LIGUE FRANCOPHONE DE RECHERCHES ET D'ACTIVITES SUBAQUATIQUES
Rue Jules Broeren 38 - 1070 Bruxelles - Tél. : +32(0)2/521.70.21

Mesdames, Messieurs les Présidents et Chefs d'école,

La plongée enfant, c'est bien plus qu'un apprentissage technique : **c'est transmettre le plaisir, la confiance et l'envie de progresser.** Cette année, l'Atelier Permanent « Plongée Enfant » organise à nouveau la formation destinée aux encadrants, instructeurs enfants et instructeurs certificateurs PE Lifras.

Dans vos clubs, certaines personnes ont probablement le profil, l'expérience et l'envie… sans avoir encore osé franchir le pas. **C'est le moment de les encourager !** Les candidatures sont ouvertes via le secrétariat Lifras **jusqu'au 21 octobre 2026**, au moyen du formulaire prévu.

Un parcours progressif, accompagné et concret :

- **Avant la formation théorique :** 1 leçon d'observation en piscine auprès d'enfants pour découvrir concrètement l'encadrement.
- **Formation théorique :** des apports directement utiles pour comprendre, accompagner et sécuriser la pratique des enfants.
- **Après la formation théorique :** 8 séances pour mettre progressivement les acquis en pratique :
    - **5 h de formation** sous la supervision directe d'un instructeur PE Lifras.
    - **2 h de formation** sous la responsabilité et la supervision directe d'un instructeur PE Lifras et d'un instructeur certificateur PE Lifras.
    - **1 h de certification en piscine**, encadrée par 2 instructeurs certificateurs PE Lifras.
- **En milieu naturel :** 1 plongée formative sous la supervision directe d'un instructeur PE Lifras, évaluée selon la grille disponible sur l'extranet.

Informations pratiques – Formation théorique

- **Quand ?** Samedi 7 et dimanche 8 novembre 2026.
- **E-learning** : à réaliser avant le 1er novembre 2026, à votre rythme (cours disponible dès le 10 octobre, assistance prévue pour ceux qui ne sont pas à l'aise avec la technologie).
- **Samedi 7 novembre 2026** : formation théorique (Teams) de 8h45 à 13h.

- **Dimanche 8 novembre 2026** : journée pratique au CERIA (Rue des Grives 51, 1070 Anderlecht) à partir de 8h45.
- **À prévoir** : de quoi prendre note et votre matériel piscine.

Contenu des cours

- Équipements (enfants / moniteur)
- Examen médical de l'enfant
- Prévention
- Leçon type en piscine
- Pédagogie spécifique à l'enfant
- Physiologie et anatomie de l'enfant
- Profil du moniteur
- Programme minimum
- Règlementation
- Relation enfant – parent
- Organisation de la section « Plongée enfant » au sein de la fédération
- Réanimation pédiatrique
- Matériel didactique
- Carnet de plongée enfant – Passeport pour la mer

Une formation complète pour **encadrer avec sécurité, pédagogie et enthousiasme.** Le profil du moniteur enfant est repris en annexe pour information.

Envie d'aller plus loin ? Devenez instructeur certificateur PE Lifras

Les candidats intéressés sont invités à contacter Danièle Goffinet (goffinet.daniele62@lifras.be). **Nous avons besoin de nouveaux instructeurs PE Lifras : votre expérience peut faire la différence. Lancez-vous !**

Pour les instructeurs PE

Vous pouvez évoluer vers le rôle d'**instructeur certificateur PE**. Ce titre, réservé aux moniteurs Club Lifras expérimentés dans la formation des enfants, s'acquiert par :

- Une expérience pédagogique validée (évaluations de candidats),
- Une participation au stage avec animation d'une table ronde,
- La remise d'un rapport,
- La certification de deux encadrants / instructeurs PE.
  Le standard décrivant l'organisation de cette formation est disponible sur l'extranet.

Frais de formation

- **35 €** à l'inscription.
- **75 €** pour le kit (à acheter à la boutique Lifras avant le stage et à compléter en partie).
  ⚠️ Prérequis : avoir réalisé une leçon d'observation en piscine (voir bulletin d'inscription).

Pour tout contact :
Virginie Gailliez – virginie.gailliez@lifras.be – 0476/39.13.73

Au nom de la Cellule Directrice Atelier Permanent Plongée Enfant :
Marie-Laure Collignon, Thierry Gielens, Danièle Goffinet, Cédric Willot, Virginie Gailliez

ANNEXE – Profil du moniteur enfant

Introduction

Le plaisir est le moteur principal de la plongée enfant. Préserver cette motivation est essentiel : un encadrement trop rigide ou peu ludique entraîne souvent l'abandon de la discipline. La mission du moniteur est donc de maintenir l'envie et la joie de plonger.

Qui est le moniteur enfant ?

- **L'âge n'a pas d'importance** : ce qui compte, c'est la jeunesse d'esprit, la maturité affective et la capacité à allier fermeté et bienveillance.
- **Niveau requis** : minimum plongeur 3* et assistant moniteur pour les baptêmes. Plus que le niveau, ce sont l'ouverture, l'aptitude relationnelle et l'accueil qui comptent.
- **Un rôle auprès des enfants et des parents** : apprécié, respectueux et à l'écoute, le moniteur instaure confiance et proximité.

Attitudes et comportements attendus

Le moniteur :

- Valorise et encourage les enfants (solidarité, politesse, efforts).
- Guide sans imposer, en laissant une marge de liberté.
- Favorise la découverte : il aide l'enfant à trouver ses propres solutions.
- Tient compte des ressentis : *« j'ai peur », « je n'aime pas », « c'est trop long »*.

Ses qualités essentielles :

- Autorité juste, prudence et sens des responsabilités.
- Langage respectueux, jamais vexant.
- Patience, tolérance, rigueur, esprit d'équipe.
- Capacité à anticiper les problèmes pour garantir la sécurité.
- Sang-froid en cas d'imprévu et bonne condition physique.

Les quatre dimensions à développer

- **Savoir-être** : attitude et comportement adaptés.
- **Savoir-faire** : mise en pratique des compétences.
- **Savoir** : connaissances théoriques et techniques.
- **Savoir pourquoi** : compréhension du sens de ce qui est enseigné.

Dimension pédagogique

- L'aptitude pédagogique se construit séance après séance.
- Les échanges avec d'autres moniteurs enrichissent l'expérience.
- Les erreurs pédagogiques se paient vite avec les enfants : d'où la nécessité de se remettre en question régulièrement.
- Le moniteur assure un enseignement cohérent, adapté, motivant et sécurisant.

Principes d'un enseignement adapté

- Respect des enfants et de leur rythme.
- Sécurité en toute circonstance.
- Motivation entretenue par des activités variées et sensées.
- Valorisation de l'autonomie par l'auto-évaluation.
- Suivi de l'évolution des enfants sur le long terme, même au-delà de la formation directe.

Motivation du moniteur

- Un moniteur motivé transmet son enthousiasme ; l'inverse freine l'engagement des enfants.
- Le responsable de la cellule « plongée enfant » doit veiller à stimuler la motivation de l'équipe par des changements réguliers (groupes, missions, activités).
- La routine est l'ennemie : le renouvellement est clé.

Pourquoi devenir moniteur enfant ?

- Développer de nouvelles compétences pédagogiques, différentes de l'encadrement adulte.
- Maintenir une activité physique et pédagogique accessible.
- Permettre à certains parents plongeurs d'accompagner leurs enfants (avec le risque de retrait quand l'enfant passe à la plongée adulte).
- Offrir une continuité de pratique à des plongeurs limités en profondeur ou en temps pour raisons médicales.

Conclusion

Un bon moniteur enfant doit réunir :

- Un équilibre physique et mental,
- Un goût marqué pour le contact avec les jeunes,
- Une capacité à fixer des objectifs clairs et adaptés,
- Et surtout la volonté de cultiver, chez les enfants comme chez lui-même, le plaisir de plonger.

LIGUE FRANCOPHONE DE RECHERCHES ET D'ACTIVITES SUBAQUATIQUES
Rue Jules Broeren 38 - 1070 Bruxelles – Tél. : +32(0)2/521.70.21

BULLETIN D'INSCRIPTION
à la formation Encadrant/Instructeur Plongée Enfant

à envoyer au secrétariat après inscription sur MyLifras

CANDIDAT(E) DU CLUB :		
ID Lifras :	NOM :	PRENOM :
N° FEBRAS :	Brevet : 3* – 4* – AM – MC – MF – MN	Date de naissance :
📱	N° de compte :	
@		
Date visite médicale :		Date du CFPS :

Nous, soussigné(e)s, président et chef d'école du club, attestons que les renseignements fournis ci-dessus sont exacts et que le(la) candidat(e) satisfait aux prérequis prescrits, à savoir ; **être en ordre de certificat médical de non-contre-indication à la plongée** ; **être en ordre de CFPS le jour de l'homologation** ; et **avoir suivi une leçon d'observation en piscine** d'une classe plongée enfant (faire signer le document « observation d'une leçon » dans le cahier pédagogique fourni dans le kit).

Nom, prénom et signature du Président du Club

Nom, prénom et signature du Chef d'école

Fait à _____ **Fait à** _____

Le ___/___/_____ **Le** ___/___/_____

N.B. : le présent formulaire est à renvoyer au secrétariat LIFRAS.

Prix de l'inscription sur MyLifras : **35 €** (sur base de la facture à recevoir)

+ 75 € (kit à acheter sur la boutique Lifras avant la formation théorique et à compléter)

LIGUE FRANCOPHONE DE RECHERCHES ET D'ACTIVITES SUBAQUATIQUES
Rue Jules Broeren 38 - 1070 Bruxelles – Tél. : +32(0)2/521.70.21

BULLETIN D'INSCRIPTION

au stage candidat Certificateur Plongée Enfant

Prendre contact avec Danièle Goffinet

CANDIDAT(E) DU CLUB :		
ID Lifras :	NOM :	PRENOM :
N° FEBRAS :	Brevet : AM – MC – MF – MN	Date de naissance :
📱	N° de compte :	
@		
Date visite médicale :		Date du CFPS :
Fonctionne comme instructeur PE Lifras depuis le :		
A assuré 10 entraînements piscine l'année qui précède la présente inscription :		

Date :	Date :	Date :	Date :	Date :
Date :	Date :	Date :	Date :	Date :

Nous soussignés, Président et chef d'école du club ci-dessus mentionnée, certifions avoir pris connaissance de l'inscription du candidat nommé ci-dessus, en vue de sa présentation à l'obtention du titre d'instructeur certificateur PE. Nous attestons que les renseignements fournis ci-dessus sont exacts et qu'il satisfait aux prérequis prescrits.

- En ordre de certificat médical de non-contre-indication à la plongée ;
- A fonctionné pendant un an comme instructeur P.E. LIFRAS.
- A assuré 10 entraînements piscine l'année qui précède l'inscription comme candidat certificateur et a encadré des enfants régulièrement lors des plongées en milieu naturel (certifié par le chef d'école)

Nom, prénom et signature du Président du Club

Je certifie également qu'il(elle) a encadré des enfants régulièrement lors des plongées en milieu naturel.

Nom, prénom et signature du Chef d'école

Fait à _____ **Le** ____/____/_____ **Fait à** _____ **Le** ____/____/_____

N.B. : le présent formulaire est à renvoyer au secrétariat LIFRAS.

Prix de l'inscription via MyLifras : **35€** (à payer suivant la facture à recevoir)

+ 75 € (kit à acheter sur la boutique Lifras avant la formation théorique et à compléter)