation formative et continue

- Pour l'apprenant
 - Savoir « où il va » et quand il y est arrivé
 - Gérer ses apprentissages
 - S'autoévaluer
 - Renforcer sa motivation

Si vous n'êtes pas sûr de l'endroit où vous voulez aller...
Vous risquez de vous retrouver ailleurs et de ne pas le savoir...

MAGER

V OBJECTIFS PEDAGOGIQUES?

3 TYPES

OBJECTIFS GENERAUX



OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES



OBJECTIFS OPERATIONNELS

PREROGATIVE

Ex: Argent, Niveau 1...

COMPETENCE

Ensemble des savoir-faire à acquérir en fin de formation

Ex : Se ventiler

PARTIE

Ensemble de capacités à acquérir à la fin de la partie

Ex: Vider son masque dans situations variées

SEQUENCE ou SEANCE

Capacité à acquérir à la fin d'une séance

Ex : Vider son masque en totalité en appui à 6m



Formuler un objectif opérationnel

S'adresse à l'apprenant

Utilise 1 verbe d'action
SAVOIR & CONNAITRE

Décrit un résultat attendu observable & quantifiable

Enonce des conditions de réalisation : OQC

Définit des critères de réussite

Savoir	Savoir Faire	Savoir Etre
Définir, Enumérer, Nommer, Rappeler, Reconnaître, Rédiger, Reproduire, Souligner, Classer, Décrire, Dire, Expliquer, Identifier, Illustrer, Reconnaître, Reformuler, Représenter, Situer, Traduire, Analyser, Assembler, Calculer, Choisir, comparer, créer, Démontrer, distinguer, évaluer, juger, Organiser, résoudre	Actionner, calibrer, découper, décrire, dessiner, faire fonctionner, identifier, indiquer, mesurer, métrer, régler, reporter reproduire, tracer, actionner, ajuster, araser, choisir, construire, démonter, établir, placer, polir, rapprocher, régler, remonter, souder, suivre, usiner, actionner simultanément, conduire, coordonner, diagnostiquer, diriger, guider, inverser, reconstruire, réparer, restaurer, retourner, tourner....	Accepter, admettre, obéir, reconnaître, respecter, se conformer, suivre, accueillir, adhérer à, contrôler son agressivité, écouter, être autonome, interpréter, prendre conscience, prendre initiative, respecter, s'adapter, analyser, animer, conseiller, convaincre, évaluer, expliquer, innover, reconnaître, respecter, s'intéresser



EX : le PE20 sera capable de **Vider son masque** en appui sur un fond de 4 m, à moitié rempli, en piscine, à son rythme, **en plusieurs fois en respectant les étapes du geste sans précipitation.**

V. OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

CONCEVOIR DES OBJECTIFS GÉNÉRAUX,
INTERMÉDIAIRES ou OPÉRATIONNELS ?

V. OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Quel type d'objectif ?

Se mettre à l'eau

O Intermédiaire

Compétence

Nager en capelée

O Intermédiaire

Partie

PE20

O Général

Ensemble de compétences

Se stabiliser à 6m en lac

O opérationnel

O de séance

VI. ACQUIS & PRE REQUIS

UN ACQUIS :

Savoir-faire **non nécessaire** pour apprendre un autre apprentissage
Ex : est-il nécessaire de savoir souffler par le nez avant de savoir vider son tuba ?

UN PRÉREQUIS :

Savoir-faire **nécessaire à maîtriser** avant d'apprendre un autre apprentissage
Ex : est-il nécessaire de savoir inspirer par la bouche et souffler par le nez avant de vider son masque (DBN) ?

DÉFINIR DES PRÉ REQUIS

SAVOIR FAIRE	PREREQUIS
Palmer en ventral & dorsal	Savoir nager & palmage de sustentation
Gréer et dégréer un bloc	Aucun
Réaliser une apnée expiratoire	Réaliser une apnée inspiratoire
Ventiler sur tuba	Aucun
Réaliser une apnée	Aucun
Se mettre à l'eau du bord, de l'échelle	Aucun
Se capeler dans l'eau	Se mettre à l'eau du bord, Palmer en sustentation
Utiliser son gilet en surface	Aucun
Se sécuriser en surface	Se lester, gonfler son gilet en surface, palmer en sustentation.
S'immerger en coulée expiratoire (phoque)	Se lester, palmer, équilibrer les pressions des oreilles, tenir une apnée expiratoire, purger son gilet .
S'immerger en « canard » en PMT.	Se lester, palmer, équilibrer les pressions des oreilles, tenir une apnée expiratoire, purger son gilet, ventiler et vider son tuba,
Vider son masque (VDM)	Dissocier la ventilation buccale et nasale (DBN)
Remonter en Expiration Contrôlée (REC) à 5 m	Se lester, ventiler sur détendeur, palmer, équilibrer les pressions des oreilles.
Lâcher & reprendre son embout à 6m	Apnée inspiratoire, ventiler sur détendeur, LRE sous la surface.
Se stabiliser à l'aide du gilet	Se lester, utiliser son gilet, réaliser un poumon ballast inspiratoire.
Vider son masque (VDM) à 6m	Réaliser sans appréhension un VDM à 1m, REC à 6m, équilibrer les pressions des oreilles, souffler dans son masque.
Réaliser un poumon ballast à 6 m.	Se lester, réaliser une apnée inspi et expiratoire, équilibrer les pressions des oreilles, souffler dans son masque, REC à 6m.
Se mettre à l'eau en saut droit	Contrôler son matériel, se lester, Palmer en sustentation, Se sécuriser en surface, équilibrer les pressions des oreilles, LRE, VDM.
Palmer en ventral en PMT	Palmer en sustentation, ventiler sur Tuba.
Se mettre à l'eau en Bascule arrière	Contrôler son matériel, se lester, Palmer en sustentation, Se sécuriser en surface, équilibrer les pressions des oreilles, LRE, VDM.
Remonter seul à l'aide du gilet	Se lester, se stabiliser, purger son gilet, réaliser un poumon ballast expiratoire, prévenir les risques (ne pas équilibrer ses oreilles, REC 6m)
Gérer sa panne d'air	Vider un embout avec le surpresseur ,tenir une apnée expiratoire 10s en dynamique.
Intervenir en relai auprès d'un équipier en difficulté (IRPD à 6m)	Se stabiliser, évoluer en palanquée guidée , gérer sa panne d'air, un essoufflement une crampe, un malaise

VII CONCEVOIR UNE PROGRESSION PEDAGOGIQUE ?

OBJECTIF GENERAL

NIVEAU DE SORTIE
Compétences
PE20



NIVEAU D'ENTREE
EN FORMATION INITIALE
Ex: PE20
Acquis ?/Prérequis « nager »

Prendre conscience de l'escalier pédagogique



**IDENTIFIER
LES PRE REQUIS
DU SAVOIR-FAIRE**

+ simple
ou + sécurisée
ou + compliqué

OBJECTIF GENERAL

**NIVEAU DE SORTIE
Compétences
PE20**

**OBJECTIFS
INTERMEDIAIRES**

OO n°9-2 : IRPD 6m

OO n°9-1: Application proc GP

OI n°9 : Evoluer en sécurité

OO n°5-2 : Gilet

OO n°5-1 Poumon Ballast

Oi n°5: S'équilibrer

OO n°4-4: Vider son masque

OO n°4-3: Vider son embout

OO n°4-2: Ventiler sur tuba

OO n°4- 1: Ventiler en immersion

OI n°4: Se ventiler

OI n°1: S'équiper

NIVEAU D'ENTREE

Ex: PE20

Acquis ?/ Prérequis?

**LISTER
LES SAVOIR-FAIRE
OPERATIONNELS**

VII CONCEVOIR UNE PROGRESSION PEDAGOGIQUE ?

Prendre conscience de l'escalier pédagogique

EX: PROGRESSION
DU VIDAGE DE MASQUE

Objectif de séance
Evaluation ou certification
Ex : Vider son masque

Objectif de séance
Remédiation ?
Ex: Difficulté à vider son
masque

Objectif de X séances
Perfectionnement du savoir-faire
Ex: Vider son masque en dynamique

Objectif de séance
Initiation du savoir-faire
Ex: Réaliser la technique
du VDM

Début de formation:
Evaluation Initiale
Evaluer les prérequis
Ex: Souffler par le nez



SECURITE
& REUSSITE

Définir la progression
d'un savoir-faire
(objectif intermédiaire)

L'apprenant est capable
de...

VII CONCEVOIR UNE PROGRESSION PEDAGOGIQUE ?

PROGRESSION
 D'UNE PARTIE OU
 DANS UNE SEANCE ?

- Prérequis
- Variable de progression

CONDITIONS DE REALISATION Variables d'action	VARIABLES DE PERFECTIONNEMENT Niveau de difficulté croissante (possibilité d'addition des facteurs de réalisation)			EXEMPLE DE GESTE
	-	=	+	
1: Environnement	Piscine, plongée du bord	Milieu naturel	Conditions pas faciles (courant...)	Mise à l'eau, palmage...
2: Profondeur	Zone où le plongeur à pied	3 à 6 m	> 6m	Tout geste technique
3: Appuis	Posé sur le fond	En équilibre statique	En déplacement	VDM, panne d'air gilet,
4: Points de repère	Nombreux et simples: visuels...	Limités	Absents ou pas faciles à identifier	Descente, équilibre, gilet, orientation
5: Délai de réaction, rythme	Au rythme de l'apprenant	Sans délai ou signal moniteur	Enchaînement rapide	VDM, Signes, LRE, REC...
6: Temps	Non chronométré	Chronométré	Chronométré	Palmage, apnée
7: Quantité	Faible	Moyenne	Importante	VDM, palmage
8: Codification	Prévu d'avance	Conditions proches réalité	Conditions proches réalité	Réactions aux signes...

SYLVIE B/ MF2

VII CONCEVOIR UNE PROGRESSION PEDAGOGIQUE ?

CHEMIN PAR ETAPES POUR ARRIVER AU BUT

PROGRESSION
D'UNE FORMATION

Aptitudes d'un plongeur (MFT)
Compétences PE20, bronze, argent or...

PROGRESSION
THEMATIQUE

Progression d'une partie:
Gilet, VDM, LRE, panne d'air...
Sur plusieurs séances

PROGRESSION
DANS UNE SEANCE

Au moins 2 exercices opérationnels
progressifs dans une même séance
=> conditions de réalisation variées


Réussite

Sécurité

Risque d'ECHEC ou MISE EN DANGER



❑ CRITERES DE PROGRESSIVITE DES EXERCICES ET EDUCATIFS, Hiérarchiser les apprentissages

- 
- 1/ absence de prérequis (Palmage, Gilet, apnée...)
 - 2/ les plus simples et moins risqués (palmage, gréer/dégréer...)
 - 3/ nécessitant des prérequis (VDM, LRE, gilet, perception VR...)
 - 4/ découpés les moins faciles en plusieurs étapes (Gilet..)

❑ CONDITIONS DE REALISATION

Tableau des 8 variables de progression qui permettent de complexifier les apprentissages en vue d'atteindre la compétence travaillée.

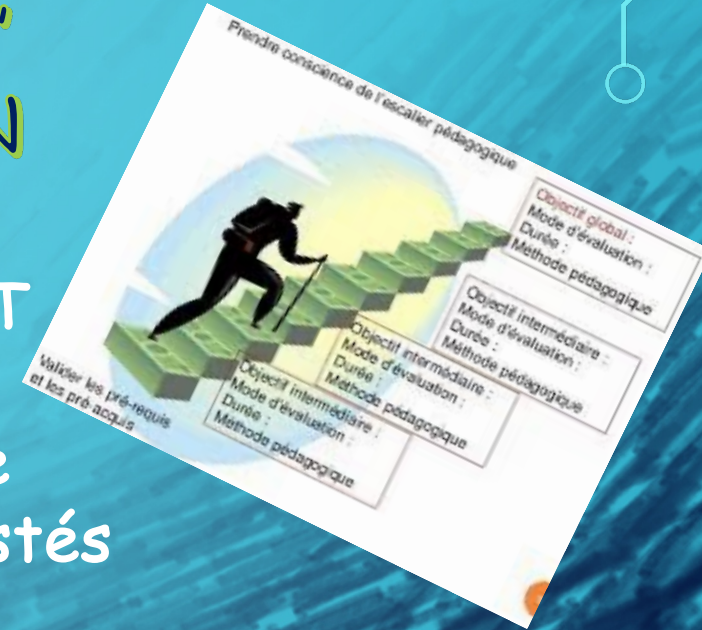
❑ CRITERES DE REUSSITE

Pour un même exercice, les critères de réussite demandés peuvent en modifier la complexité de la tâche.
Ex: yeux ouverts pendant VDM
-> Fonction du niveau et compétences attendus.



METHODOLOGIE POUR CONCEVOIR ' UNE PROGRESSION DE FORMATION

1. Se munir du référentiel de formation du niveau : MFT
2. Lister toutes les compétences du cursus
3. Lister tous les savoir-faire & savoirs par compétence
4. Identifier les prérequis des savoir-faire & savoirs listés
5. Hiérarchiser tous les savoir-faire identifiés
6. Articuler les savoir-faire entre eux en fonction de leurs prérequis



ANIMER C'EST QUOI ?



COMMUNIQUER

&

**UTILISER
DES MOYENS PEDAGOGIQUES
LES PLUS ADAPTEES
A L'OBJECTIF PEDAGOGIQUE**

**POUR FACILITER
LA MEMORISATION & LA COMPREHENSION
EN VUE DE DEVELOPPER LES COMPETENCES
DE L'APPRENANT**

EVALUER ?

Estimer, juger pour déterminer la valeur, l'importance de quelque chose.

- EVALUER (source Larousse)



COMMENT EVALUER ?

➤ EVALUER EN FORMATION ?

Mesurer, à l'aide de **critères et d'indicateurs déterminés**, les acquis d'un apprenant & l'atteinte des objectifs ainsi que la qualité de la formation.

➤ CRITERE ?

Élément de référence qui permet de juger, d'estimer , de définir quelque chose . Ex: **VR maîtrisée**

➤ INDICATEUR ?

Instrument de mesure qui donne de l'information pour renseigner un critère . Ex : **VR maîtrisée à 10 m/min**

Evaluer des compétences ?

=

Processus visant à mesurer le niveau d'apprentissage des apprenants , à partir d'un référentiel extérieur .

Moyen de mesurer

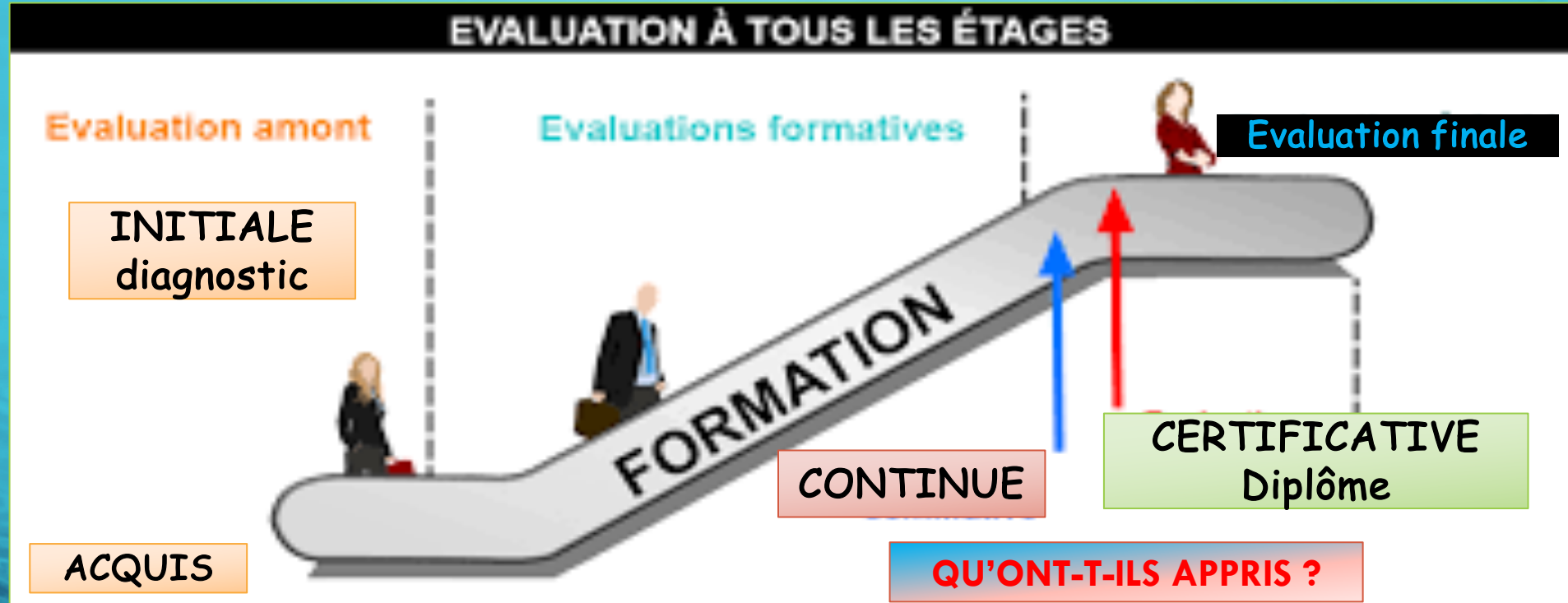
l'acquisition d'un savoir ou savoir-faire qui permet de

valoriser le niveau d'atteinte de l'objectif.



IX . EVALUER POUR FORMER ?

Moyen pour mesurer ce que l'apprenant sait ou ce qu'il a appris à partir des critères de réussite définis dans l'objectif pédagogique (autoévaluation)



Questionnaire, jeux, question/réponse...

Questionnaire, jeux, question/réponse...

MES, exposés, questionnaire...

Sur les critères de réussite définis dans l'objectif

1. Evaluation Diagnostique , de synthèse ou certificative :
 - En début de formation pour évaluer un nouveau plongeur.
 - En cours de formation ou partiel : PMT, panne d'air, VDM...
 - Fin de formation : certification du N1 ...
2. Nécessité de définir des critères d'évaluation et indicateurs observables
3. **Séance pratique**: Jeu de rôle concret, proche de la réalité
« plongée d'exploration sur la base des objectifs de la séance et critères à évaluer »
4. **A NE PAS FAIRE : TRAITER un sujet d'évaluation comme une séance d'initiation ou perfectionnement = Hors Sujet**

COMMENT REMEDIER A UNE DIFFICULTE D'APPRENTISSAGE DE L'APPRENANT?



IDENTIFIER LA SOURCE DE DIFFICULTE			COMMENT LA RESOUDRE ?
COGNITIF	SAVOIR	je ne sais pas	Faire reformuler pour réexpliquer
SENSORI-MOTEUR	SAVOIR-FAIRE	Je ne sens pas, je ne vois pas... Je ne perçois pas	Faire porter l'attention sélective sur les sensations (yeux fermés, repères visuels...) Répéter en variant les éducatifs
AFFECTIF	SAVOIR-ETRE	J'ai peur, je stresse je ne veux pas faire, je ne me sens pas capable ...	Rassurer en fractionnant les apprentissages (objectifs opérationnels adaptés à la réussite) Instaurer un climat de confiance

IX . EVALUER POUR FORMER ?

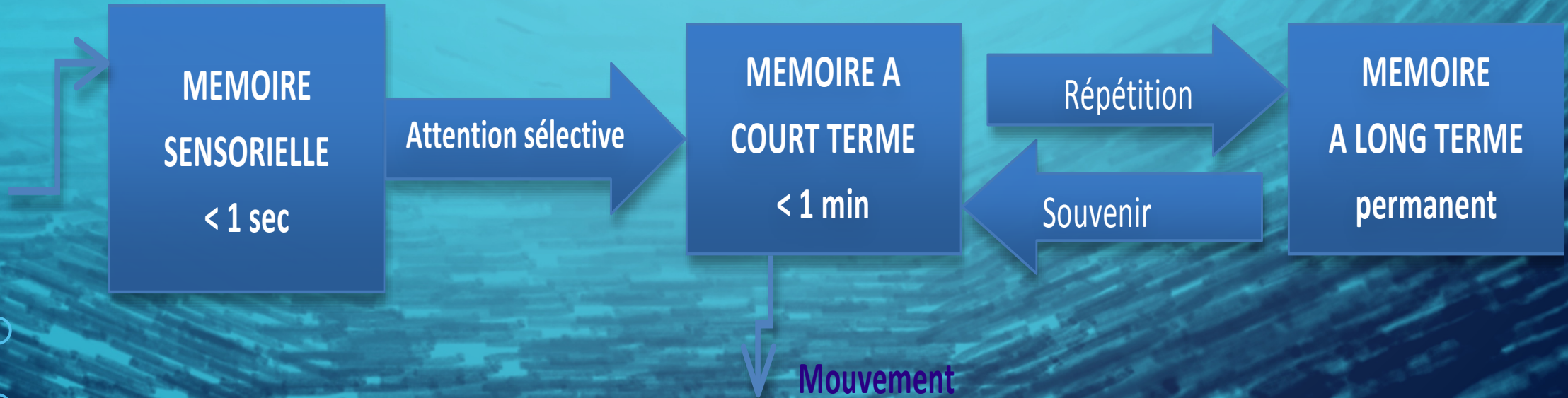
Apprentissage/automatisme

**NECESSITE
DE REMEDIER
EN SITUATION**



REPETITION

Environnement (stimuli)



*... VOUS AVEZ APPRIS
DES NOTIONS DE PÉDAGOGIE*



QU'AVEZ VOUS RETENU ?



X. REFERENCES

- DIU Pédagogie - 2012 - Fac Créteil -
- Formation de formateur de secourisme - 2019 - ANIMS
- Stanislas DEHAENE



WIKIPEDIA
The Free Encyclopedia

MERCI DE VOTRE ATTENTION

