

FÉDÉRER FORMER PARTAGER

Jeunes Sub'

SUR L'INTERRÉGION, UN MÊME SOUFFLE POUR FAIRE GRANDIR NOS JEUNES !

WEBINAIRES

FICHE TECHNIQUE



UN MÊME SOUFFLE POUR NOS JEUNES

Le projet de Valorisation des Initiatives Régionales Jeunesse est lancé ! Animé par la volonté de donner une visibilité accrue au projet collectif autour de nos jeunes et des activités subaquatiques, cette initiative interrégionale s'articule autour de trois axes fondamentaux :

- ✓ **Fédérer** les encadrants et référents régionaux.
- ✓ **Dynamiser** les pratiques et la participation active.
- ✓ **Partager** les expériences en intercommissions.



6 FICHES THÉMATIQUES STRATÉGIQUES

1. SPORTS & JEUX

Apnée, Hockey Subaquatique et Tir sur cible : la précision par le jeu.

2. EAU VIVE

Accoutumance au milieu naturel et préparation physique.

3. TECHNIQUE

Innover dans l'enseignement via la ludopédagogie et une approche adaptée à la maturité.

4. SCOLAIRE

Développement des Sections Sportives Scolaires (SSS).

5. BIO-ENVIRONNEMENT

Éduquer le regard sur la nature sous-marine.

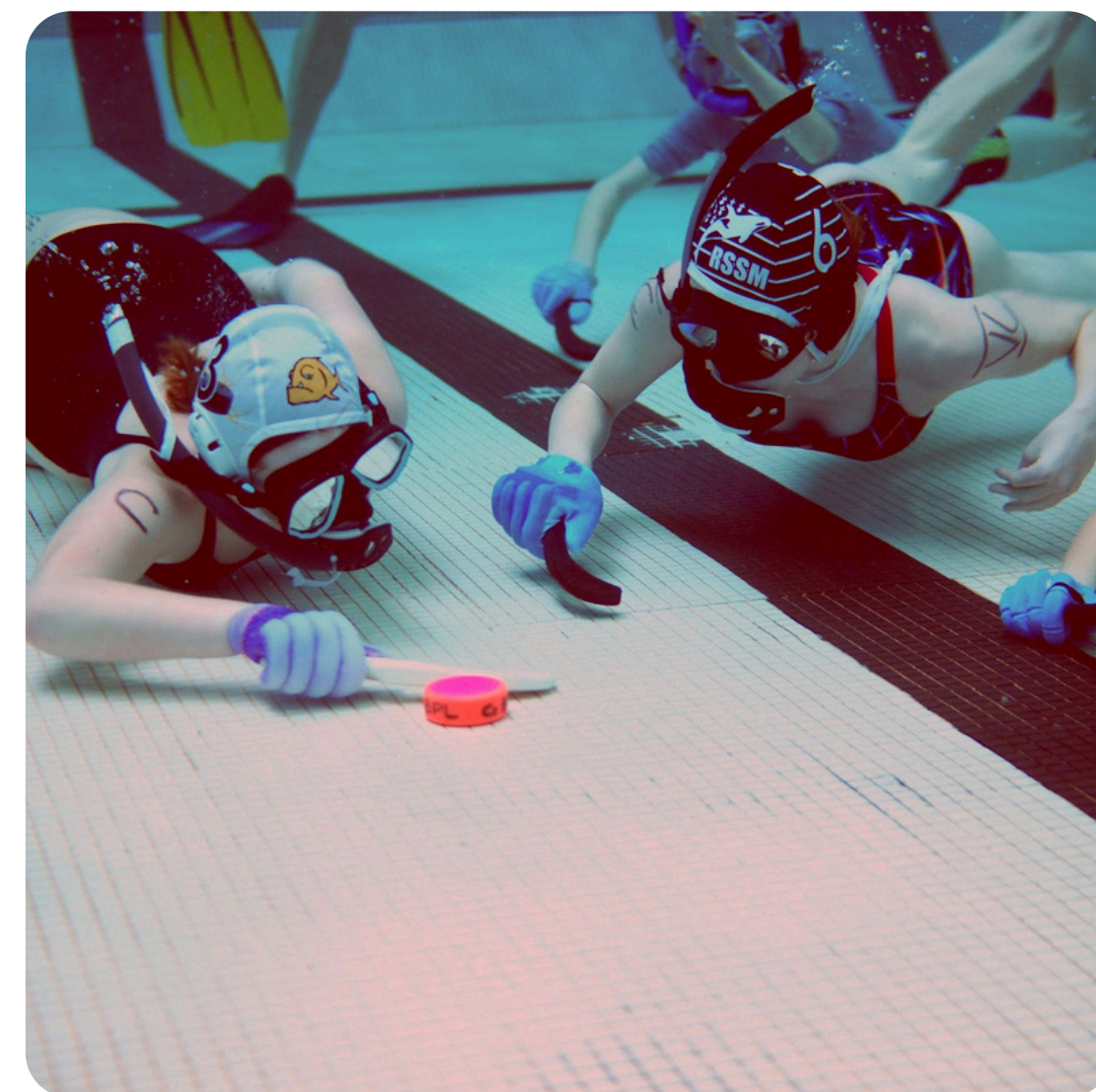
6. PLONGÉE SPORTIVE EN PISCINE

Plongée Sportive en Piscine : ludisme et compétition.

APNÉE, HOCKEY & PRÉCISION

Activités axées sur le jeu :

- ✓ **Hockey Subaquatique** : Valise pédagogique exploitable dès 8 ans.
- ✓ **Jeux en apnée** : Parcours "La corde" et courses de billes en immersion.
- ✓ **Basket sub** : Tâches individuelles ludiques pour maîtriser l'immersion.
- ✓ **Défis** : Tir sur cible et jeu du béret pour dynamiser.



NAGE EN EAU VIVE (NEV)

Adaptation & Sécurité

La NEV privilégie le milieu naturel (rivières classe III+) pour l'accoutumance et la préparation physique.

- ✓ **Matériel** : Flotteurs morphologiques, casques/gilets CE.
- ✓ **Règle d'or** : Eau > 6°C impératif pour les jeunes.
- ✓ **Spots** : Etel, Cesson, Lannion identifiés.
- ✓ **Compétition** : Accès facilité (Slalom, Descente).



MODERNISER L'ENSEIGNEMENT TECHNIQUE

750%

D'ARRÊT AVANT L'AUTONOMIE

L'objectif : Fédérer, Accompagner, Inclure

Moderniser pour éviter le décrochage massif des jeunes licenciés.

- ✓ **Kit Jeune** : 42 fiches de jeux et écogestes en ligne.
- ✓ **Pédagogie** : Grille d'évaluation de maturité pour personnaliser, et évolution de la méthode.
- ✓ **Former et informer sur le public** : Création de "Référénts Jeunes" (RJ).

SECTION SPORTIVE SCOLAIRE (SSS)

MISE OEUVRE ET EN PRATIQUE

3 heures hebdomadaires incluses dans l'emploi du temps scolaire sans alléger l'EPS obligatoire.

EXEMPLE : ÎLE D'YEU

Validation de niveaux (Plongeur de Bronze au N1) et voyages éducatifs (exemple : Rosas, Espagne).

FINANCEMENT

Modèle mixte : Subventions ANS, Département, dons et actions festives des élèves.

BIO & ENVIRONNEMENT

Éduquer le regard

Supports ludiques : Jeu des 7 familles, Jeu de l'oie "Atlantique 2026", plaquettes immergeables.

- ✓ Langage des signes "Bio".
- ✓ Sections "Jeunes explorateurs".
- ✓ Nettoyage de plages & Aquariums.



PLONGÉE SPORTIVE EN PISCINE (PSP)

La "Table des Lois Jeunes"

- ✓ **Variété** : Exercices courts pour maintenir l'attention.
- ✓ **Mimétisme** : Démonstration parfaite de l'encadrant.
- ✓ **Réalisme** : Dosage de difficulté (Zéro Échec).
- ✓ **Séance type** : Échauffement, Dauphins (apnée), Tunnel technique, Relais chronos.



RÉCAPITULATIF DES OUTILS PAR FICHE

FICHE THÉMATIQUE	CIBLE PRINCIPALE	OUTIL & INNOVATION
1. Hockey & Apnée	Dès 8 ans	Valise pédagogique bassin
2. Eau Vive (NEV)	Milieu Naturel	Flotteur morphologique CE
3. Technique	Tous niveaux	Kit Jeune (42 fiches en ligne) composé de formation de cadre et des méthodes
4. Scolaire (SSS)	Collège / Lycée	Convention tri-partite / ANS
5. Bio Env	Explorateurs	Microscope USB & Signes Bio
6. Plongée Sportive	Compétiteurs	Tunnel PSP & Défis Chronos

DÉPLOIEMENT & ÉTAPES CLÉS

WEBINAIRES

Lancement et partage des initiatives régionales.

FORMATIONS

Journées spécifiques futurs formateurs de jeunes.

HORIZON 2026

Finalisation du Jeu Jeunes'Sub

ÉPANOUISSEMENT

Objectif : Réduction durable du décrochage.

THÈME FÉDÉRATEUR : « LES JEUNES ET LES SPORTS SOUS-MARINS : FÉDÉRER, IMPLIQUER ET SOUTENIR »



FFESSM

COMITÉ INTERRÉGIONAL
BRETAGNE - PAYS DE LA LOIRE
ÉTUDES & SPORTS SOUS-MARINS