

# INSCRIRE SON ENFANT À LA PLONGÉE :

EST-IL FACILE D'INSCRIRE SON ENFANT DANS UN CLUB DE PLONGÉE, COMME ON LE FERAIT POUR UNE ACTIVITÉ PARASCOLAIRE, TYPE TENNIS OU PIANO ? RÉCIT D'UN PARCOURS D'OBSTACLES À LA RENTRÉE 2010.

Martine Carret

## La question de l'âge

Première question que se pose tout parent responsable : "À quel âge peut-il débiter ?" Premier casse-tête. "L'arrêté ministériel qui codifie la plongée (Code du sport, 18 juin 2010) ne régleme pas l'âge minimum", précise Jo Vrijens, président de la Commission technique nationale de la FFESSM. Renseignement pris, on nous évoque le comportement imprévisible des enfants en bas âge, le développement pulmonaire qui n'est pas finalisé avant l'adolescence, la maturation émotionnelle qui n'est acquise que tardivement... Pas rassurant tout cela ! Finalement, le karaté, c'est peut-être plus simple ?

"Mais non, lancez-vous dans la plongée", nous rassure-t-on. Après des années d'études, de sollicitations médicales, d'observations, d'avis d'experts, il a semblé souhaitable à la fédération de fixer à huit ans l'âge minimum. Jusque-là, c'est clair pour le parent.

Notre enquêteur n'ayant pas de structure FFESSM près de chez lui, il prend direction un centre ANMP. Et là, surprise... "Nos moniteurs étant tous des professionnels, nous n'avons pas souhaité imposer des contraintes sans justification solide,

explique Pascal Célestin, le directeur administratif de l'ANMP. L'âge est laissé à l'appréciation du moniteur qui adaptera son activité à son élève. D'autant plus que d'un enfant à l'autre, l'âge administratif peut être différent de l'âge physique et psychologique. Il y a des enfants très aguerris dès sept ans, et déjà bien à l'aise dans l'eau. Comme d'autres peuvent être moins débrouillards même avec quelques années de plus."

Le fait que des organismes de la plongée ne soient pas en phase sur la question de l'âge minimal n'est pas très simple à comprendre pour quelqu'un qui ne connaît rien à la plongée.

Que dire alors à ces parents d'un bambin de 6 ans et demi, qui les tanne pour mettre la tête sous l'eau, qui en rêve... Que doivent-ils décider en leur âme et conscience ? Un peu de réflexion s'impose.

## Toutes les craintes parentales

Activité à risque, danger, accidents... La plongée a longtemps souffert de son image véhiculée par des costauds baroudeurs surentraînés. Aujourd'hui, submergés d'images du monde sous-marin



Le bonheur de la plongée se lit aussi sur le visage des enfants.

(TV et cinéma), mieux informés, les parents semblent rassurés. "Les questions du danger ne reviennent plus comme avant", avoue Stéphane Pérez, un des membres du CISN Cal d'Oise (Eaubonne), centre pionnier, qui lança en 1981 la section 6-12 ans.

"Les enfants veulent voir des poissons, des dauphins, comme ceux qu'ils ont pu voir à la télévision à des heures de grande écoute", intervient Julie Pasto, créatrice, en 2001, de l'école de plongée enfants du Club Bélouga Plongée au Cap d'Agde (34).

D'ailleurs, la plongée n'est plus cataloguée comme "à risque" par le Code du sport mais comme une

activité se déroulant dans un "environnement spécifique". Ouf ! Pour maman-papa, c'est déjà plus rassurant... On a un peu progressé mais tentons d'en savoir plus ?

"Nous proposons des ateliers basés sur la respiration, des jeux de communication sous l'eau", souligne Jérôme Hladky, référent jeunes plongeurs au sein de la Commission technique nationale de la FFESSM. "L'apprentissage est basé sur l'aspect ludique pour attirer leur attention. La technique se cache derrière le jeu."

On nous apprend que l'enfant sera limité à des temps de plongée et à des profondeurs drastiques, qu'il n'est pas question de

## Quels tarifs ?

C'est extrêmement variable selon les régions et le lieu de pratique (piscine, fosse, mer). L'idéal est de trouver un club avec des créneaux horaires d'entraînement en piscine pas trop tardifs.

### Trois exemples :

- ❖ CISN, 200 € (dès 6 ans) ; site : [www.cisn.fr](http://www.cisn.fr) ; tél. 06 10 19 26 69.
- ❖ Pontoise Plongée, 170 € ; site : [www.pontoise-plongee.org](http://www.pontoise-plongee.org) ; tél. 06 77 27 36 14.
- ❖ Club sous-marin du Nord (Lille), 174 € ; tél. 06 70 22 46 88. Comme pour les adultes, combinaison, stab, détendeur sont fournis. Le plongeur apporte masque, palmes et tuba.

## Témoignage "Une activité valorisante"

"J'ai vu des timides se débloquer, des garçonnetts maladroits enfilier leur combinaison seuls alors que chez eux, ils ne s'habillent pas sans aide !, confie Julie Pastor (notre photo). Les enfants se rendent compte qu'ils font quelque chose d'exceptionnel par rapport à leurs copains et cela les valorise. Les enfants agités sont canalisés sous l'eau... même si après, l'euphorie revient vite pour discuter. Sous l'eau, les enfants sourds continuent à parler tout naturellement avec leurs mains, apprivoisant d'instinct la mer. Une maman, dont la petite fille anorexique adorait plonger, lui avait fixé un poids minimum à atteindre si elle voulait plonger. Au moins, elle était sûre que sa fille allait accepter de manger un peu..."

NDRL. Julie Pastor est la créatrice de l'école de plongée enfants du centre Bélouga Plongée au cap d'Agde (34).



# LA RÉPONSE DES PROS

## Trouver un club

- ❖ Sur le site [www.ffessm.fr](http://www.ffessm.fr), rubrique "Accès rapide/ Trouver un club". La recherche s'effectue en cochant "plongée enfants", puis par département ou ville.
- ❖ Contacter l'Association nationale des moniteurs de plongée (ANMP) au 04 93 33 22 00 ; site : [www.anmp-plongee.com](http://www.anmp-plongee.com)
- ❖ Des structures PADI sont ouvertes aux enfants, dans certaines écoles de plongée en France. Site : [www.padi.com](http://www.padi.com)



L'âge minimal de 8 ans n'est pas la règle dans tous les organismes.

le retrouver à 20 mètres sous l'eau, ni même à 6 mètres ! Selon l'âge, son aisance, l'endroit où il évolue (stage en mer tropicale ou piscine), il pourra, par exemple, être immergé dix minutes à 2-3 mètres s'il a 8 ans, vingt minutes dans la zone 3-5 mètres entre 10 et 11 ans. Là non plus, aucune règle précise n'existe, ni aucun cadre législatif. "Il est nécessaire d'avoir des moniteurs bien formés et d'appliquer des règles de bon sens, selon le lieu de pratique, les conditions météo, et bien sûr selon l'enfant", souligne-t-on à l'ANMP.

## Où l'on parle des bienfaits

Après les hésitations du début (j'inscris ma progéniture ou non ?), je tombe sur un premier consensus. J'apprends que l'activité n'a que des qualités ! Ne demandant ni

force de frappe, ni puissance particulière, la plongée est accessible à tout enfant qui en manifeste l'envie. Sous l'eau, pas de choc comme au rugby ! Pas de genou cassé à craindre. Les articulations ne souffrent pas. Discipline de maîtrise de soi, la plongée va développer ses aptitudes à la concentration. Elle place également l'enfant dans un univers qui favorise la communication avec autrui et qui lui impose de respecter des règles strictes de sécurité aussi bien pour lui que pour son binôme. L'enfant est également responsable de l'entretien de son matériel, son nettoyage. Le milieu liquide développe une éducation polysensorielle (apesanteur notamment, perte des réflexes plantaires, de l'univers vertical), sollicitant des aires cérébrales qui ne travaillent pas d'habitude à ces âges-là.

"Un enfant un peu maladroit sur terre, souffre-douleur de ses camarades, prend de l'assurance avec la plongée et s'épanouit", précise Jean-Jacques Gauthier. Kinésithérapeute, brevet d'État, il fut le premier à lancer le CISN Val d'Oise puis à bâtir les fondements de l'ARPE (Association de réflexion pour la plongée des enfants), avec René Beretz. Prise de décision, gestion de situations à problèmes, apprentissage ludique des lois physiques... Le bébé plongeur deviendra-t-il, plus tard, un dirigeant, un mathématicien ? Sa sensibilité à l'environnement augmente, sa connaissance du milieu marin aussi. Biologiste ? Chercheur ? Chic ! On avance une deuxième palme vers l'inscription. "À l'adolescence, la pratique de la plongée peut limiter les tentations (tabac, alcool, drogue),

## BON À SAVOIR

- ❖ **Des enfants de non-plongeurs ?**  
Il semblerait que beaucoup d'enfants inscrits à des cours soient des enfants de non-plongeurs. Cela ne signifie pas le rejet de l'activité par les enfants des plongeurs ! L'enfant d'un plongeur peut avoir suivi sa famille en stage à l'étranger, hors structures comptabilisées en France, et plonger quand même depuis son plus jeune âge...
- ❖ **Des projets pour les 6-8 ans**  
La FFESSM mettra sans doute en place prochainement des ateliers pour les 6 à 8 ans : évolutions en PMT, connaissance du milieu. De telles pratiques existent déjà dans les structures PADI avec les programmes SAS (Supplied Air Snorkeling for Youth), accessibles dès 5 ans ([www.padi.com](http://www.padi.com)).

argumente un responsable. Ce sont des pratiques incompatibles avec la plongée !  
Là, c'est le saut droit assuré. On l'inscrit au plus vite !

## La plongée des enfants à la FFESSM

Chez les adultes, les hommes sont majoritaires parmi les pratiquants. Chez les enfants, c'est aussi le cas, mais l'écart est moins prononcé. La plongée enfants se développe : 36 enfants certifiés en 2007, contre 1.400 en 2009. "La féminisation de l'activité a sans doute joué en ce sens, explique Jo Vrijens. Les mamans confient volontiers leur enfant à une monitrice, censée être plus douce, plus maternelle d'instinct."

	Total garçons	Total filles	TOTAL 2009	2008	2007
Plongeur bronze	347	248	595	565	19
Plongeur argent	238	145	383	264	7
Plongeur or	282	140	422	309	10
<b>TOTAL PLONGÉE ENFANT</b>			<b>1.400</b>	1138	36

Le carnet de l'ANMP, très ludique avec sa tortue, est apprécié des enfants. Une carte plastifiée est désormais délivrée pour valider les acquis.

