

Août 2021

LA PRISE D'IMAGES AU SERVICE DU HANDICAP

Mémoire MFEH2



HandiSport
FÉDÉRATION FRANÇAISE

Handisub®



Jean-Christophe BONNET

MF2 - 2449

TABLE DES MATIERES

REMERCIEMENTS	2
LEXIQUE	3
INTRODUCTION	4
INTERETS DE LA PHOTO/VIDEO POUR LES PESH	6
DIFFERENTS TYPES DE MATERIEL DE PRISE D'IMAGES	8
I. LES DEUX DIFFERENTES CATEGORIES	8
1) La Photographie	8
2) La Vidéo	8
II. LE MATERIEL	8
1. Les appareils photos	8
2. Les mini-cams	9
5. Les caissons	10
Les caissons sont les boîtes étanches permettant d'isoler l'appareil photo/vidéo de l'eau et de ne pas le noyer	10
.....	10
6. Les différents types de supports	11
7. Les fixations	12
8. Les attaches sécurisées	12
L'ENSEIGNEMENT, L'ENCADREMENT	13
I. Pour y parvenir	14
1) Objectifs à atteindre	14
2) Construction de séances	14
3) Evaluations	16
4) Briefing	17
II. ET L'ENSEIGNEMENT TECHNIQUE DANS TOUT ÇA ?	18
ADAPTATION DE LA PRISE D'IMAGE AUX DIFFERENTES PATHOLOGIES	19
I. POUR LE PRATIQUANT AVEC UN HANDICAP PHYSIQUE	20
II. POUR LE PRATIQUANT AVEC UN HANDICAP MENTAL	22
III. POUR LE PRATIQUANT AVEC UN HANDICAP PSYCHIQUE ET COGNITIF	23
IV. POUR LE PRATIQUANT AVEC UN HANDICAP SENSORIEL	24
RETOURS D'EXPERIENCES D'ENCADRANTS / ELEVES	25
CONCLUSION	27
RESSOURCES : BIBLIOGRAPHIE, WEBOGRAPHIE	28
ANNEXES	29

REMERCIEMENTS

Il y a des personnes que nous croisons au cours de notre vie et qui nous donnent l'impression que rien n'aurait été pareil si nous ne les avions pas rencontrées. Parfois lors d'un bref passage mais éloquent ou, à contrario, lorsqu'un lien étroit se crée, comme une évidence.

Je tiens à remercier vivement ces personnes soit pour leur apport de connaissances, leur sympathie, leur soutien, leur aide, leur contribution ou un petit peu de tout ça à la fois.

Merci à tous les acteurs qui ont participé, de près comme de loin, à l'élaboration de ce mémoire.

Remerciement à mon tuteur Yann STREBLER pour son aide, sa bienveillance et son partage sur ce projet et sûrement d'autres à venir.

Merci une fois de plus à Emmanuel SERVAL pour toute sa conviction sur les valeurs que nous partageons quant à la plongée subaquatique et tout ce qui l'entoure. Valeurs qui font que toutes et tous pratiquons notre activité favorite pour notre plus grand plaisir, en toute sécurité.

Merci à mes partenaires Moniteurs (Scaphandre et Apnée) David CIESZKOWSKI, Florent LALANNE, Frédérique HÉBRARD, Jérôme GHESQUIERE, Michel BASTERGUE et Stéphane CAUMARTIN, pour nos échanges constructifs et sans limite.

Merci à mes collègues Photographes et Vidéastes, Patrick RAGOT, Catherine HERVÉ, Gilles SUC, François SCORSONELLI, Laurent MAIGNOT, Christine CAZAL, Jean-Michel GERAUD, Anne BONTRON pour tous leurs conseils avisés.

Merci à tous les PESH qui ont bien voulu jouer le jeu Frédéric NOËL, Akira TRENEULE, Emmanuel MOLINA, Camille DANCE, Nicolas, Sergey MKRTCHYAN, Jules ROUSSEL, Richard LARDE, Nicolas JARRIE.

Merci à tout mon entourage et en particulier à celle qui partage mon quotidien Lucie BIRRIÉ, pour sa patience, son aide et son soutien.

LEXIQUE

MOT	DÉFINITION
APN	Appareil Photo Numérique
Boîtier	Partie d'un appareil photographique « Reflex » sans l'objectif
Caisson	Protection des chocs et étanche de l'appareil
Images d'ambiance	Prise de vue générale sans sujet particulier, vue panoramique
Minicam	Mini camera / appareil photo-vidéo de type <i>Gopro</i> , appelée aussi <i>Actioncam</i>
Mode plongée	Prise de vue par-dessus le sujet
Mode contre-plongée	Prise de vue de dessous
PESH	Personne en Situation d'Handicap
Proxi/Macro	Image de sujet (très) proche
Sidemount	Gilet stabilisateur avec fixation ventrale d'une ou deux bouteilles
Sujet	Elément principal de la prise de vue à mettre en valeur

INTRODUCTION

Les personnes en situation de handicap peuvent pratiquer des activités subaquatiques avec une adaptation matérielle ou d'encadrement en référence à l'article A.322-77 du Code du Sport.

Pour développer la plongée Handisub, il est important de se poser quelques questions qui me semblent essentielles sur **l'intérêt de cette pratique** et sur **la pérennité de l'activité**.

Des bienfaits sont déjà reconnus pour les personnes valides mais on peut noter deux autres types d'effets de l'activité subaquatique sur une personne handicapée :

Effets sur la personne handicapée elle-même :

- Gérer son handicap et son incapacité
- Réduire le handicap
- Découvrir ou redécouvrir son potentiel physique et fonctionnel

Effets sur les autres et sur l'environnement :

- S'intégrer dans un groupe, un processus dynamique
- Appréhender, accepter le regard de l'autre
- Contribuer au respect de la différence, la réduire
- Echanger, partager avec les autres

Pour que l'activité soit pérenne, il est également primordial que les pratiquants y trouvent une voire plusieurs motivations parmi lesquelles on trouve :

Le plaisir :

- D'une pratique comme tout le monde
- De bouger et de se déplacer seul
- D'investir de nouveaux espaces

La « prise de risques », liée aux incertitudes produites par :

- Un dépassement de soi
- Un recul de ses propres limites
- La preuve de ses capacités à réussir

Le bien-être :

- Rappel des effets de certaines médecines douces (détente, relaxation, bien-être corporel et mental)
- Changement d'univers pour retrouver celui des valides. Ils peuvent sortir de leur quotidien
- Déplacement dans un monde en trois dimensions où il peut à nouveau se mouvoir avec une certaine liberté

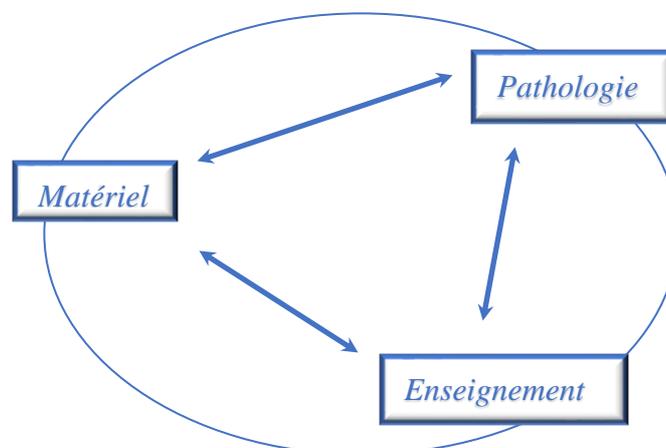
Le partage de la pratique :

- En palanquée mixte (plongée pour tous, ensemble)
- En montrant les images de ses plongées aux « terriens »

De plus, passionné et formateur de photographie sous-marine, j'ai remarqué que **l'activité photo ou vidéo est motivante et fidélise les pratiquants.**

Enfin, j'ai constaté que cette activité photo/vidéo amène les pratiquants à mieux se stabiliser, mieux se déplacer en douceur, mieux ventiler, **mieux plonger** tout en se faisant plaisir. En effet, la transversalité entre la satisfaction de faire des images soi-même et la formation à la plongée apporte des plus-values aussi bien sur des aspects techniques, psychologiques qu'émotionnels. Le lien social pour les plongeurs en situation de handicap est également décuplé grâce aux notions de bien-être et de partage évoquées ci-dessus.

Le concept d'apprentissage de la plongée scaphandre avec l'apport de la prise de vue subaquatique par des personnes en situation de handicap se base donc sur un **trptyque** entre la **pathologie** (Handicap du PESH), l'**Enseignement** transversal des deux disciplines (photographie et plongée scaphandre) et l'intégration d'un **Matériel** complémentaire adapté.



Il convient d'adapter chaque item en corrélation avec les autres.

INTERETS DE LA PHOTO/VIDEO POUR LES PESH

Les intérêts de la photo/vidéo pour un public PESH sont multiples et variés.

En effet, pour le pratiquant Handisub, tout est question d'**équilibre** !

- **Equilibre** (en fonction de sa pathologie) : trouver des appuis différents, absence de compensation musculaire, troubles sensoriels ou de perception, lestage adapté ...
- **Equilibre** entre le plaisir personnel, le partage de l'activité en sécurité.
- **Equilibre** entre le mental et le physique pour profiter pleinement de la pratique.



Comme pour les valides, la photo/vidéo peut contribuer à un meilleur épanouissement du pratiquant tout en améliorant l'aquacité pour le public en situation de handicap.

La gestion de la prise d'image contribue à ce que le plongeur en situation de handicap soit plus calme, plus stable, plus fluide sur et sous l'eau.

On notera donc ci-dessous les différents apports de la photo/vidéo pour un public PESH :

Domaine	Apports de la photo/vidéo
Technique	C'est un élément support éducatif. Il apporte : <ul style="list-style-type: none"> - La maîtrise de la stabilité. - Le contrôle de la ventilation - Une amélioration de la dextérité - Une dimension ludique
Plaisir	Faire soi-même des images sous-marines provoque la satisfaction personnelle d'accomplir des tâches plus ou moins complexes.
Gestion du stress	La concentration du PESH sur l'appareil photo/vidéo à manipuler va le détourner de la source potentielle de stress due à l'activité. Il sera ainsi moins focalisé sur un environnement peu ou pas connu, sur le froid, sur la technicité du matériel...
Accessibilité	Une grande partie de la population possède un appareil photo/vidéo. Ce type de produit s'est largement démocratisé et devient accessible à tout un chacun.
Visionner	Les images sont désormais enregistrées de façon numérique permettant de sauvegarder ses propres souvenirs ou de visualiser des éléments phares de la plongée ou au contraire mal perçus sous l'eau au retour en surface.
Pluralité de l'utilisation	L'appareil de prise de vue répond à une attente du pratiquant qui souhaite réaliser ou montrer des images subaquatiques. Il est aussi un formidable support pédagogique utile à chaque étape de son apprentissage
Partage	A travers l'image, l'activité génère un échange riche source de satisfaction personnelle et de fierté

Cependant, tous ces apports nécessitent des adaptations, tant sur le matériel utilisé que sur la pratique en elle-même, en corrélation avec la pathologie.

En premier lieu, abordons ensemble les différents types de matériels de prise d'image.

DIFFERENTS TYPES DE MATERIEL DE PRISE D'IMAGES

I. LES DEUX DIFFERENTES CATEGORIES

Les deux catégories de prise d'images sont à dissocier : **la photographie et la vidéo.**

1) La Photographie



Elle nécessite plus de manipulations selon le mode utilisé (manuel versus automatique) et les rend plus complexes de façon générale. Elle va donc demander plus d'attention.

Le partage de **photos** est plus facile de par la taille du fichier. Les impressions se sont également démocratisées (imprimante personnelle, en magasin ou livres photos commandés en ligne).

2) La Vidéo

La **vidéo** est rapidement mise en œuvre. Les actions sont limitées, ce qui facilite les prises de vue. En revanche, elle demande davantage de temps en post-traitement (coupure, montage, traitement du son etc ...)

Nous pouvons constater aujourd'hui que beaucoup de produits allient aussi bien la capacité à faire de la vidéo que de la photographie. Cependant, leur utilisation est plutôt destinée à une des deux catégories en fonction du boîtier utilisé.

II. LE MATERIEL

1. Les appareils photos

- Compact
 - + Petit : il est facile à intégrer dans la configuration de notre équipement de plongeur
 - + Pratique : facilité d'utilisation
 - + Abordable : budget raisonnable par rapport à des appareils plus pointus
 - Moins performant que les autres catégories



- Bridge
- +/- Entre le compact et le reflex
- Très peu utilisé en photo sous-marine car peu de caissons disponibles



- Hybride
- + La technologie d'un reflex dans un format plus petit
 - + Très bon compromis entre la qualité d'image et la praticité
 - La complexité des réglages freine l'intérêt pour une grande partie des PESH



- Reflex
- + Très grande qualité d'image
 - + Nombreux réglages possibles
 - Les manipulations de préparation sont fastidieuses
 - Encombrants et lourds
 - Très onéreux



2. Les mini-cams

- +/- Plus adaptées à la prise de vue vidéo
- + Manipulations simples aussi bien sur la préparation du matériel que sur l'utilisation
- Peuvent demander un travail de post-traitement plus chronophage



Comment choisir le matériel adapté :

	Encombrement	Prix	Pratique	Orientation d'utilisation
Compact	Accessible	Abordable	Facile	Photo
Hybride	Embarrassant	Variable	Confirmé	Photo
Reflex	Volumineux	Onéreux	Complexe	Photo
Mini-cam	Accessible	Abordable	Facile	Vidéo

3. Flash externe

- Ajoute de l'encombrement à l'utilisation
- Utilisable que sur certains appareils
- Augmente les manipulations
- Peu recommandé pour les PESH



4. Les phares

- Nous privilégierons les phares de petites tailles et légers
- De préférence avec une fixation sur l'appareil, une platine ou au poignet

5. Les caissons

Les caissons sont les boîtes étanches permettant d'isoler l'appareil photo/vidéo de l'eau et de ne pas le noyer.



Certains modèles d'appareils ne nécessitent pas de caisson. C'est **idéal pour l'utilisation par des PESH** car plus petits, plus maniables et il n'y a pas de préparation au préalable. En revanche, ils sont peu nombreux et limités en profondeur (30m maximum selon le modèle).

Selon le type d'appareil possédé, il convient donc d'utiliser un caisson pour s'immerger.

Les caissons ne sont pas standards mais fabriqués pour chaque modèle précisément. Attention lors de l'achat d'un appareil et/ou d'un caisson à bien choisir le modèle adéquat.

Certains appareils étanches peuvent être insérés dans un caisson pour augmenter leur profondeur d'utilisation. Il en existe des plus ou moins solides et/ou pratiques.

Dans la plongée Handisub, les appareils compacts et mini-cams semblent les plus appropriés par leur faible encombrement et leur facilité d'utilisation.

6. Les différents types de supports

- Sans support : prise directe sur le caisson ou l'appareil



Cela prend moins de place mais il est plus difficile de faire des images stabilisées.

- Platine avec une ou deux poignées



A contrario, les platines apportent de la stabilité mais sont plus encombrantes.

- La perche



La perche permet d'approcher le sujet sans l'effrayer et peut s'insérer dans les trous plus facilement. La maniabilité est plus complexe.

Certaines perches sont télescopiques. Lorsque nous ne sommes pas en utilisation, il faut les replier et les placer dans la sangle/poche du gilet stabilisateur.

7. Les fixations

- Fixation au-dessus du masque



Fixe



Libre

- Fixation sur le poignet ou un gant



	Public	Contraintes	Avantages
Prise directe	Restreint	Monopolise les mains	Permet de voir
Platine	Restreint	Monopolise les mains, encombrant	Plus stable
Poignet	Presque tous	Gêne	Sécurisé
Sur le masque	Tous	Intervention de l'encadrant	Pas ou peu de manipulation
La perche	Restreint	Monopolise les mains, encombrant	Permet d'approcher le sujet

8. Les attaches sécurisées

Crochets ou anneaux avec lien à spirales, dérouleurs ou dragonnes.



L'ENSEIGNEMENT, L'ENCADREMENT



Il semble évident que dans le cursus d'apprentissage à la plongée d'un PESH, l'utilisation d'appareil doit être un complément pour assurer une progression pédagogique.

Une vérification des acquis doit être effectuée avant de pouvoir passer à une manipulation d'appareil.

Les manipulations des appareils sont plus ou moins faciles d'accès en fonction du type d'appareil. Il faut prendre en compte ces difficultés pour attribuer ou conseiller le meilleur type d'appareil selon la pathologie.

La progression de l'apprentissage doit être appréhendée autant sur l'utilisation du boîtier que sur l'évolution possible vers d'autres appareils.

Les objectifs à atteindre doivent être déterminés en fonction des capacités du PESH mais aussi de ces besoins et envies.

Exemples : stabilisation, approche de la faune sous-marine, concentration, ...

L'encadrant/enseignant conseillera alors le PESH quant au matériel et/ou fonctions à utiliser pour atteindre les objectifs fixés tout en alliant plaisir de la prise de vue.

L'objectif ne sera pas nécessairement de faire une formation sur l'utilisation des caméras ou appareils photographiques. Le but est d'utiliser ces outils comme supports pour parfaire des techniques de plongée ou de donner la possibilité au PESH de pouvoir utiliser ces appareils selon ses envies et possibilités.



I. Pour y parvenir

1) Objectifs à atteindre

Tout d'abord, il faut déterminer quel but nous voulons atteindre.

Les questions à se poser :

- La demande vient de l'enseignant (intérêt pédagogique) ou du PESH (Envie) ?
- Quelles sont les limites pratiques ou psychologiques d'utilisation ?
- Quel panel de matériels vais-je pouvoir y associer ?
- Combien de temps pour réaliser les objectifs ?



2) Construction de séances

Avant d'insérer ce nouvel outil, **vérifier que les acquis sécuritaires ont bien été validés.**

A voir si on est dans un cadre d'apprentissage et/ou de plaisir.

Pour élaborer une progression pédagogique, déterminer :

- Séance en one shot ou initiation
- Stage sur plusieurs jours
- Séances régulières tout au long de l'année
- La durée des séances
- Déterminer le(s) lieu(x) de pratique
- Y aura-t-il des évolutions de matériels à prévoir (propriétaire ou prêt) ?
- Quels items à travailler ?



Ci-dessous différentes **variables** vous permettant d'élaborer les séances :

Intérêt	Facile	Évolué
Positionnements	Appui sur le fond stable : Sans dégrader l'environnement	En déplacement : Plus facile pour la stabilité mais plus de choses à faire en même temps
Positionnements	Maintien sur un élément : échelle de la piscine, un rocher, l'encadrant. Image prise en face du sujet	Capture d'image en étant stabilisé en pleine eau (attention à la houle pour les faibles profondeurs)
Positionnements	Plongeur face vers le bas ou en ludion	Face vers la surface ou sur le côté
Positionnements	Plan unique, pas de possibilité de faire plusieurs cliché	Faire différents plans en faisant le tour du sujet
Positionnements	Mode de prise d'image en vue de dessus	Mode de prise d'image en vue plongeante ou en contre-plongée
Positionnements	Prise de vue de côté ou arrière du sujet	Prise de face en privilégiant le regard
Manipulations	C'est l'encadrant qui tient l'appareil ou il est fixé sur le masque	Le PESH tient son appareil
Manipulations	C'est l'encadrant qui fait les manipulations sur le boîtier photo/vidéo	C'est le PESH qui manipule
Outils	Caméra, petit APN	Appareil photographique évolué
Outils	Sans support ou fixé (Masque ou poignet)	Support mobile ou encombrant
Réglages	Mode tout automatique	Modification des modes : Priorité Vitesse, Priorité Ouverture, Manuel
Réglages	Mode tout automatique Prise de vue de sujet fixe	Réglage de la vitesse et/ou ouverture et/ou sensibilité (ISO)
		Prise de vue de sujet mobile
Réglages	Images d'ambiance (panoramique, paysage, épave...)	Images proches : Macro / Proxi
Réglages	Pas de cadrage particulier	Recherche de cadrage évolué (Point fort, 2/3 - 1/3 ...)
Réglages	Pas de recherche de mise au point	Gestion du collimateur acquise
Sites	Milieu Artificiel (piscine, fosse <6m): nécessite des outils pédagogiques tels que sujets de prise de vue	Milieu Naturel (fond sableux stabilisé, rochers, tombant, épave, grotte, fosse >6m ...)
Sites	Prise d'images sur la même profondeur	Variation de profondeur



L'avant/après plongée : Le pratiquant peut-être emmener à préparer son matériel, en prendre soin et effectuer des opérations post-activité

- Préparation de son matériel de prise de vue
- Entretien de l'appareil
- Extraction des images sur support informatique

3) Evaluations

Afin de suivre la progression dans la pratique du plongeur, il est essentiel de mettre en place des évaluations tout au long du cursus.



Des critères de notations doivent être pensés pour ajuster la formation en fonction des besoins du PESH et permettre de partager ces données avec d'autres encadrants et les plongeurs. Ils doivent donc être mesurables, quantifiables, réalisables et transmissibles.

Ceci permet d'aboutir vers une fiche de suivi des compétences acquises et/ou en cours d'acquisition.

Ces critères de réussite doivent être en accord avec les variables choisies au préalable (voir ci-dessus).

Dans notre cas, il faut rester simple.

Exemples : fait/non fait, acquis/non acquis, notation de 1 à 4

4) Briefing

Le **Briefing** est essentiel avant chaque plongée, peu importe le type de plongée et le public de plongeurs. Il est d'autant plus primordial lorsque nous voulons ajouter du matériel complémentaire dans notre enseignement.

En début de cursus, la **découverte de l'appareil** doit impérativement avoir lieu **à sec**. Elle doit donc être intégrée au briefing.

La **communication** est un élément essentiel du briefing.

Des **signes** spécifiques et personnalisés doivent impérativement être mis en place avec le plongeur PESH. Ces signes seront établis d'un commun accord entre l'enseignant/l'encadrant et le PESH avant chaque plongée pour bien prendre en compte le handicap de la personne.

Exemples de signes à mettre en place : je veux prendre une photo, je veux filmer, appuie sur le bouton, je veux allumer ou éteindre l'appareil, je veux allumer ou éteindre le phare etc...



II. ET L'ENSEIGNEMENT TECHNIQUE DANS TOUT ÇA ?

La prise d'image est un complément à l'enseignement technique.



Elle amène à parfaire des compétences techniques qui, par un biais différent, **améliorent la pratique des PESH** dans l'élaboration des gestes ou leur conceptualisation (savoir-faire). Ainsi, se concentrer sur un sujet à photographier ou filmer va amener le plongeur à se stabiliser, à trouver de nouveaux appuis par exemple.

Nous retrouvons également un aspect de **bien-être** qui motive le PESH par une approche différente de l'apprentissage. Ici, le PESH est amené à se concentrer sur la prise de vue plutôt que sur la réalisation d'un exercice technique pouvant être plus anxiogène. L'exemple de l'exercice de stabilisation peut être repris ici.

L'apport de la prise de vue peut se faire dès les premières séances. Cependant, la priorité est la **sécurité**. L'adjonction d'un élément complémentaire ne doit pas remettre en question la sûreté que nous assurons à nos plongeurs. Aussi, il est plutôt conseillé d'intégrer la prise d'image dans la progression pédagogique du PESH en **perfectionnement**, en milieu ou fin de cursus ou en complément ludique en utilisant un canal subsidiaire pour résoudre des difficultés sur certains apprentissages.

Le matériel utilisé devra répondre à une attente : ce pour quoi il est fabriqué, c'est-à-dire la prise d'image.

Il devra également être adapté aux capacités fonctionnelles du plongeur.

Exemples : privilégier une fixation sur le masque pour les personnes utilisant les bras pour se propulser, préférer un support avec deux poignées pour améliorer la stabilité, etc ...

Nous devons aussi élaborer une prise en main progressive des fonctionnalités des outils en allant du plus simple vers le plus complexe. Voir les utilisations de variables dans le tableau précédent.



ADAPTATION DE LA PRISE D'IMAGE AUX DIFFERENTES PATHOLOGIES

Comme nous le savons, chaque personne est différente mais cela se vérifie d'autant plus dans le monde de la plongée et des personnes en situation de handicap.

Nous pouvons trouver quatre grands groupes de handicap :

- Handicap Physique
- Handicap Mental
- Handicap Psychique et Cognitif
- Handicap Sensoriel

Ainsi, nous allons adapter notre enseignement et le matériel associé en fonction de ces pathologies. Nous affinerons notre démarche de façon individuelle.

Il faut prendre en compte la situation de chaque plongeur dans le choix de l'appareil complémentaire.



Lorsque la propulsion se fait avec les bras, nous allons privilégier des appareils fixés sur le masque ou sur le poignet. La prise de vue se fait essentiellement à l'arrêt.

Sur des PESH moins empêchés, nous pouvons évoluer vers un petit appareil attaché à un anneau du gilet facilement accessible. Il faudra s'assurer au préalable que le mouvement des bras n'est pas gêné par l'appareil en pleine eau.

Astuce : Nous pouvons placer un aimant sur le gilet pour retrouver l'appareil rapidement ou le caler directement dans la poche du gilet stabilisateur.

Pour les individus où la pince au niveau des doigts manque de dextérité, c'est l'encadrant qui doit appuyer sur les boutons pour déclencher les prises de vue suivant Les signes préétablis avec le PESH. La solution de la mini-cam sur le masque est la plus aisée.

Nous pouvons aussi prévoir une attache de l'appareil lorsque c'est possible.

L'appareil doit être bien sécurisé afin de ne pas le perdre.

I. POUR LE PRATIQUANT AVEC UN HANDICAP PHYSIQUE

On trouve une multiplicité de handicaps physiques mais qui découlent sur des problématiques



communes telles que les problèmes d'**équilibre** sous l'eau ou d'**assiette** et de **propulsion**.

L'utilisation d'appareils photo/vidéo est une des solutions à apporter.

Qu'il s'agisse d'un membre atrophié, d'un membre absent ou d'un membre remplacé, cela entraîne souvent un déséquilibre

avant/arrière ou gauche/droite par rapport à la position classique d'un plongeur valide bien équilibré.

De ce fait, l'apprentissage traditionnel s'en trouve perturbé et bon nombre de repères d'enseignement sont à reprendre au cas par cas.

L'apprentissage de la plongée passe par des adaptations fonctionnelles pouvant intégrer la prise d'image subaquatique.

Il se réalise sur un rythme adapté à chaque plongeur PESH. On note d'ailleurs des évolutions au fur et à mesure de l'apprentissage technique de l'élève.

Par exemple, un meilleur moyen d'équilibrer la sphère ORL peut passer par un court moment de prise de vue à une faible profondeur avant de continuer la descente, ou encore une utilisation des purges du gilet différente des techniques traditionnelles (attention à ce que l'attache de l'appareil ne gêne pas la prise des purges).

On peut citer l'exemple d'un élève amputé d'une jambe (amputation au-dessus du genou), portant une prothèse. La différence de masse entre les deux jambes est significative, mais la puissance du palmage avec chacune des jambes est très différente aussi.

Si, dans un premier temps, il faut lester le côté amputé, ce lestage a sensiblement évolué au cours des formations. Il a augmenté la puissance de palmage avec sa prothèse, il a su moduler le palmage de la jambe valide.



Pour un paraplégique, la problématique se pose comme un déséquilibre avant/arrière. La faiblesse de la masse musculaire des jambes a tendance à faire remonter ces dernières.



Ajouter des plombs de cheville, ou encore des petits plombs vissés à l'arrière des palmes a permis d'aider à rétablir l'assiette.

Ainsi, l'impulsion qu'il peut donner à ses membres inférieurs lui permet de se propulser dans la direction choisie.

Ce que l'on peut retenir, c'est que le plongeur doit se retrouver dans une situation confortable. Il doit ventiler calmement, sans stress, en parfait équilibre, avec de bons appuis, avec du matériel adapté et ajusté --> Ainsi, il fera une belle plongée.

Notons que si le plongeur est bien dans sa plongée, c'est qu'il a un bon lestage, un bon sanglage, du matériel ajusté et adapté, des conditions de plongée favorables.

Il peut donc se déplacer avec une plus grande facilité, sans consommer d'air, et ce quel que soit son mode de déplacement (avec les bras ou toute autre adaptation comme un scooter par exemple).

Le fait de se concentrer sur la belle photo à faire ou le cadrage d'une vidéo à réaliser l'oblige à se stabiliser, voire à se poser sur un fond de sable ou encore à se tenir à son moniteur sans bouger. C'est là tout l'exploit du plongeur handicapé.

Cet exploit devenant au fil des plongées une situation courante de tranquillité propice à de belles explorations, avec une approche du poisson de plus en plus fine, et des plongées de plus en plus intéressantes et motivantes et donc fidélisant.

II. POUR LE PRATIQUANT AVEC UN HANDICAP MENTAL



Le handicap mental est la conséquence d'une déficience intellectuelle.

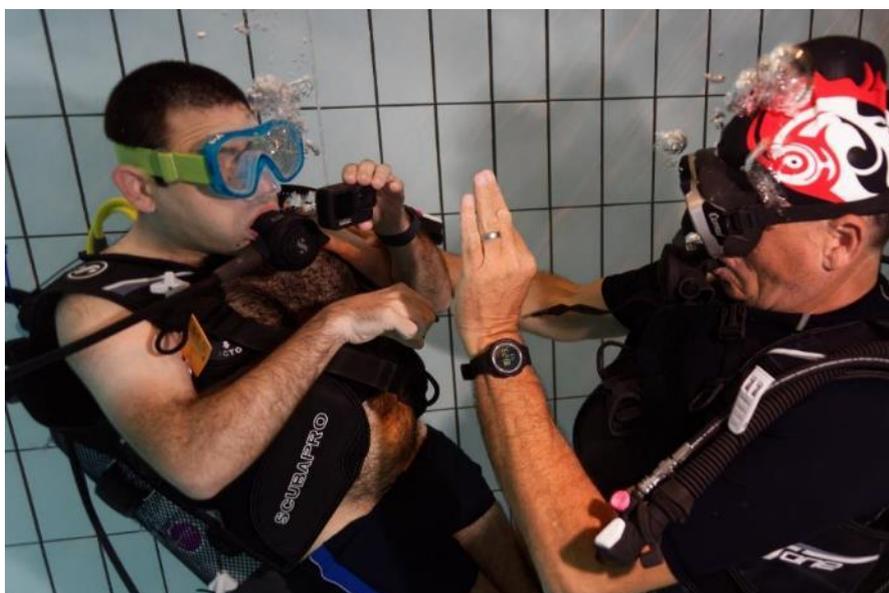
La personne ayant un handicap mental est ordinaire, parce qu'elle connaît les mêmes besoins que tout le monde, parce qu'elle dispose des mêmes droits que tous et qu'elle accomplit les mêmes devoirs.

La personne ayant un handicap mental est tout autant singulière, parce qu'elle est confrontée à plus de difficultés que les autres citoyens du fait de son handicap, mais aussi parce qu'elle a ses propres envies, désirs et ses différences, elle est unique comme chaque individu et certainement éloignée de nos représentations sur la manière d'aborder et de vivre les plaisirs.

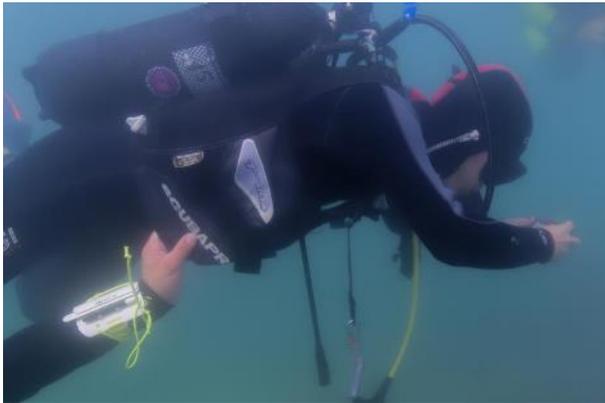
Pour une personne avec un handicap mental, le rapport au jeu est primordial.

En effet, jouer au « reporter – photographe » est un excellent outil pédagogique. C'est une activité qui permet de partager avec ses amis, sa famille, son école, ses souvenirs, des incursions sous-marine.

Enfin, des ateliers éducatifs et techniques peuvent être mis en place pour des montages de diaporamas, de clips vidéo ou autres supports permettant de valoriser le pratiquant en situation de handicap.



III. POUR LE PRATIQUANT AVEC UN HANDICAP PSYCHIQUE ET COGNITIF



Le handicap cognitif caractérise une situation de handicap liée aux dysfonctionnements des activités cognitives de la personne (intellectuelles et émotionnelles) et le handicap psychique est la conséquence d'une maladie mentale.

Un trouble ou un déclin cognitif correspond à une altération d'une ou plusieurs fonctions cognitives, quel que soit le mécanisme en cause, son origine ou sa réversibilité.

Par exemple, l'autisme est défini comme un trouble du développement précoce dans lequel la communication et les interactions sociales amènent des troubles psychiques.

Pour illustration, la personne autiste manifeste des intérêts restreints et/ou s'adonne à des activités stéréotypées et répétitives.

Un trouble cognitif peut avoir une origine neurologique, psychiatrique, médicamenteuse, etc. Un trouble psychique n'affecte pas directement les capacités intellectuelles mais plutôt leurs mises en œuvre. Il est toujours associé à des soins et ses manifestations sont variables dans le temps.

Pour ce type de pratiquant, le rapport à l'eau est très intéressant car apaisant, à la condition d'avoir une approche douce de la pratique et une adaptation à chaque personne (matériel dédié, agencement, mentalisation de la plongée, pas de surprises, pas de stress).

Les difficultés d'équilibre que nous connaissons avec le plongeur en situation de handicap physique sont moins prégnantes pour les pratiquants avec handicap psychique ou cognitif.



Par contre, ces personnes ont de réels problèmes avec :

- Le comportement sous l'eau (stress, réaction agitée)
- La notion de palanquée (consignes, distances, sens perturbés)
- Les réactions face à des situations non scénarisées (panique, danger)

Pour ce public, la photo/vidéo est très intéressante pédagogiquement car elle oblige à se concentrer, à se déplacer en douceur en adoptant une attitude zen qui n'est pas toujours évidente.

De plus, l'accompagnant moniteur joue un rôle clef de conseiller et la notion de palanquée s'en trouve renforcée.

IV. POUR LE PRATIQUANT AVEC UN HANDICAP SENSORIEL

Pratiquants déficients auditifs et muets :

La photo/vidéo est un parfait moyen de communication, de partage avec ses amis et sa famille.

Ce sont des plongeurs habiles évoluant rapidement vers de la photo évoluée. C'est à la fois structurant et fidélisant.

Pour l'enseignant/encadrant, la principale difficulté va être de bien mettre en place un système de communication en place avant la plongée pour bien expliquer les attendus de sa part et/ou les attentes du PESH, notamment au briefing.

Les signes ont une part privilégiée. Une fois de plus, il faut s'adapter en fonction de la particularité du pratiquant. Attention, bien faire passer les messages au PESH appareiller avant qu'il ne retire leur appareil auditif.

Pratiquants déficients visuels :

En fonction de la profondeur du handicap, nous pourrons mettre en œuvre des techniques de communication.

Exemple : J'appuie sur le centre de ta main → Prend une photo

Ils pourront pour certains les visionner sur un écran adapter et les faire découvrir à leurs entourages.



RETOURS D'EXPERIENCES D'ENCADRANTS / ELEVES

L'intégralité des contenus sur les retours d'expériences sont insérés en annexes.

Florent LALANNE (MFEH1) :

La prise d'image peut répondre à des moyens d'apprentissage différents. Si la découverte est hasardeuse, la familiarisation avec l'outil se fait assez rapidement. Sur un PESH Psy, le résultat de prise de vue n'est pas là mais l'apport technique sur la plongée et de satisfaction personnelle est là.

Frédérique HEBRARD (MFEH1) :

Malgré, l'utilisation d'un caisson vide, le PESH (ILMC) était content d'avoir une plus-value sur sa pratique. Il était fier d'annoncer sa performance à son entourage.

Michel BASTERGUE (MFEH1 – IR) :

Avec un public autiste, il est facile d'attirer son attention sur un nouveau concept mais il faut rester vigilant à ne pas trop monopoliser sa pratique sur la prise d'image.

Stéphane CAUMARTIN (MFEH1 - Apnéiste) :

Pour l'adjonction d'un appareil sur un jeune avec trouble autistique, dans un premier temps, il faut gérer sa plongée proprement dite et ensuite il a pris beaucoup de plaisir.

Jérôme GHESQUIERE (MFEH1)

Un PESH ILMC a des problèmes de prise en main et ne comprend pas nécessairement ce qu'il fait mais il semble satisfait de cette pratique.

Francis LIEUPART (Président du CODEP65, EH2)

J'ai pu tester la prise de vue avec caméra fixée sur le masque et ensuite nous avons essayer de lui passer un APN lorsqu'il était stabilisé.

Frédéric NOËL (PESH6 - IMC)

L'utilisation de la GoPro, c'est sympa.

Camille DANCE (PESH40 - Tétraplégique)

La photo reste compliquée pour moi mais me permet de me concentrer sur l'environnement

Richard LARDE (PESH12 – Déficiant Auditif)

La vidéo me permet de mieux communiquer et partager.

Akira TRENEULE (PESH6 – Autiste)

Je peux échanger les images de ce que je vis sous l'eau avec mon père.

Patrick RAGOT (Président Commission Nationale Photo-Vidéo Sous-marine)

La Commission Nationale Photo Vidéo est sensibilisée sur le développement du travail transversal de la prise d'image.

Interview d'Emmanuel SERVAL (Membre du CDN, en charge des dossiers de développement de la pratique accessible à tous, dont HANDISUB et JEUNES)

Il convient de promouvoir l'accès aux cursus standards pour certains plongeurs en situation de handicap en fonction des aptitudes réelles des plongeurs.

Une logique d'un mini cursus valorisant reprenant la logique du cursus PIXEL JEUNE est en réflexion.

CONCLUSION

L'approche de la prise de vue peut déboucher sur l'envie de faire des formations vers la commission Photo/Vidéo.

L'ambition est de mettre en place une transversalité entre les différentes commissions de la FFESSM. Il existe déjà des formations de cadre en Handisub sur la plongée scaphandre et l'apnée avec un tronc commun.

Nous sommes actuellement en train de développer des journées découvertes dans le cursus FFESSM pour intégrer la photo / vidéo de façon simplifiée.

Ceci va permettre de fidéliser nos pratiquants grâce au plaisir de la prise d'images tout en les faisant indirectement progresser.

Certains plus sensibilisé pourront évoluer vers le cursus de formation déjà proposé par la commission photo/vidéo.

Les animateurs n'ont pas besoin de formation poussée pour faire découvrir cette activité.

A cette image, nous pouvons y associer le public Handisub qui est directement concerné comme nous avons pu le voir.

En effet, la mise en application de la prise d'image peut apporter une façon d'enseigner la plongée différemment à travers d'autres canaux ou faire (re)découvrir l'activité subaquatique autrement par la procuration de plaisir (bien-être, partage...).

Pour les encadrants de PESH, la mise en application est très facile à mettre en place.

Quel que soit le public, **tous** peuvent y intégrer des bénéfiques, chacun à son niveau.

Pour cela, il faut s'adapter aussi bien avec le matériel utilisé que dans notre approche d'enseignement ou d'accompagnement.

Cela va également aider les pratiquants à être plus respectueux de l'environnement car ils monopoliseront davantage leur concentration sur l'approche des espèces et des fonds.

L'initiation à la prise de vue peut déboucher ensuite sur l'envie de faire des formations, de façon transversale, vers la commission Photo/Vidéo.

Cette approche de l'intérêt apporté par la Photo/Vidéo pour les PESH a permis de faire un travail collaboratif au niveau National afin d'instaurer en transversalité des applications dans les cursus Handisub et Technique.

RESSOURCES : BIBLIOGRAPHIE, WEBOGRAPHIE

- ↗ **Vidéo pédagogique et enseignement de la photo et de la vidéo sous-marine** – Mémoire de formateur Vidéo Niveau 3 – Laurent MAIGNOT – Novembre 2020
- ↗ **Le moniteur fédéral en club associatif** - Mémoire d'Instructeur Régional - Magali FREY - Novembre 2019
- ↗ **Les transferts** - Mémoire de MFEH1 - Sandrine DECOTTIGNIES – Avril 2012
- ↗ **Manuel de Formation Technique FFESSM**
<https://mft.ffessm.fr/pages/documents/>
- ↗ **Site internet de la commission photo/Vidéo FFESSM**
<https://imagesub.ffessm.fr/>
- ↗ **Site internet Handisport**
<https://www.handisport.org/>
- ↗ **Site internet d'apprentissage photo**
<https://phototrend.fr/mercredi-pratique/> - PHOTOTREND -
- ↗ **Site internet d'apprentissage photo** - Jean-Christophe DICHANT -
<https://formation.nikonpassion.com/>
- ↗ **Site internet d'apprentissage photo** – Régis MOSCARDINI –
<https://formations.auxoisnature.fr/>
- ↗ **Site internet d'apprentissage photo** - Laurent BREILLAT
<https://apprendre-la-photo.fr/>
- ↗ **Les secrets de la photo sous-marine** – Amar et Isabelle GUILLEN – Editions Eyrolles
- ↗ **La prise de vues sous-marine** – Claude RIVES, CHENZ et Christian PETRON – Editions Filipacchi-Denoël
- ↗ **Plongée plaisir Monitorats** – Alain Foret – Editions GAP
- ↗ **Moniteur de plongée Enseigner une passion** – Claude Duboc – Editions

ANNEXES

RETOURS D'EXPERIENCE :

Florent LALANNE (MFEH1)

Si je considère que l'apprentissage est le processus par lequel l'apprenant s'approprie ce pour quoi il est venu ; l'apprentissage de l'équilibration à tous les niveaux dont Handisub intègre aussi une démarche par le plongeur de comment il comprend lui-même ce qui fait qu'il progresse sur cette question, et comment il découvre qu'il acquiert cette compétence. Ça ne peut pas se faire juste en s'énonçant à voix haute de la place de l'enseignant. Il ne suffit pas de dire ce qu'il faut faire pour que ça fonctionne.

D'autant que sur Handisub, les enjeux de l'équilibration peuvent être compris par un PESH moteur, sans qu'il ait les capacités physiques de la mettre en œuvre, et mis en œuvre par un PESH MPC, sans qu'il ait les capacités de les comprendre. Il faut donc trouver un moyen de leur permettre d'y accéder. L'image peut répondre à ces 2 situations.

Avec Tchou Tchou, la surprise de l'annonce de l'utilisation d'un appareil nous a fait craindre qu'il refuse, c'était plus notre besoin que son envie. Mais il n'y a pas de raison que si on inclue le truc dans le programme de formation, comme une évidence et pas comme une nouveauté qui complique, ça passe vachement mieux. Nous avons fait des essais de photos en surface, il n'a appuyé que sur un seul bouton, et j'ai gardé l'appareil au fond. La balade n'était pas l'occasion d'une recherche d'images à saisir pour lui, mais j'ai posé des coquillages au fond que j'ai pris grossièrement mais avec de grands gestes amples en photo, avant de proposer l'appareil à Tchou Tchou. Il l'a conservé ensuite durant toute la plongée, et pris en photo les coquillages que je mettais devant son champ visuel et que je pointais du doigt. Il s'est parfois appuyé avec la main gauche sur le fond, tenant l'appareil de la main droite. Il a ensuite travaillé posé au fond avec les 2 mains, et a au final pris des photos des 2 encadrants vertical sous l'eau, équilibré entre 2 eaux. A ma question "comment as-tu réussi à rester debout dans l'eau pour nous prendre en photo Christian et moi ?", il a dit que sa solution était de s'appuyer avec les pieds sur le fond".

Il était ensuite demandeur d'avoir les photos en souvenir.

Faire de l'image sur différents fonds (sable plat, caillou irrégulier) me semble un éducatif hyper constructif que s'approprie le plongeur pour progresser. C'est encore différent de l'image que l'on fait de lui pour lui montrer sa progression, mais l'outil est le même et demeure sous exploité dans les 2 cas.

Faire de l'image ouvre aussi la transversalité indispensable des commissions à l'accessibilité, et à l'enrichissement des compétences de chacun en fonction de sa spécialité. Si j'apprends les bases de la GoPro avec quelqu'un qui s'y connaît, j'irai plus facilement vers son utilisation, sécurisée, et je m'en servirai plus et j'espère mieux. Et ça me donnera la patience ensuite de vouloir apprendre à faire du montage.

Frédérique HEBRARD (MFEH1)

Hier Frédéric a dit à tout le monde qu'il avait filmé ...
Ce qu'il ne sait pas c'est qu'il n'y avait pas de caméra !

Il a adoré par contre ça lui ferme sa chaîne musculaire en flexion et du coup les deux bras deviennent rigides donc moins facile de le contrôler. Pas de problème pour moi.



Michel BASTERGUE (MFEH1 – IR)

Le problème rencontré a été l'attention. Autant l'idée d'amener un APN pour servir de support pédagogique peut s'avérer intéressante, autant avec des élèves autistes faire faire un travail s'avère complexe du fait de l'attention qu'ils vont porter.

L'attention est un prérequis à un apprentissage adéquat.

Avec un autiste, nous rencontrerons des difficultés à attirer et à retenir l'attention de l'élève. Ce dernier aura des centres d'intérêts différents, il ne comprendra pas toujours sur quel élément il doit fixer son attention et nous ne savons pas utiliser suffisamment leurs motivations.

Un élève autiste perdra de l'attention facilement lorsque l'enseignant donnera une consigne à l'oral, lors des temps de regroupement.

A nous de trouver des situations où l'on arrivera à capter cette attention. Très difficile dans un contexte bruyant, de plein air (sur un bateau)

Il faut prendre en compte également que certains élèves autistes ne parviennent pas à être attentifs à deux modalités sensorielles à la fois (écouter et regarder par exemple).

Un élève autiste aura tendance à se couper de nous et du monde il se mettra en situation de repli.

Diverses expériences montrent que les enfants atteints d'autisme sont capables d'imitation

Essayer de suivre ce chemin pourrait apporter une solution

Cela implique qu'un des moniteurs ait un APN, APN identique à l'élève. Ainsi on essaye d'établir dans le plus de calme possible un dialogue avant la plongée en se mettant à l'écart du bruit (le faire de préférence avant le départ du bateau)

Pour la phase aquatique il est impératif que l'élève ne soit pas perturbé. Un mauvais équilibre (exemple pas assez de plombs) le froid sont des éléments qui vont vite faire perdre l'attention de l'élève.

Une fois équilibré sous l'eau un moniteur assure la sécu pendant que l'autre essaye de faire évoluer l'élève par mimétisme.

Les conseils prise de vue pour une qualité top de la photo me semble superflus car on ne va rajouter que de l'info, l'élève aura du mal à l'intégrer.

Il n'y a hélas pas de réponse précise car nous pouvons avoir des autistes très différents les uns des autres. A nous de nous adapter.

Pour réussir avec un autiste, il faut qu'il y ait souvent un seul référent. Faire tourner les moniteurs sur l'élève est une aberration car il a besoin de se sentir sécurisé.

C'est l'enfant qui acceptera le référent et non l'inverse.

Jérôme GHESQUIERE (MFEH1)

J'ai plongé avec un PESH (IMC).

Il a du mal à contrôler ce qu'il attrape. Le fait de lui occuper les mains peut être positif. Il a du mal à appréhender ce qu'il est en train de filmer. Il ne s'en rend pas vraiment compte. Il est plutôt satisfait d'avoir fait des images. Il suffit de lui mettre l'appareil entre les mains et de viser à sa place.

Il n'appuyait pas forcément sur les bons boutons. Il a fallu l'aider.

Lors du briefing, je me suis rendu compte des difficultés sur les manipulations.

Je n'ai donc pas utilisé de signe particulier.

Ça ne m'a pas changé grand-chose sur l'encadrement. J'ai dû être plus vigilant de ne pas perdre la caméra car il n'y avait pas de cordon de sécurité. C'était plus simple car nous étions deux.

Stéphane CAUMARTIN (MFEH1 - Apnéiste)

J'ai plongé avec un jeune avec trouble autistique. Il a fallu d'abord gérer le stress de ne pas voir le fond.

La gestion de la caméra n'a été possible qu'à partir du moment où il a vu qu'il pouvait toucher le sol.

Une fois qu'il a pris confiance en lui, ça l'a distrait, juste ce qu'il fallait pour prendre du plaisir supplémentaire.

En début de plongée, j'ai concentré les critères sur d'autres éléments. J'ai tout de même introduit l'utilisation d'une caméra dans le briefing.

Son équilibre n'était pas maîtrisé et son attention était perturbée par les poissons qu'il voulait filmer. En tant qu'encadrant, j'ai dû gérer son poumon ballast. Ce qui n'était pas vraiment gênant.

Francis LIEUPART (Président du CODEP65, EH2)

Utilisation d'une caméra sur le masque puis appareil compact avec caisson plus flash. PESH (60 plongées). Paraplégique sur *Sidemount* cela peut changer l'assiette en fonction du positionnement l'appareil sur le front ou au poignet. Le travail semble intéressant sur un aspect ludique, sur

l'équilibration de l'individu.

Cela peut être fait tout

d'abord en piscine puis en

mer. Cela peut même être

modulé avec des exercices

de PSP. Cela peut apporter

un objectif complémentaire

pour oublier l'aspect

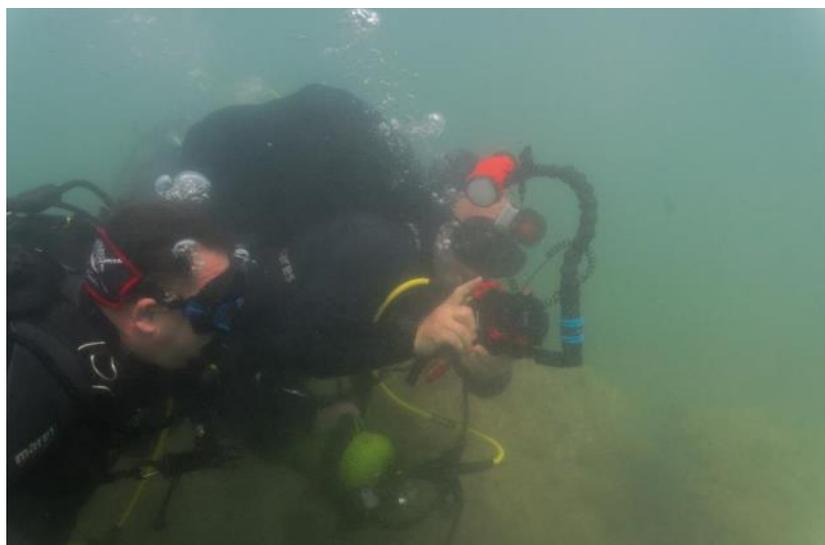
purement technique de la

plongée. Nous avons pu

évoluer lors de la plongée en

travaillant la prise en main

de l'appareil avec les deux



mains et les coudes écartés. C'est une demande du PESH de vouloir manipuler l'appareil. C'est l'encadrant qui donne l'appareil lorsque le PESH veut faire une photo. Une mise en place de signe spécifique doit être faite. L'assiette était naturellement corrigée grâce à sa concentration sur l'appareil. L'utilisation de prise de vue l'a motivé à continuer. En tant qu'encadrant, je n'ai pas trouvé plus de contraintes que ça. Il faut rester vigilant à contrôler les paramètres et ne pas se faire emporter par la prise d'images.

Frédéric NOËL (PESH6 - IMC)

J'ai utilisé une GoPro que je tenais à la main. C'est sympa.

Dans l'eau, je vois flou et après à l'aide de la caméra je vois les images nettes. Ça me permet aussi de montrer les images de ce que j'ai vu à ma famille. C'est compliqué lorsque je tiens la caméra, il me faut la tenir soit à l'endroit, soit à l'envers. Je préfère plonger avec la caméra. Ça ne me gêne pas.



Camille DANCE (PESH40 - Tétraplégique)

En juin 2014 j'ai passé le N1 photo cela m'a procuré beaucoup de plaisir alors que je suis tétraplégique.

En effet au-delà de la satisfaction apportée par l'enseignement technique, la pratique m'a permis de voir que je pouvais être stable et posée sous l'eau sans l'utilisation des bras.

Je me déplace essentiellement avec les bras, la pratique de la photo sous-marine est un peu plus difficile dans les plongées d'exploration courante. En effet, j'ai une seule main valide et j'en ai besoin pour les gestes techniques sur la « stab » et la compensation des oreilles ainsi je n'utilise pas la photo sur ce type de plongées.

Par contre sur les petits fonds lors de plongée bio par exemple, je peux utiliser la photo afin de partager mes plongées. Cela me permet de me concentrer encore plus sur les espèces sous-marines.

Je conseille la photo à toutes personnes en situation de handicap et aux autres, surtout aux débutants qui en se concentrant sur la photo oublieront leurs appréhensions.

Richard LARDE (PESH12 – Déficier Auditif)

Grâce à la prise de vue avec ma Gopro, je peux communiquer par l'image. Je partage essentiellement les vidéos avec mes proches et les réseaux sociaux.

Akira TRENEULE (PESH6 – Artiste)

C'est mon père qui m'a acheté un appareil photo pour aller sous l'eau pour prendre des images. Du coup, je prends l'habitude de prendre l'appareil avec moi à chaque plongée. Cela m'a apporté de la stabilité et je peux voir de plus belles choses sous l'eau

Patrick RAGOT (Président Commission Nationale Photo-Vidéo Sous-marine)

Merci Jean-Christophe de nous avoir transmis cette partie de ton mémoire avec les témoignages écrits et les interviews.

La Commission Nationale Photo Vidéo - et bien sûr les commissions regionales - déjà sensibilisée vont poursuivre ce développement en s'appuyant notamment sur ton travail.

Comme tu le sais un projet de formation découverte est en route et sera un des sujets de notre séminaire pédagogique de novembre.

Il s'agit d'une approche typiquement transversale, technique artistique avec bien sûr un regard bio. La présence de l'outil photo vidéo (coté PESH ou côté Encadrant) est un formidable moyen de travailler équilibre relaxation et aussi relations interhumaines....

La commission t'accompagne dans cette démarche, d'autant que ces actions sont aussi profitables à chacun de nous et pourront être proposées à d'autres publics.

Interview d'Emmanuel SERVAL (Membre du CDN, en charge des dossiers de développement de la pratique accessible à tous, dont HANDISUB et JEUNES)

La logique de la fédération est de réorganiser réellement de façon transversale la pratique du HANDISUB non-plus incluse exclusivement au sein de la commission technique mais de façon autonome pour en faciliter l'accès vers nos autres disciplines.

Aussi, et rappelons le, il convient de promouvoir l'accès aux cursus standards pour certains plongeurs en situation de handicap en fonction des aptitudes réelles des plongeurs.

Et pour ceux qui pratiquent une activité subaquatique avec adaptation matérielle ou d'encadrement, conformément au Code Du Sport, il faut que les commissions fédérales offrent des possibilités de pratiques.

Pour y arriver, un **collectif national HANDISUB dirigé par Pascal CHAUVIERE œuvre en transversal** pour la mise en œuvre de cursus adaptés. Notons qu'un tronc commun de formation de cadre a été validé en CDN en 2011, permettant aux cadres de toutes les commissions de se former au monde du handicap (stratégies fédérales FFESSM, FFH, FFSA, pathologie et handicap, adaptations fonctionnelles et transferts, adaptations pédagogiques). Chaque commission devant développer son cursus spécifique permettant de pratiquer, de progresser, d'être certifié, de se fidéliser dans une **pratique partagée**.

Le collectif national travaille à la mise en œuvre de cette dynamique dans l'ensemble des commissions fédérales.

Pour ce qui est de la commission photo vidéo, les contacts ont été établis avec Patrick RAGOT pour un cursus simple accessible au public débutant, jeune, et avec des particularités comme Sport Santé / Bien être ou HANDISUB. Une logique d'un mini cursus valorisant reprenant la logique du cursus PIXEL JEUNE est en réflexion.

La démarche consiste à rendre les activités audiovisuelles accessibles à tous avec une aide en encadrement (un EH par exemple si nécessaire) pour que l'animateur photo vidéo puisse initier, motiver, partager, faire découvrir, élaborer une progression adaptée si besoin, et valoriser en certifiant cette expérience. Première expérience, simple, rapide, accessible en une journée en objectif cible (pour accueillir le plus grand nombre).

Ce projet ne ciblant pas spécifiquement le public HANDISUB pouvant naturellement s'intégrer aux travaux du collectif national de Pascal CHAUVIERE avec la commission photo vidéo.





PHOTOGRAPHIE SUBAQUATIQUE – PHOTO JEUNES

PIXEL D'OR

Objectifs

Le jeune photographe est capable de :

Connaître les réglages de base de son appareil de prises de vues numériques sous-marin

Utiliser indépendamment la lumière naturelle et la lumière artificielle pour obtenir une photo techniquement correcte Appliquer les bases de la composition de l'image

Stocker des images

Conditions de candidature

Être licencié à la FFESSM

Être titulaire du brevet de plongeur d'or

Être titulaire de la qualification pixel d'argent

Organisation de la formation

La formation s'organise en piscine et en milieu naturel selon les règles d'encadrement et de sécurité en vigueur au sein de la FFESSM.

Elle est organisée au niveau d'un club, d'un comité départemental ou régional.

Durée : au moins 5 plongées photo dont deux en milieu naturel.

Présence d'un moniteur photo niveau I

Evaluation

Le jeune photographe est évalué par le moniteur technique sur son comportement dans l'eau et le respect de l'environnement et par le moniteur photo en ce qui concerne les images réalisées.

Le jeune photographe doit présenter 9 images (3 de poisson ou faune en mouvement, 3 de paysage et 3 macros) en lumière naturelle et en lumière artificielle, nettes et correctement exposées, réalisées durant les plongées de formation.

Les images sont analysées soit sur ordinateur soit en projection.

Validation : 1 moniteur audiovisuel niveau I

Matériel nécessaire

APN sans flash externe, sans pré-objectif,
Réglages réalisés par le jeune photographe

Contenu de la formation

La sécurité en plongée photographique

Environnement subaquatique

- Connaissance de l'environnement
- Respect du milieu

Connaissance et utilisation de l'APN

Connaître tous les réglages de l'APN en mode Auto ou Programme et choisir le réglage approprié :

- La correction d'exposition avec et sans flash interne
- Mode sous-marin / BB nuageux
- Le réglage de la sensibilité
- Les modes flash : auto, forcé, coupé
- Le mode macro
- contrôle de l'image sur l'écran de l'APN

Manipulation et entretien du caisson

- Mise en place et retrait de l'APN
- contrôle et entretien du joint
- Rinçage et stockage du caisson

Connaissances en photo

- Notions de vitesse, et diaphragme
- Notions de focale, angle et profondeur de champ
- Réussir les différents types de photo : poisson et faune mobile, paysage, macro
- Notions de composition d'images : cadrage, règle des tiers, sens de lecture - gestion du flash interne (couverture, distance, sur/sous-exposition)

Utiliser les images

- Transférer les images sur ordinateur
- Visualiser les images
- Apprécier leur qualité : CMEL, notion d'histogramme

PHOTOGRAPHIE SUBAQUATIQUE - PHOTO JEUNES

PIXEL D'ARGENT

Objectifs

Le jeune photographe est capable de :

- De faire des images sans l'assistance d'un encadrant : choix des sujets, cadrage.
- Réaliser des images nettes et correctement exposées avec un APN compact en gérant les réglages nécessaires avec et sans le flash interne.

Conditions de candidature

Être licencié à la FFESSM

Être titulaire du brevet de plongeur d'argent

Être titulaire de la qualification pixel de bronze

Organisation de la formation

La formation s'organise soit en piscine soit en milieu naturel selon les règles d'encadrement et de sécurité en vigueur au sein de la FFESSM.

Elle est organisée au niveau d'un club, d'un comité départemental ou régional.

Durée : au moins 3 plongées photo (dont une en milieu naturel). Présence d'un moniteur audiovisuel niveau I.

Evaluation

Le jeune photographe est évalué par le moniteur technique sur son comportement dans l'eau et par le moniteur audiovisuel en ce qui concerne les images réalisées.

Le jeune photographe doit présenter 9 images (3 de plongeur, 3 de paysage et 3 macros) nettes et correctement exposées, réalisées durant les plongées de formation.

Les images sont analysées soit sur ordinateur soit en projection.

Validation : 1 moniteur audiovisuel niveau I

Matériel nécessaire

APN sans flash externe, sans pré-objectif,
Réglages réalisés par le jeune photographe

Contenu de la formation

Comportement dans l'eau

- Stabilisation, palmage, respiration
- Choix et approche des sujets

Manipulation de l'APN

- Les réglages de l'APN en mode Auto ou Programme
- La correction d'exposition avec et sans flash interne
- Mode sous-marin / BB nuageux
- Les modes flash : auto, forcé
- Le mode macro

Manipulation et entretien du caisson

- Mise en place et retrait de l'APN
- Rinçage et stockage du caisson

Connaissances en photo

- Réussir les différents types de photo : plongeur, paysage, macro
- Choix du cadrage, vertical, horizontal
- Gestion du flash interne (couverture, distance, sur/sous-exposition)





PHOTOGRAPHIE SUBAQUATIQUE - PHOTO JEUNES

PIXEL DE BRONZE

Objectifs

Le jeune photographe est capable de :

- Se stabiliser en faisant attention à son environnement,
- Réaliser des images nettes et correctement exposées avec un APN compact en mode automatique.

Conditions de candidature

Être licencié à la FFESSM

Être titulaire du brevet de plongeur de bronze

Organisation de l'initiation

L'initiation s'organise soit en piscine soit en milieu naturel selon les règles d'encadrement et de sécurité en vigueur au sein de la FFESSM.

Elle est organisée au niveau d'un club, d'un comité départemental ou régional. Durée : 3h

Présence d'un moniteur audiovisuel niveau I

Evaluation

Le jeune photographe est évalué par le moniteur technique sur son comportement dans l'eau et par le moniteur audiovisuel en ce qui concerne les images réalisées. Le jeune photographe doit présenter 5 images nettes et correctement exposées réalisées durant la séance d'initiation.

Les images sont analysées soit sur ordinateur soit en projection.

La validation : 1 moniteur audiovisuel niveau I

Matériel nécessaire

APN sans flash externe, sans pré-objectif,

Réglage en mode automatique par le moniteur

Contenu de l'initiation

Comportement dans l'eau :

- Stabilisation
- Respiration
- Maintien de l'APN

Manipulation de l'APN

- Mise en route
- Cadrage
- Mise au point
- Mode macro
- Déclenchement
- Visualisation des images
- Connaissance en photo
- Les différents types de photo : plongeur, paysage, macro
- Cadrage et mise au point