

Plan
**AISANCE
AQUATIQUE**

2019/2020



MINISTÈRE
DES SPORTS



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE ET
DE LA JEUNESSE



Des constats alarmants

**1 169 noyades en France
sur la période de juin à
août 2018...**

**... dont 332 noyades
accidentelles chez les
moins de 6 ans, ...**

**... soit une
augmentation de 84%
par rapport à 2015.**

Source : Santé Publique France

**« La noyade est la première cause de mortalité par accident chez
les moins de 15 ans. »**

Lettre de l'économie du sport, septembre 2019

Recommandations officielles pour le cycle 1

« [...] l'enseignant amène les enfants à découvrir leurs possibilités, en proposant des situations qui leur permettent d'explorer et d'étendre (repousser) leurs limites. Il les invite à mettre en jeu des conduites motrices inhabituelles (escalader, se suspendre, ramper...), à développer de nouveaux équilibres (se renverser, rouler, **se laisser flotter**...), à découvrir des espaces inconnus ou caractérisés par leur incertitude (**piscine**, patinoire, parc, forêt...). [...] Il attire l'attention des enfants sur leur propre sécurité et celle des autres, dans des situations pédagogiques dont le niveau de risque objectif est contrôlé par l'adulte. »

Programme maternelle

« **Le parcours d'apprentissage de l'élève commence, dès le cycle 1, par des moments de découverte et d'exploration du milieu aquatique - sous forme de jeux et de parcours organisés à l'aide d'un matériel adapté pour permettre aux élèves d'agir en confiance et en sécurité et construire de nouveaux équilibres (se déplacer, s'immerger, se laisser flotter, etc.).**

Circulaire n° 2017-127 du 22-8-2017 sur l'enseignement de la natation

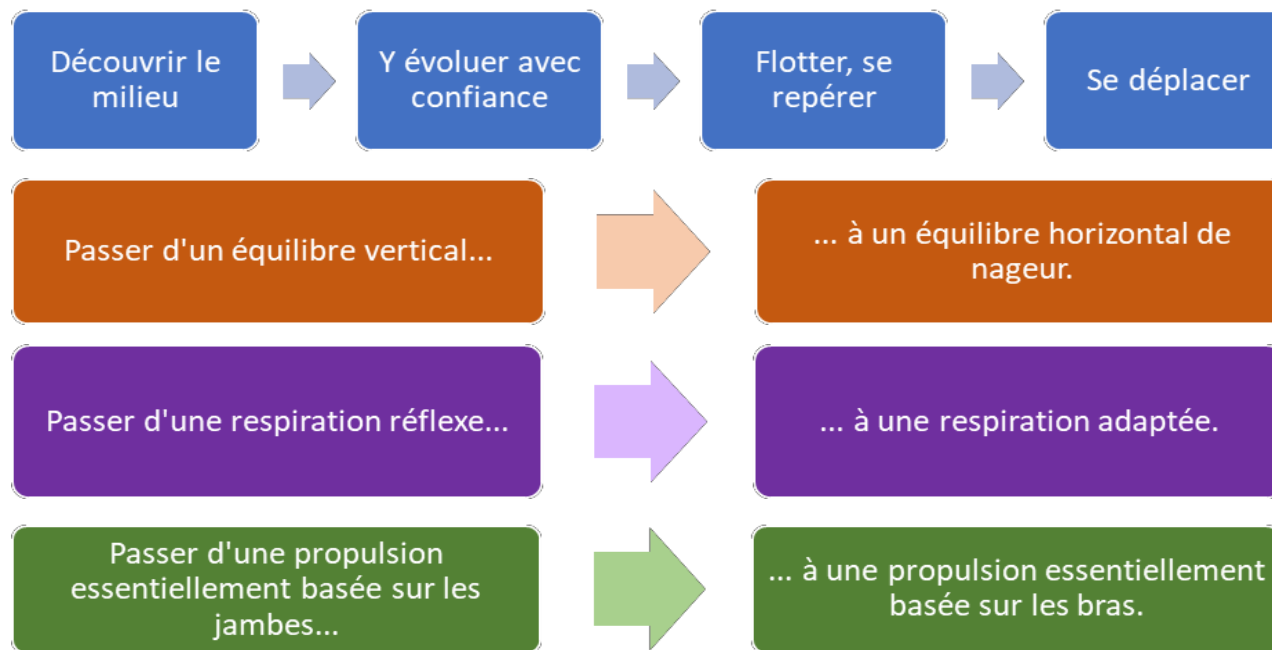
Recommandations officielles pour le cycle 2 (extraits du programme)

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE

- Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion.
- Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel. L'espace est aménagé et sécurisé.
- Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent.

REPERES DE PROGRESSIVITE

En natation, les activités proposées permettent de :



A propos de l'enseignement massé

La fréquence, la durée des séances et le temps d'activité dans l'eau sont des éléments déterminants pour assurer la qualité des apprentissages.

Dans le cadre d'un cycle d'apprentissage, une séance hebdomadaire est un seuil minimal. Des **programmations plus resserrées (2 à 4 séances par semaine, voire sous forme de stage sur plusieurs jours)** peuvent répondre efficacement à des contraintes particulières, notamment pour les actions de soutien et de mise à niveau. Chaque séance doit correspondre à une **durée optimale de 30 à 40 minutes de pratique effective dans l'eau.** »

Circulaire n° 2017-127 du 22-8-2017 sur l'enseignement de la natation

L' AISANCE AQUATIQUE : une définition

L'aisance aquatique est définie comme la capacité d'une personne à entrer dans l'eau de différentes façons, à s'immerger complètement, à remonter à la surface et à flotter sans engins de flottaison, à se déplacer sur une courte distance afin de regagner le bord et sortir seul de l'eau.

→ Dans le cadre de ce projet, on parle prioritairement de "natation sécuritaire". Il s'agit non pas d'un apprentissage de la natation (encore moins sportive), mais bien de prévenir les noyades : l'enfant apprendra progressivement la flottaison, le déplacement, l'immersion pour s'assurer de sa sécurité en cas de chute accidentelle.

L'AISANCE AQUATIQUE dans le parcours de l'enfant nageur



Les trois paliers de l' AISANCE AQUATIQUE

<u>Palier 1</u>	Le premier palier correspond aux compétences qu'un élève de moyenne section devrait pouvoir atteindre à l'issue d'une classe bleue.	<ul style="list-style-type: none">• Entrer seul dans l'eau• Se déplacer en immersion totale• Sortir seul de l'eau
<u>Palier 2</u>	Le deuxième palier correspond aux compétences qu'un élève de grande section ayant suivi une classe bleue en moyenne section devrait pouvoir atteindre à l'issue d'une classe bleue suivie en grande section. Il est possible qu'un élève acquiert les compétences de paliers 1 et 2 au cours d'une seule et même classe bleue.	<ul style="list-style-type: none">• Sauter ou chuter dans l'eau (N.B. : le texte ne précise pas la profondeur, mais la compétence suivante semble induire que l'enfant n'a pas pied)• Se laisser remonter• Flotter de différentes façons• Regagner le bord et sortir seul de l'eau
<u>Palier 3</u>	Le troisième palier correspond aux compétences qu'un élève de CP ayant suivi une classe bleue en moyenne et en grande sections devrait pouvoir atteindre à l'issue d'une classe bleue suivie en CP. Il est possible qu'un élève acquiert les compétences de paliers 1, 2 et 3 au cours d'une seule et même classe bleue.	<ul style="list-style-type: none">• Entrer seul dans l'eau par la tête• Remonter aligné à la surface• Parcourir 10 m en position ventrale, tête immergée• Se retourner et flotter sur le dos, bassin en surface• Regagner le bord et sortir seul de l'eau

N.B. : Il est précisé que les enseignements se déroulent sans dispositif de flottaison et que les compétences sont appréciées sans recours à de tels moyens.

Le test d'AISANCE AQUATIQUE

Annexe 4 - Test d'aisance aquatique

Le certificat d'aisance aquatique est défini par l'article A. 322-3-2 du code du sport.

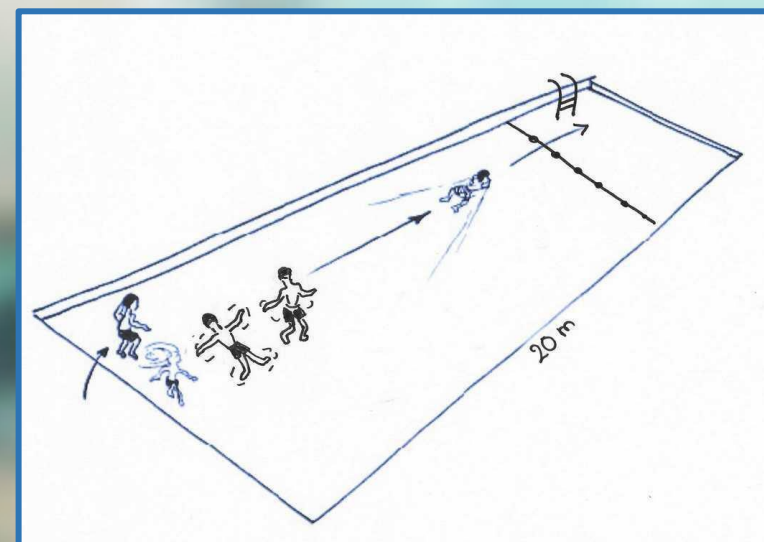
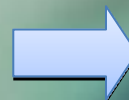
Ce test peut être préparé et passé dès le cycle 2 et, lorsque cela est possible, dès la grande section de l'école maternelle. Sa réussite peut être certifiée par tout enseignant des établissements d'enseignement publics ou des établissements d'enseignement privés sous contrat avec l'État, dans l'exercice de ses missions. L'obtention du certificat d'aisance aquatique permet l'accès aux activités aquatiques dans le cadre des accueils collectifs de mineurs (article A. 322-3-1 du code du sport).

Le test permet de s'assurer que l'élève est apte à :

- effectuer un saut dans l'eau ;
- réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq secondes ;
- réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes ;
- nager sur le ventre pendant vingt mètres ;
- franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.

Ce test peut être réalisé avec ou sans brassière de sécurité.

Un certificat attestant de la réussite au test est remis à l'élève ou à son représentant légal.



Modèle de certificat d'aisance aquatique

Recto

Académie de

Cachet de l'établissement et
signature du directeur de l'école ou
du chef d'établissement

Certificat d'aisance aquatique

Nom : _____

Prénom : _____

Date de naissance : __/__/____

École/collège : _____



Verso

Certificat d'aisance aquatique

Le professeur des écoles, ou le professeur d'éducation physique et sportive ⁽¹⁾,
certifie que l'élève _____ a passé avec
succès le test défini par l'article A. 322-3-2 du code du sport.

le __/__/____

Nom et signature du professeur

(1) rayer la mention inutile

*Pour aller plus loin : propositions extraites de la ressource EDUSCOL pour la maternelle
« Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et contraintes
variées » - 1/4*



Explorer le milieu aquatique

En maternelle, l'accent sera mis naturellement sur l'exploration du milieu aquatique, et en particulier l'immersion, sur un mode ludique, par le biais de jeux et de parcours aménagés.

Le milieu aquatique : un milieu à apprivoiser par le jeune « terrien »

La piscine, ses bassins, ses volumes d'eau, sa profondeur peuvent être des sources d'inquiétude pour le jeune enfant confronté à beaucoup de nouveautés et d'incertitudes. Le bruit, le froid, la nudité peuvent, au départ, poser des problèmes à certains enfants. La peur de tomber au fond de l'eau ou encore de « se remplir d'eau » est récurrente. Le contact et le jeu avec l'eau sont également des sources de plaisir intense pour les enfants. Peurs et plaisir cohabitent ! Les adultes vont accueillir ces émotions dans un climat positif et bienveillant qui rassure, valorise les acquisitions et les progrès de chacun. Devenir nageur ne va pas de soi. Le jeune « terrien » débutant dans le milieu aquatique est en recherche d'appuis solides pour tenter de préserver sa verticalité. Il s'organise pour maintenir sa tête hors de l'eau, de façon à conserver une respiration aérienne, des repères visuels et auditifs inchangés. Les acquis du jeune « terrien » ne sont pas très efficaces dans le milieu aquatique, il faut du temps et nombreuses expériences sensori-motrices pour apprivoiser l'eau et adopter des conduites motrices adaptées. **Quitter ces repères connus pour accepter de se laisser porter par l'eau avec la tête immergée et explorer la profondeur, nécessite de nombreuses situations pédagogiques intermédiaires.**

Pour aller plus loin : propositions extraites de la ressource EDUSCOL pour la maternelle
« Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et contraintes variées »- 2/4



Les apprentissages à développer

Acquérir de nouveaux repères perceptifs : le nageur débutant va apprendre à regarder sous l'eau (*avec et sans lunettes*) et constater que la vision est différente, moins claire. Il n'en demeure pas moins qu'il y a des choses à voir sous l'eau : des objets (*il est important que le volume d'eau soit habité pour donner du sens à cette prise d'information*), mais aussi son propre corps (*en particulier ses mains qui saisissent des objets, les bras qui tirent dans l'eau*), les autres enfants.

Se vivre et se percevoir comme un « corps flottant » : quitter l'équilibre vertical et les appuis solides, pour observer qu'un équilibre horizontal est possible car l'eau nous porte. Le nageur débutant devra faire l'expérience essentielle, déterminante pour la suite de ses apprentissages, de ce corps flottant avec la tête immergée. Il lui faudra accepter de ne rien faire, de « laisser faire », se détendre et confier son corps à l'eau. Les objets flottants (*« frites » sous les bras*) pourront donner transitoirement des appuis au jeune nageur, le temps pour lui de s'approprier ce nouvel équilibre puis d'accepter le déséquilibre dans l'eau et de jouer avec.

Adapter ses solutions respiratoires : savoir bloquer sa respiration et rester ainsi en « apnée pleine » le temps d'une immersion facilitera la conduite motrice d'un nageur débutant qui enchaînera ainsi une succession d'apnées dans l'action et de temps de respiration en dehors des moments d'action. Puis il saura alterner une inspiration aérienne avec une expiration subaquatique, ce qui donnera une aisance au nageur pour évoluer sur des durées d'action plus longues.

Construire un corps qui glisse et se propulse : la coulée ventrale est une étape décisive dans laquelle le futur nageur conserve un alignement hydrodynamique et maintient une immersion prolongée. L'enfant doit être capable de retrouver cette position lorsqu'il se déplace, c'est-à-dire lorsqu'il y a propulsion. Il est important d'aider à la recherche d'une propulsion en incitant l'enfant à chercher des appuis solides dans l'eau avec les membres supérieurs (*explorer prioritairement des moyens de déplacements en s'aidant des mains et des bras, quelles que soient les solutions trouvées par l'enfant*), et de favoriser d'abord la construction d'un « moteur à l'avant ». Ce qui se produit « à l'arrière » (*battements de pieds, pédalages des jambes...*) répond davantage à des fins d'équilibration que de propulsion.

*Pour aller plus loin : propositions extraites de la ressource EDUSCOL pour la maternelle
« Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et contraintes
variées » - 3/4*



Une démarche qui privilégie l'aspect ludique

Une démarche qui laisse une grande place aux jeux est essentielle pour respecter les caractéristiques de cet âge.

L'imaginaire est un levier puissant pour les apprentissages, aussi tous les jeux inventés dans lesquels les enfants peuvent se raconter des histoires (devenir des personnages, faire apparaître des cités sous-marines, construire des radeaux...) seront les bienvenus. Les situations, inspirées de jeux collectifs, de danses collectives, de jeux de cour, sont susceptibles de faire naître le plaisir de jouer, réduire les inquiétudes, faciliter les actions d'immersion en leur donnant du sens.

Pour autant, il est toujours nécessaire que l'enseignant mette en œuvre les conditions nécessaires pour que les enfants perçoivent progressivement ce qu'ils sont en train d'apprendre à travers le jeu. Les parcours aménagés doivent être conçus afin d'alterner des phases aériennes et aquatiques, de permettre un foisonnement d'actions (passer dessus, dessous, se tracter, sauter, tirer, pousser, se déplacer, glisser...). Ils sont un support privilégié pour dynamiser les apprentissages aquatiques en préservant le plaisir et l'intérêt des enfants. C'est à l'intérieur de ces dispositifs ludiques que les situations d'apprentissages, pensées en amont par l'enseignant et les professionnels de la natation, vont prioritairement se concevoir.

*Pour aller plus loin : propositions extraites de la ressource EDUSCOL pour la maternelle
« Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et contraintes
variées » - 4/4*



Le rôle de l'enseignant

Le rôle de l'enseignant est d'adapter l'organisation pédagogique à la sécurité des élèves et de veiller à ce que les situations d'apprentissage prennent en compte la diversité des niveaux de réalisation. Chaque enfant doit pouvoir progresser à son rythme à l'intérieur d'un groupe hétérogène, dans un climat positif et bienveillant. L'enseignant est aidé dans sa mission par des professionnels qualifiés et agréés, qui peuvent prendre en charge un groupe d'élèves, selon les modalités définies par le projet pédagogique (à l'école maternelle, l'encadrement minimal des élèves est défini sur la base d'un enseignant et de deux adultes agréés, professionnels qualifiés ou intervenants bénévoles). Des séances en classe, en amont et en aval des séances à la piscine, sont essentielles pour mettre des mots sur les expériences traversées. Elles amènent à se remémorer les activités (avec le support de dessins, par les dictées à l'adulte, grâce aux maquettes...), permettent d'échanger sur les difficultés rencontrées et les réussites. Les projets peuvent s'ancrer sur l'imaginaire et nourrir les jeux, peuvent s'articuler avec des expériences scientifiques (projet centré sur l'eau, essentiellement autour de la problématique « flotte ou coule »).

G.S. et C.P. : des « classes bleues » aux modalités différentes

G.S.

- Une seule classe sur chaque créneau (pas plus de 30 élèves)
- Des séances plus longues (1h) pour laisser du temps aux élèves pour se préparer
- Encadrement : l'enseignant + 2 MNS, soit 3 adultes en enseignement (+ 1 MNS en surveillance)

C.P.

- Deux classes sur chaque créneau (pas plus de 50 élèves)
- Des séances de 40 min effectives dans l'eau
- Encadrement : pour chacune des deux classes, l'enseignant + 1 MNS en enseignement, soit 4 adultes en tout en enseignement (+ 1 MNS en surveillance)

