

# Projet Pédagogique

## Natation cycle 2 et 3

Direction des Services Départementaux de l'Education Nationale de la Drôme

Agglomération Valence-Romans Sud Rhône-Alpes

*Circonscriptions du 1<sup>er</sup> degré concernées au 1<sup>er</sup> septembre 2019 :*

*Romans Isère, Romans Vercors, Valence Hermitage*

*Document pédagogique établi en concertation avec les MNS du centre aquatique Diabolo dont le chef de bassin Aurélien Aubras et les conseillers pédagogiques, Marina Liautard CP Romans Isère, Carole Favre CP Romans Vercors et Patrick Ranc CPD EPS Drôme.*

*Mis à jour septembre 2022 Véronique Bordaz , CPC Romans Vercors missionnée EPS et*

*Marina Liautard, CPC Romans Isère missionnée EPS*

# SOMMAIRE

INTRODUCTION : L'ACTIVITE NATATION A L'ECOLE .....	3
I/ EXTRAITS DU POSS DIABOLO.....	5
1 / Identification de l'établissement .....	6
2 /Fonctionnement général du site.....	7
3 / Organisation en cas d'accident .....	8
II/ CADRE INTITUTIONNEL, REGLEMENTAIRE ET PEDAGOGIQUE .....	10
1 / Note de Service du 28/02/2022, vademecum EPS 26.....	11
2 / les références aux programmes de 2020.....	11
3 / Les progressions : BO n°1 de janvier 2012.....	14
4 / Les orientations pédagogiques.....	16
5 / Les contenus d'enseignement.....	18
6 / Des connaissances théoriques pour les professeurs des écoles .....	18
III / ORGANISATION.....	23
1 / L'itinéraire de l'élève.....	24
2 / Le matériel pédagogique.....	28
IV / SEQUENCE D'APPRENTISSAGE CYCLE 3.....	32
V / ANNEXES.....	53
1 / Plan du bâtiment.....	54
2 / Questionnaire préparatoire à l'activité.....	55
3 / Feuille formation des pré-groupes.....	56
4 / Feuilles de groupe et d'évaluation continue.....	57
5 / Lexique natation.....	61
6 / Séance de réinvestissement.....	62
7 /La barre du capitaine, fiche d'auto-évaluation.....	63
8 / Jeux d'entrée dans l'activité cycle 2 et 3.....	64
9 / Informations données aux intervenants extérieurs bénévoles.....	73

## L'ACTIVITE NATATION A L'ECOLE

L'activité natation à l'école est définie par les programmes officiels de l'Education Nationale.

Apprendre à nager à tous les élèves est une priorité nationale, inscrite dans le socle commun de connaissances, de compétences et de culture. Cet enseignement vise le « savoir nager » et fait partie intégrante de l'éducation de l'élève en particulier de son éducation physique et sportive.

Cependant l'unité d'apprentissage natation n'a pas pour seul objectif l'action motrice de l'élève.

Cet apprentissage doit également répondre aux enjeux fondamentaux de l'éducation à la sécurité et à la santé mais aussi favoriser l'accès aux diverses pratiques sociales, sportives et de loisirs.

Il s'inscrit également en lien avec les autres projets : école, classe et les autres champs disciplinaires de l'école primaire.

### PREAMBULE

*Le présent projet pédagogique a été établi conjointement par Aubras Aurélien, MNS de la piscine Diabolo, Marina Liautard, CP Romans Isère, Carole Favre Romans Vercors et Patrick Ranc, CPD EPS.*

Ce projet pédagogique :

- ✓ Précise le cadre institutionnel, réglementaire et pédagogique de l'activité en se référant aux différents textes officiels qui encadrent l'activité en milieu scolaire.
- ✓ Fournit aux enseignants les connaissances relatives à l'activité, nécessaires à l'élaboration du cycle d'apprentissage
- ✓ Propose un cycle d'apprentissage afin d'atteindre les objectifs visés tout en considérant des conditions matérielles inhérentes au bassin de DIABOLO (surface et profondeur des bassins, matériels à disposition et possibilités d'aménagement du bassin). Ce cycle d'apprentissage est composé de 10 séances de 35 minutes et s'organise de la manière suivante : première séance de familiarisation avec les lieux et le milieu aquatique et d'évaluation diagnostique sept séances d'apprentissage avec une évaluation formative, une séance d'évaluation de fin de séquence d'apprentissage (ASNS), une dernière séance de réinvestissement. Les situations mises en place respectent les étapes de transformation et les objectifs intermédiaires à atteindre, en assurant la continuité et la progressivité de l'enseignement.
- ✓ Précise les objectifs visés dans l'évaluation :
  - Évaluation diagnostique : cf. pages ci-dessous pour les modalités d'organisation et le contenu en fonction du cycle concerné ;
  - Évaluation formative : celle-ci doit être effective au fil des séances pour pouvoir ajuster les situations d'apprentissage (MNS et PE). La trace de l'évolution de l'élève lui sera transmise

par le MNS et l'enseignant-e, en 3 temps (1° après l'évaluation diagnostique ; 2° au terme de la 6<sup>ème</sup> séance ; 3° après l'évaluation de fin de cycle) ;

- Évaluation fin de séquence d'apprentissage : propositions selon le niveau de compétence de l'élève
  - Aisance aquatique (Palier 1 à 3)
  - Attendus de fin de cycle 2 (cf. Programmes d'enseignement)
  - ASNS 2022, valider l'attestation du savoir nager en sécurité (ASNS), conformément à la Note de Service du 28/02/2022 (pour le cycle 3), résultat de l'évaluation à reporter obligatoirement dans le LSU.

## I- EXTRAIT DU POSS DIABOLO

Le POSS est un document indispensable au sein de chaque structure aquatique.  
Il est établi un plan permettant l'organisation des secours en fonction des risques de l'établissement.

**Selon le cadre réglementaire :**

- **Décret du 15 avril 1991**
- **Arrêté du 16 juin 1998**
- **Circulaire du 5 février 2003**

**Le POSS est obligatoire pour tous les établissements d'activités physiques, sportives et de baignades d'accès payant.**

# 1-IDENTIFICATION DE L'ETABLISSEMENT

Le plan d'organisation de la surveillance et des secours mentionné à l'article D. 322-16 du code du sport est établi par l'exploitant de l'établissement de baignade d'accès payant. Il prend place dans l'organisation générale de la sécurité dans l'établissement. Il regroupe pour un même établissement l'ensemble des mesures de prévention des accidents liés aux activités aquatiques, de baignades et de natation et de planification des secours et a pour objectif :

- de prévenir les accidents liés aux dites activités par une surveillance adaptée aux caractéristiques de l'établissement ;
- de préciser les procédures d'alarme à l'intérieur de l'établissement et les procédures d'alerte des services de secours extérieurs ;
- de préciser les mesures d'urgence définies par l'exploitant en cas de sinistre ou d'accident.

Nom de l'établissement :

**DIABOLO**

Adresse : Route d'Alixan 26300 BOURG DE PEAGE

N° Téléphone : 09 71 00 26 00

Mail : ca.diabolo@vert-marine.com

Propriétaire : Communauté d'Agglomération de Valence Romans Sud Rhône Alpes

Principe de gestion : Délégation de Service Public

Exploitant : Société VERT MARINE

## 2-FONCTIONNEMENT GENERAL DU SITE

### A – Périodes d'ouverture

Ouverture permanente 7 jours/7

Excepté les 24 et 25 Décembre, le 31 Décembre, 1<sup>er</sup> Janvier et le 1<sup>er</sup> Mai.

### B – Horaires d'ouverture

HORAIRES D'OUVERTURE AU PUBLIC			
AQUATIQUE		SPA OCEANE	
SCOLAIRE	VACANCES SCOLAIRES	SCOLAIRE	VACANCES SCOLAIRES
10h > 14h   17h > 21h	11h > 21	12h > 21h	9h > 21h
10h > 14h   17h > 21h	11h > 21h	9h > 21h	9h > 21h
10h > 21h	11h > 21h	9h > 21h	9h > 21h
7h > 14h   17h > 21h	11h > 21h	7h30 > 21h	9h > 21h
10h > 14h   17h > 21h	11h > 21h	9h > 21h	9h > 21h
14h > 18h	10h > 12h30   14h > 18h	9h > 18h	9h > 18h
9h > 12h30   14h > 18h	10h > 12h30   14h > 18h	9h > 18h	9h > 18h

**Vacances d'été** : Ouverture de tous les espaces de 10h à 21h tous les jours.

**Jours Fériés** : Les horaires en vigueur seront celles des dimanches correspondants à la période d'ouverture.

### C – Fréquentation

Nombre d'entrées pour l'année (prévision) :	160 000
FMI baigneurs :	750
Espace Bien-Etre :	75
Salle de Cours :	40
Personnel :	35
Capacité maximale d'accueil :	940

**Répartition prévisionnelle de la forte fréquentation :**

- Période hors vacances scolaires  
Le samedi après-midi et le dimanche matin
- Période vacances scolaires  
Tous les après-midi de 15h à 18h

# 3– ORGANISATION EN CAS D'ACCIDENT

## A – Dispositions Matérielles d'Organisation et d'Activation

### 1. Matériel de Sauvetage

- perches
- plan dur

### 2. Matériel de Secours

- Echarpes
- Couverture de survie
- Collier cervical
- Aspirateur de mucosité avec sondes adaptées
- Nécessaire de premiers secours

### 3. Matériel de réanimation

- Inhalateur
- Poste mobile d'administration d'oxygène
- Défibrillateur portable semi-automatique
- Bouteilles d'O<sub>2</sub> portable de 5l
- Ballon auto remplisseur avec valves et masques adaptés

### 4. Identification des moyens de communication

- Communication interne
- Sonorisation interne
- Talkies
- Téléphone
- Sifflet
- Communication externe
- Accès réservé aux secours

## **B – Postes et zone de surveillance.**

**Le poste n°1** est un poste semi mobile de surveillance. Il est constitué par une chaise haute de surveillance. Il est situé sur le bassin ludique face à l'escalier d'entrée. Ceci dit, le MNS sur ce poste aura la possibilité de se déplacer s'il le juge nécessaire.

**Le poste n°2** est un poste semi mobile. Il est constitué par une chaise haute de surveillance il est situé au milieu du bassin sportif dos baie vitrée, le sauveteur sur ce poste pourra se positionner en fonction des exigences de surveillance.

**Le poste n°3** est un poste mobile en fonction des exigences de surveillance.

### **Le poste semi mobile (poste n° 1) :**

C'est un poste de surveillance. Il domine par sa position le bassin sportif. Il gère la sécurité de la totalité de ce bassin.

Lorsque le MNS est seul en surveillance, il se repositionnera en choisissant la meilleure configuration de surveillance.

**Le poste semi mobile (poste n° 2) :** Ce poste gère la sécurité du bassin ludique (voir schéma en annexe).

Les postes semi mobile sont des postes d'intervention, c'est à dire que le MNS ne quitte ce poste de surveillance que pour des raisons impérieuses notamment intervenir sur un accident, ou sur la demande de son collègue ou bien pour tout autre chose concernant la prévention, l'information et la sécurité du public en générale. Il est à noter que dès que le MNS a quitté son poste pour intervenir, la totalité de la surveillance est effectué par le seul MNS en surveillance. De plus, à chaque fois qu'il quitte son poste, le MNS doit impérativement se faire remplacer ou fermer les zones non surveillées et cela pour des raisons de sécurité.

### **Le poste mobile (poste n°3) :**

Il gère la sécurité et fait la prévention de l'ensemble des bassins ainsi que des espaces extérieurs.

Il est sous la tutelle du poste fixe.

### **Scolaires :**

#### **Primaire :**

- L'aménagement scolaire doit être placé en respectant le plan d'aménagement préalablement déterminé en collaboration avec l'Education Nationale.
- 1 MNS est en surveillance et ne peut effectuer aucune autre tâche, la chaise haute de surveillance doit être placée le plus judicieusement possible afin de permettre une intervention immédiate et avoir une surveillance optimum.
- 3 MNS sont en enseignement (si 3 classes sont présentes) en se positionnant judicieusement et en respectant le sens de rotation afin de ne pas se trouver côte à côte. En enseignement 1 MNS est attribué par classe. (Si 2 classes sont présentes, il y aura 2 MNS en enseignement).
- L'accès au bassin ludique et au toboggan est interdit sauf accord exceptionnel du MNS (bassin sportif fermé)

## II- CADRE INSTITUTIONNEL, REGLEMENTAIRE ET PEDAGOGIQUE

Dans cette partie, seront présentés :

- 1. La note de service du 28 février 2022 et le vademecum EPS26**
- 2. Les références aux programmes 2020**
- 3. Les progressions pédagogiques aux cycles 2 et 3 (2012)**
- 4. Les orientations pédagogiques : repères**
- 5. Les contenus d'enseignement**
- 6. Des connaissances théoriques pour les professeurs des écoles**

## 1/ Note de Service du 28/02/2022 et Vademecum EPS-26 (version 2022 à paraître en octobre)

- ✚ [La note de service du 28 février 2022](#), intitulée **Contribution de l'école à l'aisance aquatique**, abroge la circulaire n° 2017-127 du 22 août 2017 définissant les conditions de l'enseignement de la natation dans le premier et le second degré.

La note de service se présente sous la forme de cinq paragraphes et quatre annexes

Les cinq paragraphes :

- A. De l'aisance aquatique au cycle 1 au savoir-nager en sécurité du cycle 2 au cycle 3 et au-delà : un parcours de formation pour devenir nageur
- B. L'enseignement de la natation : dimensions pédagogiques
- C. Responsabilités des professeurs et des intervenants
- D. Assurer l'enseignement et la sécurité de tous les élèves: contexte et surveillance

Les quatre annexes :

- Annexe 1 - Les intervenants pour l'enseignement de la natation dans le premier degré
- Annexe 2 - L'attestation du savoir-nager en sécurité (ASNS)
- Annexe 3 - Aisance aquatique, repères et paliers d'acquisitions
- Annexe 4 - Test Pass-nautique (ex aisance-aquatique)

**Il importe que chacun prenne connaissance de ce texte réglementaire.**

*Un PPTX de présentation réalisé par Jean Pinguet CPD EPS, est à votre disposition dans l'article dédié sur le site de circonscription.*

### ✚ [Vademecum EPS 1er degré](#)

Consulter les pages 9 et 10 du Vademecum EPS pour prendre connaissance de la réglementation de la natation et des préconisations départementales.

## 2/ Les références aux programmes 2020, extraits

### ✚ **L'éducation physique et sportive au cycle 2 et au cycle 3**

La **natation** relève des **champs d'apprentissage** suivants :

- Au cycle 2 :
  - ✓ **adapter ses déplacements à des environnements variés**
- Au cycle 3 :
  - ✓ **produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée**
  - ✓ **adapter ses déplacements à des environnements variés**

## Au cycle 2

### Spécificités du cycle 2

Au cours du cycle 2, les élèves s'engagent spontanément et avec plaisir dans l'activité physique. Ils développent leur motricité, ils construisent un langage corporel et apprennent à verbaliser les émotions ressenties et actions réalisées. Par des pratiques physiques individuelles et collectives, ils accèdent à des valeurs morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui). À l'issue du cycle 2, les élèves ont acquis des habiletés motrices essentielles à la suite de leur parcours en éducation physique et sportive. Une attention particulière est portée au savoir nager.

### Adapter ses déplacements à des environnements variés

#### 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.

Compétences travaillées pendant le cycle	Exemples de situations, d'activités et de ressources pour l'élève
Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices. S'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements. Lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes. Respecter les règles essentielles de sécurité. Reconnaître une situation à risque.	Natation, activités de roule et de glisse, activités nautiques, équitation, randonnée pédestre en pleine nature, parcours d'orientation, parcours d'escalade, etc.

#### Repères de progressivité

En natation, les activités proposées permettent de passer de réponses motrices naturelles (découvrir le milieu, y évoluer en confiance) à des formes plus élaborées (flotter, se repérer) et plus techniques (se déplacer). L'objectif est de passer d'un équilibre vertical à un équilibre horizontal de nageur, d'une respiration réflexe à une respiration adaptée, puis passer d'une propulsion essentiellement basée sur les jambes à une propulsion essentiellement basée sur les bras.

## Au cycle 3

Au cours du cycle 3, les élèves mobilisent leurs ressources pour transformer leur motricité dans des contextes diversifiés et plus contraignants. Ils identifient les effets immédiats de leurs actions, en insistant sur la nécessaire médiation du langage oral et écrit. Ils poursuivent leur initiation à des rôles divers (arbitre, observateur...) et comprennent la nécessité de la règle. Grâce à un temps de pratique conséquent, les élèves éprouvent et développent des méthodes de travail propres à la discipline (par l'action, l'imitation, l'observation, la coopération, etc.). La continuité et la consolidation des apprentissages nécessitent une coopération entre les professeurs du premier et du second degré.

**Dans la continuité du cycle 2, savoir nager reste une priorité.**

## Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

### Attendus de fin de cycle

- Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices dans différentes familles pour aller plus vite, plus longtemps, plus haut, plus loin.
- Combiner une course un saut un lancer pour faire la meilleure performance cumulée.
- Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.
- Assumer les rôles de chronométrateur et d'observateur.

Compétences travaillées pendant le cycle	Exemples de situations, d'activités et de ressources pour l'élève
Combiner des actions simples (...) Mobiliser ses ressources pour réaliser la meilleure performance possible. Appliquer des principes simples pour améliorer la performance dans des activités athlétiques et/ou nautiques. Utiliser sa vitesse pour aller plus loin, ou plus haut. Rester horizontalement et sans appui en équilibre dans l'eau. Pendant la pratique, prendre des repères extérieurs et des repères sur son corps pour contrôler son déplacement et son effort. Utiliser des outils de mesures simples pour évaluer sa performance. Respecter les règles des activités.	Activités athlétiques (courses, sauts, lancers) et natation.

### Repères de progressivité

Des aménagements sont envisageables pour permettre aux élèves d'exploiter au mieux leurs ressources pour produire une performance maximale, source de plaisir.

Privilégier la variété des situations qui permettent d'exploiter différents types de ressources dans un temps d'engagement moteur conséquent.

Les retours sur leurs actions permettent aux élèves de progresser.

## Adapter ses déplacements à des environnements variés

### Attendus de fin de cycle

- Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel.
- Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.
- Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème.
- Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément à l'arrêté du 9 juillet 2015  
=> ASSN devenue ASNS, conformément à l'arrêté du 28 février 2022.

Compétences travaillées pendant le cycle	Exemples de situations, d'activités et de ressources pour l'élève
Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité. Adapter son déplacement aux différents milieux. Tenir compte du milieu et de ses évolutions (vent, eau, végétation etc.). Gérer son effort pour pouvoir revenir au point de départ. Aider l'autre.	Activité de rouler et de glisse, activités nautiques, équitation, randonnée pédestre en pleine nature, parcours d'orientation, parcours d'escalade, savoir nager, etc.

### Repères de progressivité

La natation fera l'objet, dans la mesure du possible, d'un enseignement sur chaque année du cycle.

**3/ BO n°1, janvier 2012, Progressions pour le cours préparatoire et le cours élémentaire  
première année Éducation physique et sportive : natation**

**✚ Compétence spécifique : Réaliser une performance**

Cours préparatoire	Cours élémentaire première année
Coordonner et enchaîner des actions motrices caractérisées par leur force, leur vitesse, dans des espaces et avec différents matériels, dans des types d'efforts variés, de plus en plus régulièrement, à une échéance donnée, pour égaler ou battre son propre record. Repérer, identifier (CP) puis chercher à stabiliser (à partir du CE1) sa performance (être capable par exemple de la reproduire 4 fois sur 5).	

**Mise en œuvre dans les activités aquatiques et nautiques**

Cours préparatoire	Cours élémentaire première année
<p><b>Se déplacer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> en lâchant de temps en temps un rail ou une ligne d'eau équipée ;</li> <li><input type="checkbox"/> en s'aidant d'une frite et en utilisant bras et jambes (en lâchant la frite, en s'aidant d'un bras) ;</li> <li><input type="checkbox"/> avec une aide à la flottaison tenue à bout de bras et en soufflant dans l'eau ;</li> <li><input type="checkbox"/> en utilisant de façon autonome une ou plusieurs formes de propulsion (tirer l'eau avec les bras, battre les pieds) ;</li> <li><input type="checkbox"/> en autonomie sans reprise d'appuis ni aide à la flottaison sur une courte distance (5 à 8 mètres).</li> </ul> <p><b>S'équilibrer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> chercher des équilibres, en se laissant porter, en prenant appui sur une planche, en variant les positions en ventral et en dorsal.</li> </ul> <p><b>Enchaîner des actions :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> se fixer une distance à réaliser, choisir un parcours avec plus ou moins de possibilités de reprises d'appuis (hors appuis plantaires) ;</li> <li><input type="checkbox"/> chercher à augmenter la distance et à limiter le nombre d'appuis.</li> </ul>	<p><b>Se déplacer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> en position ventrale, voies respiratoires immergées ;</li> <li><input type="checkbox"/> en position dorsale avec si besoin un support ;</li> <li><input type="checkbox"/> en variant les modes de propulsion (bras simultanés ou en alternance).</li> </ul> <p><b>S'équilibrer :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> trouver des équilibres, aller vers l'alignement tête-tronc ;</li> <li><input type="checkbox"/> rester quelques secondes sur place, tête hors de l'eau.</li> </ul> <p><b>Enchaîner des actions :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> enchaîner plusieurs actions, par exemple, sauter dans l'eau, remonter passivement en boule puis se déplacer sur une dizaine de mètres en ventral avec un passage sur le dos ;</li> <li><input type="checkbox"/> se fixer un projet d'action, se confronter à sa réalisation et l'ajuster en fonction de ses possibilités.</li> </ul> <p>→ Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis.</p>

**✚ Compétence spécifique : Adapter ses déplacements à différents types d'environnement**

<b>Cours préparatoire</b>	<b>Cours élémentaire première année</b>
Se déplacer de façon adaptée et se repérer dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre (grimper, rouler, glisser, s'immerger...), dans des milieux variés (terrain plat, vallonné, boisé, eau calme, neige, bassin...), sur des engins (ou montures) instables (bicyclette, roller, ski, poney...), dans des environnements progressivement plus éloignés et chargés d'incertitude (parc public, bois, forêt, montagne, plan d'eau...).	

**Mise en œuvre dans les activités aquatiques et nautiques**

<b>Cours préparatoire</b>	<b>Cours élémentaire première année</b>
En moyenne ou en grande profondeur, choisir son entrée dans l'eau, son déplacement, son immersion dans le cadre d'un projet personnel de déplacement.	En moyenne ou en grande profondeur, maîtriser une entrée dans l'eau active et effectuer un déplacement comprenant un temps d'immersion.
<p><b>Entrer dans l'eau avec ou sans aide :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> en glissant, en se laissant tomber, en sautant ;</li> <li><input type="checkbox"/> en entrant par les pieds, par la tête ;</li> <li><input type="checkbox"/> dans différentes positions, en sautant pour attraper un objet flottant.</li> </ul> <p><b>S'immerger pour réaliser quelques actions simples :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> en passant sous un obstacle flottant ;</li> <li><input type="checkbox"/> en descendant à l'aide d'une perche, d'une cage ;</li> <li><input type="checkbox"/> en touchant le fond avec différentes parties du corps ;</li> <li><input type="checkbox"/> en prenant une information visuelle ;</li> <li><input type="checkbox"/> en ramassant un objet lesté ;</li> <li><input type="checkbox"/> en remontant à l'aide d'un support ou en remontée passive.</li> </ul>	<p><b>Entrer dans l'eau sans aide :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> en orientant son corps différemment (en avant, en arrière, latéralement), pour sauter, rouler, basculer...</li> <li><input type="checkbox"/> en sautant au-delà d'un objet flottant ;</li> <li><input type="checkbox"/> en entrant par les pieds, par la tête, pour aller au fond (corps tendu).</li> </ul> <p><b>S'immerger pour enchaîner quelques actions comprenant un changement de direction dans le déplacement subaquatique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> en traversant la partie inférieure de la cage subaquatique ou 2 à 3 cerceaux lestés ;</li> <li><input type="checkbox"/> en prolongeant quelques instants son immersion pour communiquer par le geste avec un camarade ;</li> <li><input type="checkbox"/> en ramassant plusieurs objets lestés, selon une couleur donnée ;</li> <li><input type="checkbox"/> en remontant pour se laisser flotter un instant sur le ventre ou sur le dos.</li> </ul> <p>→ Effectuer un enchaînement d'actions sans reprise d'appuis, en moyenne profondeur, amenant à s'immerger en sautant dans l'eau, à se déplacer brièvement sous l'eau (par exemple pour passer sous un obstacle flottant) puis à se laisser flotter un instant avant de regagner le bord.</p>

#### 4/ Orientations pédagogiques

- Les cycles d'apprentissages concernent les classes de CP, CE1 CE2 et de CM2
- Chaque unité d'apprentissage comprendra 8 à 10 séances en enseignement semi-massé ou massé.
- L'agglomération met un MNS à disposition pour la surveillance des bassins et 1 MNS par classe pour l'enseignement de la natation.
- Le projet pédagogique est élaboré par les conseillers pédagogiques et les maîtres-nageurs. Il sera validé par les IEN et présenté aux enseignants lors des réunions d'information natation. Des formations de circonscription et départementales permettront son appropriation.
- L'organisation des séances : le travail se fera sous forme d'une unité d'apprentissage ou séquence organisée en 3 phases :

<b><u>PHASE 1 : Découverte et évaluation diagnostique</u></b>	<b><u>PHASE 2 : Apprentissage</u></b>	<b><u>PHASE 3 : Réinvestissement</u></b>
<p><b>1 à 2 séances</b> de découverte et d'évaluation diagnostique</p> <p>Cette phase 1 sera précédée en classe par une séance dans laquelle l'enseignant : présente l'activité, fait émerger les représentations sur les relations à l'eau, à l'activité, <b>prépare soigneusement des pré-groupes pour l'évaluation diagnostique</b>, présente le contenu des deux premières séances.</p>	<p><b>7 à 8 séances</b> d'apprentissage accompagnées d'une évaluation formative.</p> <p>Les élèves à l'issue de l'évaluation diagnostique, se répartissent dans les quatre groupes selon leur niveau de compétence. La liste des groupes pourra être réajustée selon les progrès réalisés par les élèves. Des évaluations intermédiaires seront proposées aux élèves.</p> <p><b>La passation du test du Savoir Nager en Sécurité (ASNS) sera proposée au plus tard en CM2.</b></p>	<p><b>1 séance</b> de réinvestissement des acquis des élèves au terme de la séquence d'apprentissage.</p>

- Au terme de la première phase, les élèves seront répartis selon leur niveau de compétences en 4 groupes d'environ 15 enfants maximum, qui porteront des noms différents (crocodile, dauphin, ...). Les groupes ne seront pas figés durant la phase 2.
- Les enfants d'une même école présents au bord du bassin seront regroupés par niveau de compétences et non par niveau de classe.
- Nécessité d'évoquer les séances de natation en amont et en aval des séances, dans la classe.
- Par ailleurs, les activités aquatiques permettent un vécu corporel riche qui devient un support privilégié pour parler de sa pratique, de ses émotions, de ses sensations et pour concrétiser certaines connaissances plus abstraites dans les champs « Questionner le monde » et « Sciences et technologies » par exemple.
- **Un document Vert Marine : Le parcours du nageur, hygiène et écologie est mis à la disposition des enseignants** pour les aider à préparer leurs élèves. Ce fichier illustre les 8 étapes clés du parcours du nageur en terme d'hygiène et d'écologie", de l'arrivée à la sortie de la piscine.

- **Les activités langagières** en prise directe avec le cycle natation sont nombreuses et variées : travail sur le lexique spécifique de l'activité, des lieux, répertoire des actions. Cette activité peut constituer une source de motivation supplémentaire pour donner envie de lire et d'écrire des textes divers (fiches, règles de jeu, récits, légende de photos,...)

<b>Le travail en classe en amont, avant la séance :</b>	<b>Le travail en classe en aval, après la séance :</b>
<p>Grâce à des supports variés (photos, film, plan,...) présenter les lieux, les personnes, le matériel pédagogique. Cela permet aux enfants de se faire une idée des situations avant d'y être confronté, de se mettre en projet et d'augmenter la quantité d'actions pendant la séance.</p> <p>Grâce à des schémas, présenter les règles de sécurité et les règles de vie, ceci permet d'améliorer la sécurité et le respect des règles de vie spécifiques à l'activité et au lieu.</p> <p>Présenter le contenu de chaque séance : donner les consignes et les critères de réussite, présenter le dispositif (différentes zones dans le bassin), description des ateliers, des parcours.</p>	<p>Il permet d'établir un bilan individuel et collectif, d'échanger, de construire un vécu commun, de construire un itinéraire personnel d'apprentissage: travail sur le ressenti, sur les actions réalisées que l'on peut classer suivant (entrée, immersion, déplacements).</p> <p>Ce retour sur activité permettra de prendre conscience de ce que chacun a fait, de se situer par rapport aux apprentissages à réaliser, de se construire, pour la séance suivante, un projet de transformation.</p>
<p><b>Des outils possibles</b></p> <p><b>Le cahier du nageur :</b> Cette trace écrite personnelle est construite sur le modèle du cahier d'expériences en sciences. Il est constitué de traces personnelles et collectives (dessins, photos, textes, dictées à l'adulte,...) et permet à l'enfant de s'approprier son itinéraire personnel d'être aquatique en cours d'apprentissage.</p> <p><b>Des albums pour parler de l'activité, de ses appréhensions, ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· <u>Le fabuleux voyage de Lola</u> ; Equipe départementale du Tarn, Editions EP et S</li> <li>· <u>Bonjour bébé loutre</u> ; Baillet</li> <li>· <u>J'ai peur de l'eau</u> ; Bisinski <i>Ecole des Loisirs</i></li> <li>· <u>La leçon de natation</u> ; Cooper</li> <li>· <u>La première fois à la piscine</u> ; Wells</li> <li>· <u>Ninon a peur de l'eau</u> ; Nadja - <i>Ecole des Loisirs</i></li> <li>· <u>Mastic va à la piscine</u> - Tourbillon</li> <li>· <u>Zoé et Théo</u> ; C. Metzmeier –Casterman</li> </ul>	

## **5/ Les contenus d'enseignement**

- Pour chaque niveau de pratique :
  - Groupe hippocampe : construction du corps flottant
  - Groupe tortue : faire vivre le corps flottant et construire le corps projectile
  - Groupe poisson clown : construction du corps projectile et ébauche du corps propulseur
  - Groupe dauphin : amélioration du corps projectile et construction du corps propulseur

Les objectifs et les situations d'apprentissage, en lien avec l'aménagement des bassins, seront proposées selon les 4 fondamentaux de la discipline natation : s'immerger, s'équilibrer, se déplacer, respirer.

- Les tâches motrices proposées aux élèves seront présentées sous forme de fiches. Chacune d'elles sera identifiée par une dominante, le thème du cycle et fera apparaître :
  - L'objectif de la séance
  - l'espace de travail et le matériel dont disposeront les élèves
  - les trois tâches (situations) distinctes par séance accompagnées de la consigne et des variables en relation avec la ou les réponse(s) motrices des élèves, observée(s)
  - Ce que l'enfant doit faire pour réussir
- Une séance d'évaluation diagnostique sera mise en œuvre à l'initial du cycle, suivie d'une évaluation formative tout au long du cycle d'apprentissage et l'ASNS sera proposée au plus tard au CM2 à l'école primaire. Point de vigilance : il est impératif de préciser dans le LSU les acquis des élèves qui n'auraient pas validé l'ASNS.
- Une situation de réinvestissement sera proposée pour clore le cycle
- Des jeux de mise en activité pourront également être proposés aux élèves

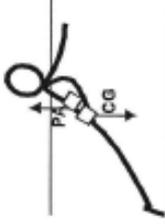
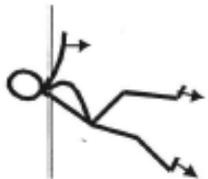
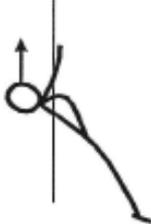
## **6/ Des connaissances théoriques pour les professeurs des écoles qui permettent une bonne connaissance de l'activité**

- **Les transformations fonctionnelles à travers les activités aquatiques, du comportement typique au comportement visé**
- **Les niveaux de comportement ou de maîtrise en natation**
- **Les étapes de l'apprentissage**
- **Les savoirs à construire**

*Les quatre documents qui suivent sont extraits du projet pédagogique des conseillers pédagogiques du Calvados*

## Les transformations fonctionnelles à travers les activités aquatiques

Habitues du terrien  
+  
Spécificités du milieu aquatique

Fonction	Comportement typique	Comportement visé
<b>Equilibre</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Recherche d'appuis solides</li> <li>▪ Tête solidaire du tronc (hypertonie)</li> <li>▪ Corps oblique</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Abandon de la relation au monde solide</li> <li>▪ Equilibration par l'eau / remontée / relâchement</li> <li>▪ Modification de ses équilibres</li> </ul>
<b>Respiration</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Respiration nasale et automatique (hors de l'eau)</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adoption de toutes les formes d'expiration dans l'eau</li> <li>▪ Intégration de l'expiration buccale + action</li> <li>▪ Modulation du débit</li> </ul>
<b>Propulsion</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bras équilibrateurs (plan sup responsable de la posture)</li> <li>▪ Jambes locomotrices</li> <li>▪ Pas de dissociation des ceintures</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pédalage (réflexe plantaire) ou corps hypertonique (recherche d'appuis)</p>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bras moteurs</li> <li>▪ Jambes équilibrateurs</li> <li>▪ Dissociation jambes/ bras</li> </ul>
<b>Prise d'information</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Regard horizontal hors de l'eau et dans le sens du déplacement</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Regard dans l'eau, (et pas dans le sens du déplacement) + autres prises d'information (sensation de glisse)</li> </ul>

**Passer d'un imaginaire, vertigineux et inhibiteur ..... à un espace objectif par des émotions et le plaisir d'agir** →

## Les niveaux de comportement en natation

		Niveaux de comportement			
		Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4
Problèmes fondamentaux					
Equilibration	Recherche d'équilibre du terrien L'enfant est en position verticale et hypertonique.	Le corps est à l'oblique. La tête est en hyper-extension.	Trouve l'horizontalité par une immersion de la tête plus ou moins longue, et accepte de se laisser porter par l'eau (relâchement).	Se laisse porter par l'eau. S'allonge dans l'eau. Tête en immersion.	
Respiration	La tête est hors de l'eau. La respiration est aérienne.	Bouche fermée. Respiration aérienne. Immersion : apnée brève.	Apnée volontaire de quelques secondes pour aller chercher un objet au fond. Il commence à enchaîner les apnées.	Souffle dans l'eau mais l'expiration est incomplète et génère des déséquilibres.	
Propulsion	Il se déplace à l'aide d'appuis solides et fixes( au sol, au mur).	Se déplace avec appui flottant (matériel). Produit une grande quantité de mouvements explosifs et inefficaces (pédalage jambes).	Se déplace entre la surface et la demi profondeur L'enfant est organisé par la recherche d'une moindre résistance à l'avancement.	Bras et jambes participent à la propulsion mais les appuis sont mal orientés par rapport à l'axe du déplacement. Pas d'amplitude des mouvements et grande fréquence de mouvements.	
Prise d'informations	Le regard est à l'horizontal.	Les yeux sont fermés dans l'eau. Il prend des informations visuelles, tête hors de l'eau.	Ouvre les yeux sous l'eau. Il prend des informations à l'extérieur et commence à s'orienter sous l'eau.	Début d'information tactile (commence à construire ses sensations d'appuis). Information visuelle sur soi et sur l'extérieur: son regard est orienté vers le fond de la piscine.	

Entrer dans l'eau
Se déplacer et agir dans l'eau
Se déplacer en surface
Maintenir des postures et des équilibres
Construire une respiration adaptée

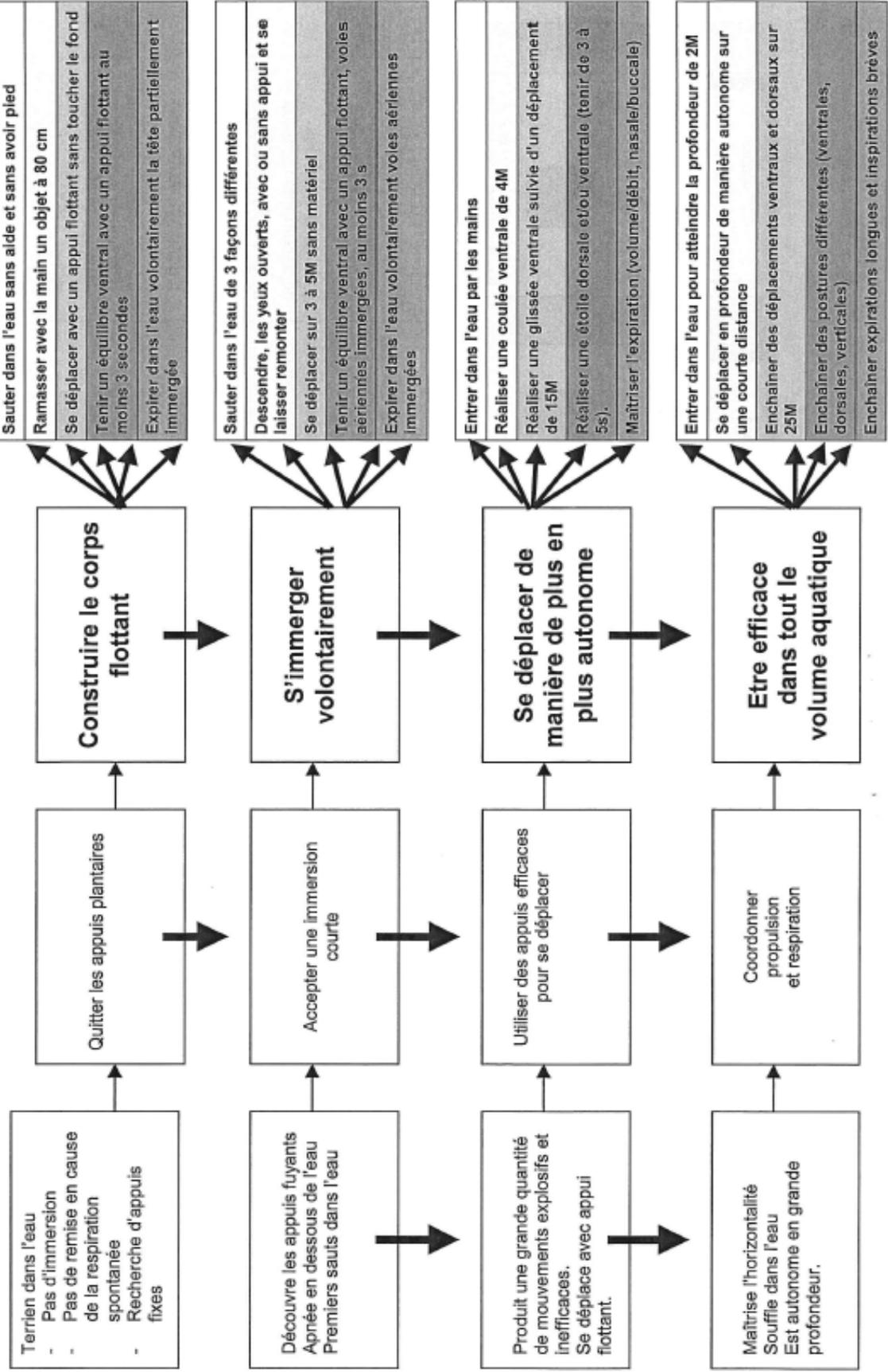


## Les étapes d'apprentissage

Conduites typiques

Problèmes à résoudre

Etapes à franchir



## Les savoirs à construire



Savoirs	Test 1				Test 2		Test 3		Test Départemental	
	1 <sup>ère</sup> étape	2 <sup>ème</sup> étape	3 <sup>ème</sup> étape	4 <sup>ème</sup> étape						
Entrer dans l'eau	Sauter dans l'eau sans aide sans avoir pied	Sauter dans l'eau de 3 façons différentes	S'immerger volontairement	Se déplacer de manière de plus en plus autonome	Entrer dans l'eau par les mains	Entrer dans l'eau pour atteindre la profondeur de 2M				
Se déplacer et agir dans l'eau	Ramasser avec la main un objet à 80 cm	Descendre, les yeux ouverts, avec ou sans appui et se laisser remonter			Réaliser une coulée ventrale de 4M	Se déplacer en profondeur de manière autonome sur une courte distance				
Se déplacer en surface	Se déplacer avec un appui flottant sans toucher le fond	Se déplacer sur 3 à 5M sans matériel			Réaliser une glissée ventrale suivie d'un déplacement de 15M	Enchaîner des déplacements ventraux et dorsaux sur 25M				
Maintenir des postures et des équilibres	Tenir un équilibre ventral avec un appui flottant au moins 3 secondes	Tenir un équilibre ventral avec un appui flottant, voies aériennes immergées, au moins 3 s			Réaliser une étoile dorsale et/ou ventrale (tenir de 3 à 5s).	Enchaîner des postures différentes (ventrales, dorsales, verticales)				
Construire une respiration adaptée	Expirer dans l'eau volontairement la tête partiellement immergée	Expirer dans l'eau volontairement voies aériennes immergées			Maîtriser l'expiration (volume/débit, nasale/buccale)	Enchaîner expirations longues et inspirations brèves				

Les contenus des test 1, 2 et 3 sont définis dans les documents référentiels de chaque piscine.

### III- ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT DES CLASSES SCOLAIRES AU COMPLEXE AQUATIQUE INTERCOMMUNAL DIABOLO

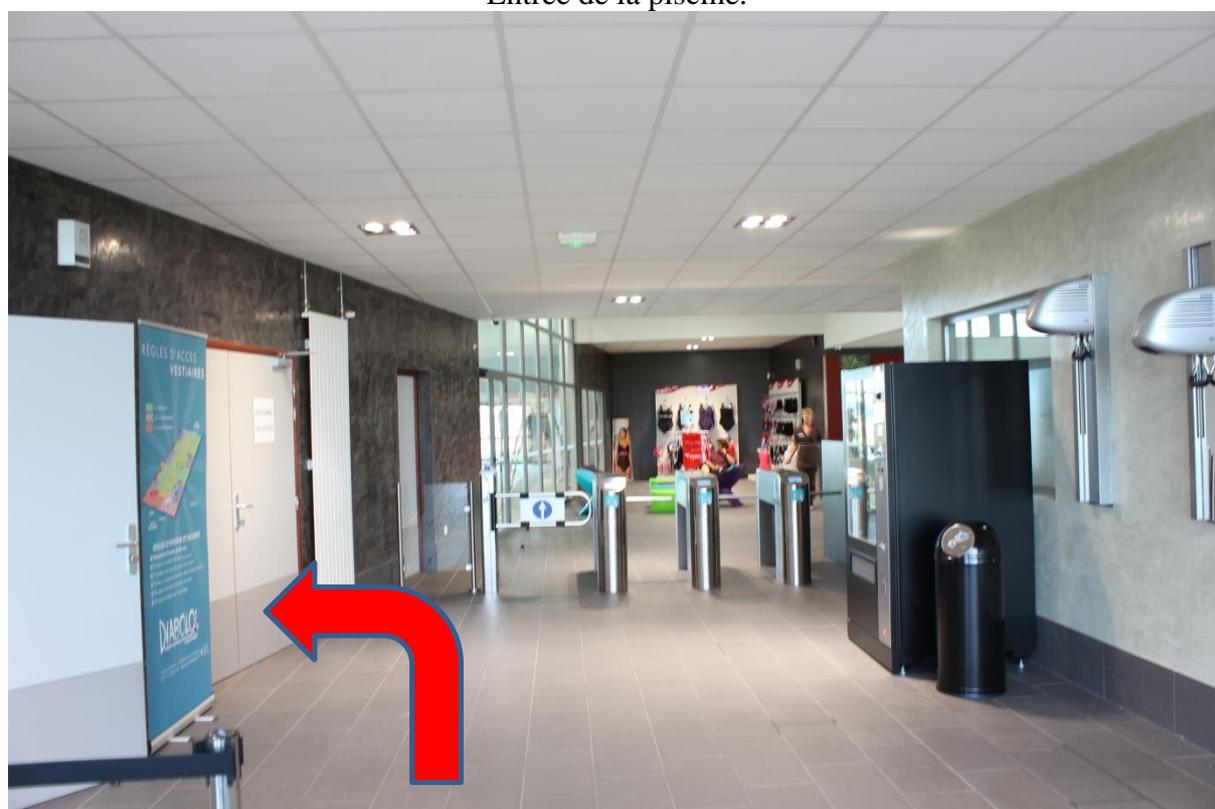
Dans cette partie, seront présentés :

- 1- Le parcours de l'élève dans la piscine**
- 2- Le matériel pédagogique mis à disposition et son usage**

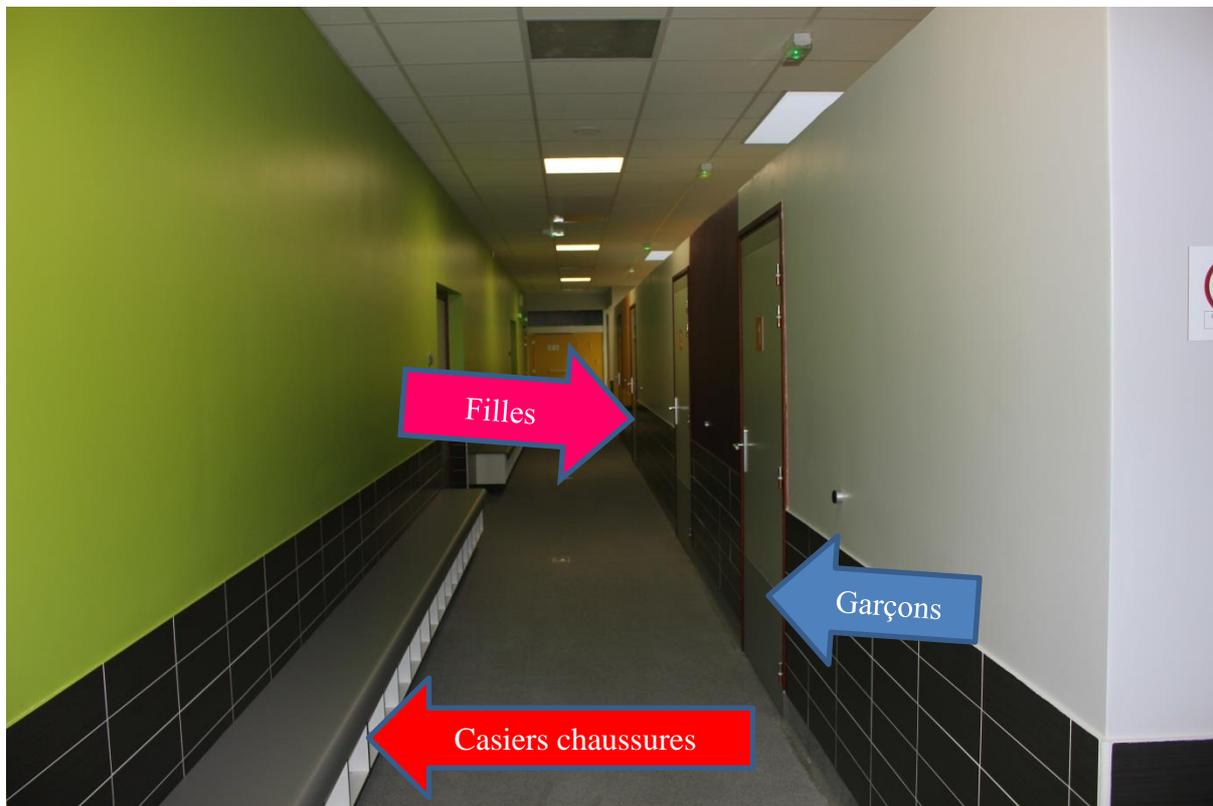
## 1-L'itinéraire de l'élève



Entrée de la piscine.



Accès aux vestiaires.



Les vestiaires.

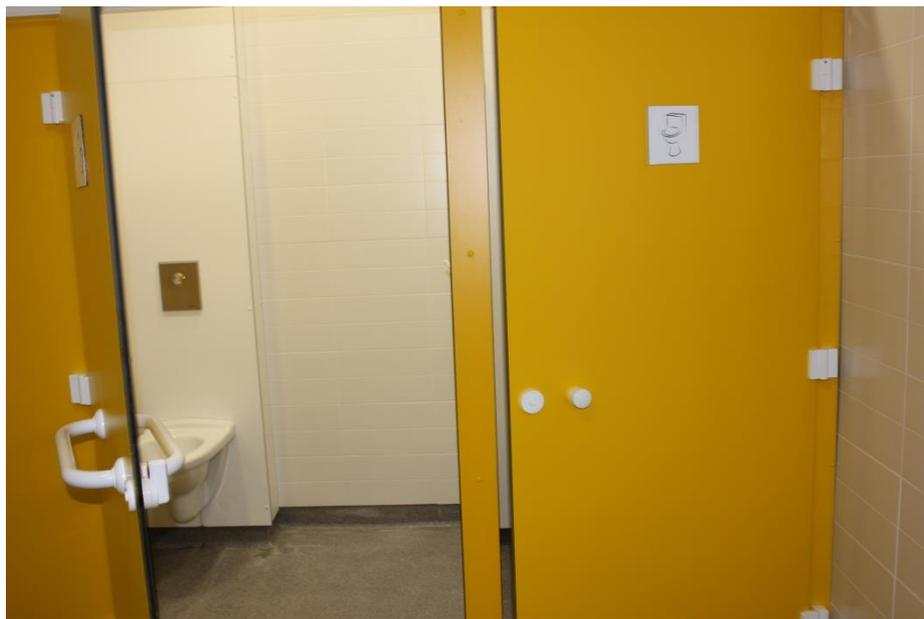


Les chaussures sont interdites dans la piscine, je les range dans les casiers, sous le banc.

J'utilise un maillot de bain car le short est interdit.



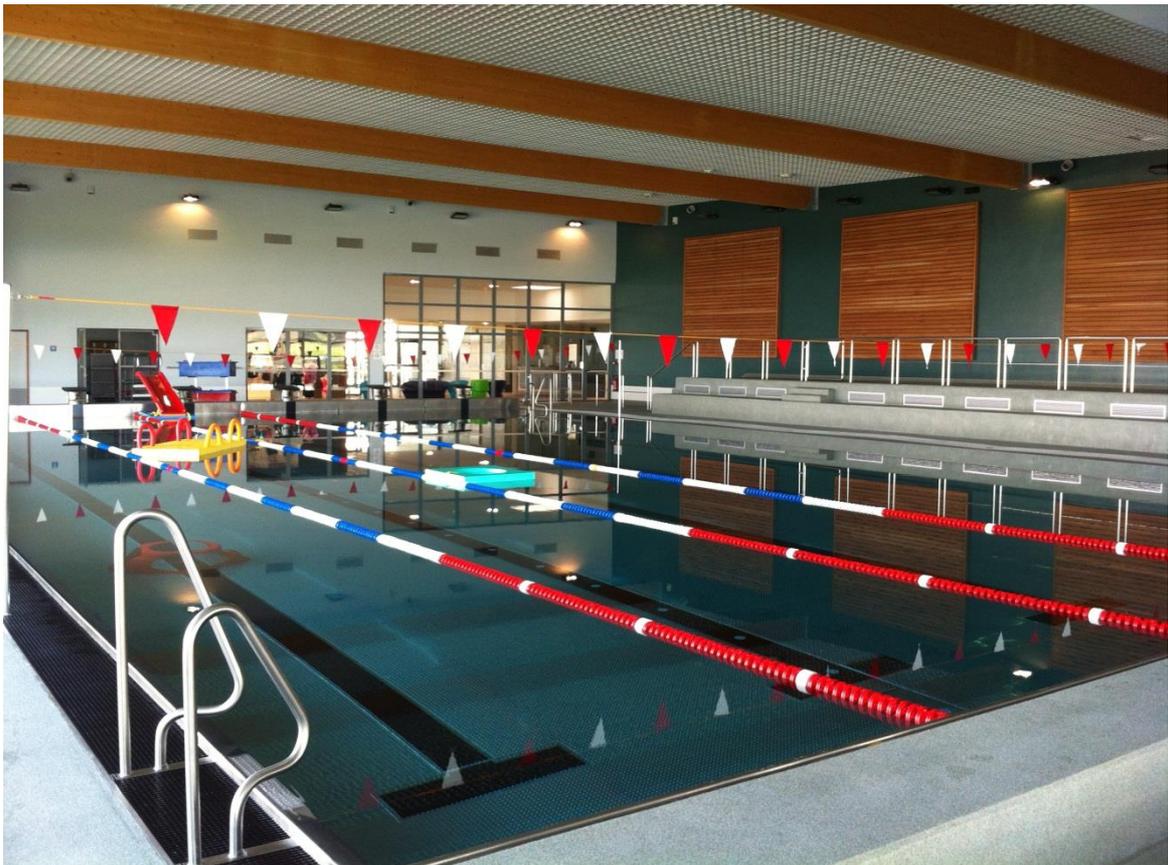
Dans le vestiaire je regroupe mes affaires pour ne pas les perdre. Je laisse de la place pour les copains.



Au bout du couloir des vestiaires, je vais aux toilettes si j'en ai besoin, avant d'aller au bassin.

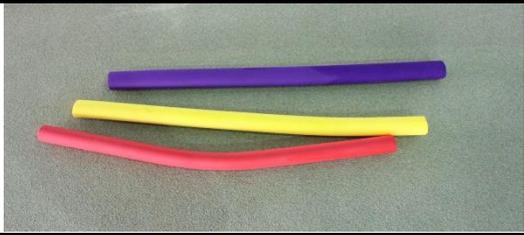
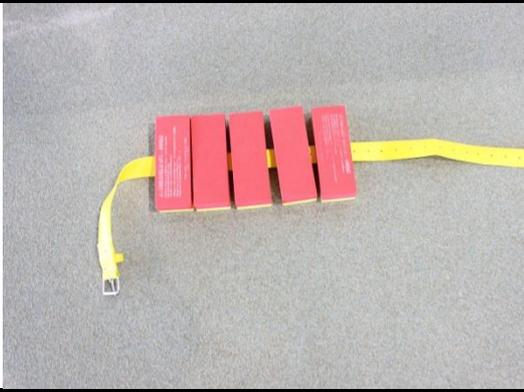


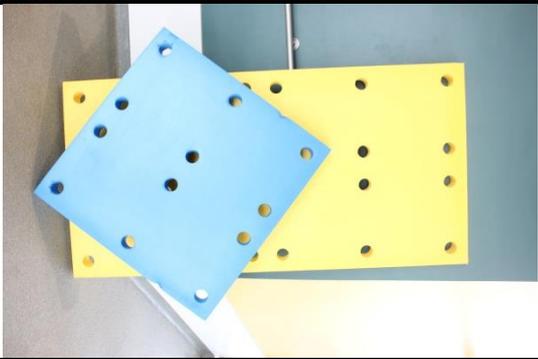
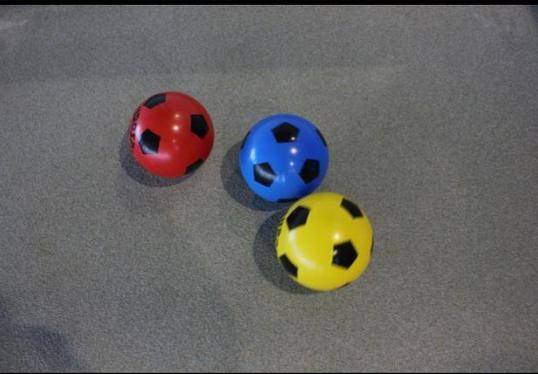
La douche est obligatoire avant d'aller dans la piscine, j'ai même du savon à ma disposition.

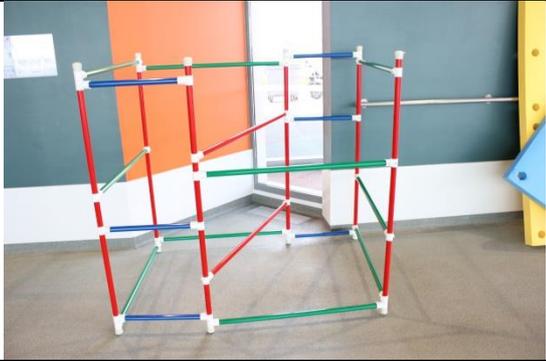
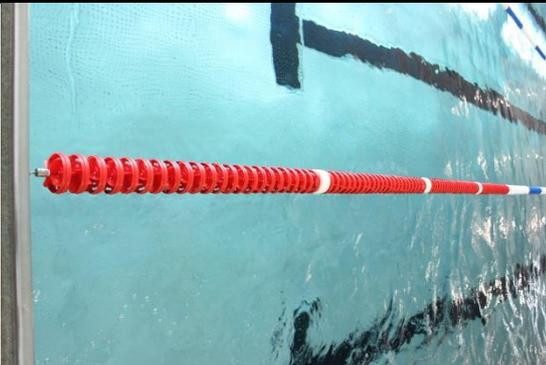


Le bassin sportif.

## 2-LE MATERIEL PEDAGOGIQUE

Matériels	Photos	Utilisation
Frites		La frite est une aide à la flottabilité, à l'équilibre. Elle se place sous les bras.
Planches		La planche aide à la flottaison afin de favoriser le travail des jambes. S'utilise aussi bien sur le ventre que sur le dos.
Pull-boy		Le pull-boy aide à maintenir l'équilibre des jambes pendant que l'on travaille avec les bras. Se place entre les jambes.
Ceintures		La ceinture aide à la flottaison et assure l'autonomie de l'enfant.
Palmes		Les palmes améliorent les appuis et aident à comprendre le placement de la cheville durant les battements.

Objets lestés		Objets à récupérer au fond de l'eau.
Tapis épais		Le tapis épais peut servir à une entrée dans l'eau.
Toboggan		Le toboggan sert à réaliser des entrées dans l'eau de diverses manières.
Ballons		Les ballons servent pour les jeux : exemple, le water-polo.
Cerceaux lestés		Ils sont posés au fond de l'eau et on passe à l'intérieur en immersion.

<p>Cage à écureuil</p>		<p>Sert à s' accrocher, à passer à l'intérieur, dessus et dessous les barres. Elle sert à travailler les immersions.</p>
<p>Plot</p>		<p>Sert pour les entrés dans l'eau : sauts divers et plonges.</p>
<p>Ligne d'eau</p>		<p>Sert à séparer les bassins en couloirs. On peut y accrocher du matériel, mais il ne faut pas s'y suspendre.</p>

Les maîtres  
nageurs

ou

MNS



**Le maître-nageur  
de surveillance au  
tee-shirt blanc**  
veille au bon  
fonctionnement et à la  
sécurité des usagers  
de la piscine.

**Le maître-nageur  
en situation de co-  
enseignement au  
tee-shirt bleu**  
participe à  
l'enseignement de la  
natation aux côtés  
des enseignants

## IV- L'UNITÉ D'APPRENTISSAGE

### Plan de l'unité d'apprentissage :

1. **En amont, en classe, présentation de l'activité natation aux familles et aux élèves, recueil des représentations, première évaluation diagnostique** : questionnaire à destination des élèves et des familles en vue de la formation des pré-groupes, *documents en annexe 2 et 3.*
2. **Première et deuxième séance : situations de mise en activité**, *document en annexe 8* et **mise en œuvre de la situation de référence (évaluation diagnostique)**, *document en annexe 4*
3. **Sept situations d'apprentissage** en fonction des niveaux de compétences des élèves
4. **Dernière séance, séance 10 de réinvestissement**, *document en annexe 6*

**Evaluation continue tout au long de la séquence d'apprentissage, document en annexes 5 et 6**

Nous précisons également que par souci d'organisation et de lisibilité au bord du bassin, chaque groupe sera identifié par une couleur de bonnet ou de bracelet.

<i>Hippocampes</i>		
<i>Tortues</i>		
<i>Poissons-clowns</i>		
<i>Dauphins</i>		

**Attention, le contenu des séances proposées aux élèves prendra obligatoirement en compte le niveau de pratique atteint par chaque enfant, pour ne pas mettre ces derniers en difficultés.**

**Remarques**, vous trouverez :

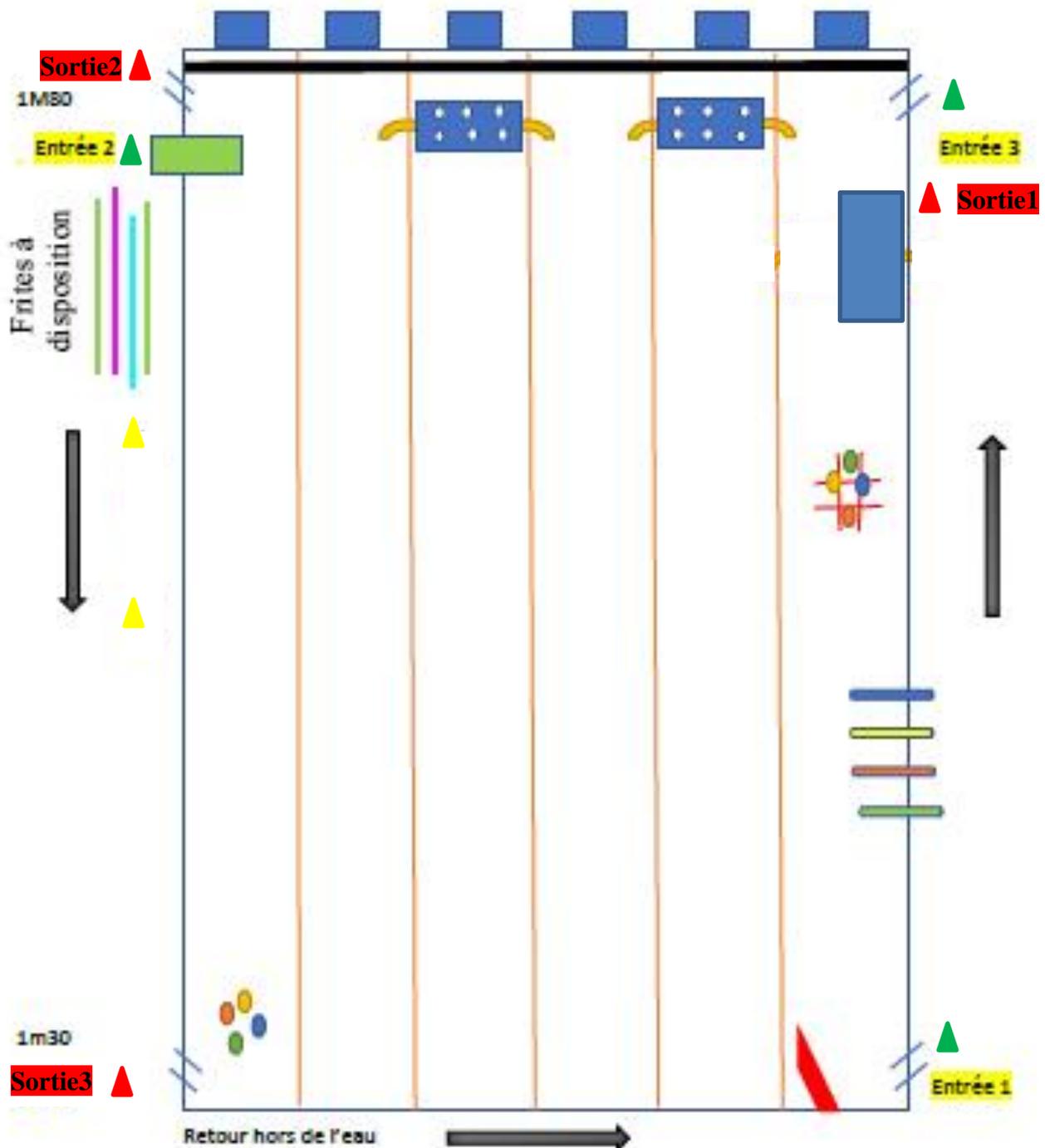
- en annexe 5 : **un référentiel lexical en lien avec l'activité natation**
- en annexe 9 : **les informations dispensées aux intervenants extérieurs bénévoles** lors de la session d'information pour vous permettre d'avoir le même niveau d'information.

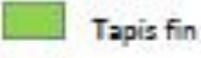
## Séances 1 et 2

## Situation de découverte et de référence – Evaluation diagnostique

Aménagement de bassin, consignes progressives à adapter au niveau de pratique des élèves, déroulement de la séance

← Traversée dans l'eau



Légende :			
	2 Perches de 6m		Tapis fin
	Tobbogan		Tapis dur
	Cage		Cônes
	Anneaux		Frites

## **Proposition de consignes dans le sens du déroulement du parcours**

**Attention : les consignes suivantes sont à adapter au niveau de pratique de chaque élève ; elles évolueront également tout au long des deux séances. Les entrées sont numérotées dans l'ordre croissant de difficulté, les consignes sont données dans un souci de progressivité.**

- **Entrée 1** : entrer par l'échelle, par le bord assis, en sautant, par le toboggan, pieds en avant, tête en avant.
- **Déplacement** : Atteindre la première frite en se tenant au bord (appuis manuels), sans appuis manuels, avec matériel d'aide à la flottaison, de manière autonome, tête hors de l'eau, tête immergée.
- **Immersion** (passage sous les frites) immersion brève, passer sous une frite à la fois, immersion plus longue, passer sous plusieurs frites à la fois.
- **Déplacement** : Atteindre les frites suivantes en se tenant au bord (appuis manuels), sans appuis manuels, avec matériel d'aide à la flottaison, de manière autonome, tête hors de l'eau, tête immergée.
- **Immersion** (passage dans la cage) : contourner la cage en se tenant aux barreaux, traverser la cage en s'immergeant brièvement sous chaque barreau, plus longuement sous plusieurs barreaux à la fois, explorer la profondeur en se tenant au barreau pour récupérer les anneaux de couleur.
- **Déplacement** : Atteindre le tapis en se tenant au bord (appuis manuels), sans appuis manuels, avec matériel d'aide à la flottaison, de manière autonome, tête hors de l'eau, tête immergée, contourner le tapis en se tenant au bord à l'aide des deux mains, avec une main sur la ligne d'eau et une autre sur le tapis, à l'aide d'une seule main sur le tapis. L'enfant peut aussi faire une courte pause sur le tapis avant de poursuivre, en redescendre assis à partir du bord.
- **Sortie 1** : sortir de l'eau juste après le tapis.
- **Entrée 3** : les élèves qui entrent sur le parcours par l'entrée 3 en début de séance le feront par l'échelle, par le bord du bassin, en étant assis, en sautant ou en plongeant.
- **Déplacement** : traverser la largeur du bassin en se tenant aux perches, ou pas, en s'immergeant brièvement sous les lignes d'eau ou pas, tête hors de l'eau, tête immergée. Les tapis permettent aux élèves qui en ont besoin de faire une pause.
- **Sortie 2** : Au terme de la traversée, les élèves sortent par l'échelle et se présentent à l'entrée 2. En cas de difficulté, possibilité de rejoindre l'entrée 2 en marchant sur le bord du bassin.
- **Entrée 2** : entrée par le tapis fin, en faisant une roulade, à genoux en entrant par la tête bras en avant.
- **Déplacement** : se déplacer en se tenant au bord (appuis manuels), sans appuis manuels, avec matériel d'aide à la flottaison, de manière autonome, sur le ventre, tête hors de l'eau, tête immergée, sur le dos. Entre les 2 plots jaunes, effectuer un équilibre dorsal et/ou ventral avec matériel d'aide à la flottaison ou de manière autonome.
- **Immersion** : s'immerger ou non avant de sortir pour ramasser les anneaux lestés à 1.30 m
- **Sortie 3 par l'échelle ou le bord avant de rejoindre l'entrée en marchant le long du bassin, sans courir**

## Déroulement de la séance :

- **Les pré-groupes auront été soigneusement préparés par l'enseignant en amont de la séance** à l'aide du questionnaire disponible dans les annexes. La fiche de pré-groupe située en annexe sera dûment renseignée par l'enseignant (1 fiche par classe et non 1 par pré-groupe) et communiquée aux MNS lors de la première séance.
- Le contenu de ces deux premières séances (aménagement du bassin (présentation du parcours) et des objectifs visés (découvrir les lieux, s'appropriier le milieu aquatique, s'appropriier le parcours et ses différents ateliers, se faire plaisir, être observé et évalué par le MNS et l'enseignant sur son niveau de pratique initial pour pouvoir ensuite progresser dans les situations d'apprentissage à venir) **aura été obligatoirement présenté aux élèves en amont de la première séance.**
- L'effectif classe est divisé ou non en plusieurs groupes (en fonction du niveau de classe). Les groupes se positionneront, en début de séance, chacun sur une des entrées proposées.
- Les enfants effectuent le parcours proposé dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Ils rencontreront successivement les ateliers proposés : entrée dans l'eau, immersion, déplacements, ...
- Pour chaque entrée, les enfants les moins à l'aise auront la possibilité de rentrer dans l'eau par l'échelle ou à partir du bord.
- La première séance est une séance de découverte des lieux et d'appropriation du milieu et du parcours proposé composé de plusieurs ateliers. Après deux passages libres pendant lesquels enseignants et MNS assurent la sécurité, rassurent les élèves les plus timorés, encouragent les initiatives, les enseignants et les MNS peuvent guider, faire évoluer les activités motrices des élèves grâce aux consignes proposées au-dessus.
- Les enseignants et les MNS observeront l'activité motrice de chaque élève afin d'affiner l'évaluation faite en classe sur les feuilles de pré-groupes pré-renseignées. **La lecture de L'activité motrice des élèves nécessite de la part des enseignants de connaître les fondamentaux de l'activité et les observables recensés dans la grille d'évaluation.** Porter son attention sur les difficultés rencontrées par les élèves au regard des 3 paliers d'acquisitions de l'aisance aquatique ou des attendus de fin cycle (cycle 2 et cycle 3).
- L'évaluation du niveau de compétence des élèves les plus débrouillés peut démarrer dès la première séance, elle débutera ou se poursuivra pour les autres élèves en séance 2.

**Attention : la progression d'une séance à l'autre est conditionnée par le niveau de pratique effectif des élèves qui sera évalué par le PE et le MNS.**

**Pour les élèves de cycle 3 les plus débrouillés proposer à l'issue des séances 1 et 2 des séances de sauvetage et/ou de water-polo.**

## SEANCES N° 3 & 4

## Hippocampe

**Séances 3 et 4 en petite profondeur**

### THEME DU CYCLE : CONSTRUCTION DU CORPS FLOTTANT

Matériel : cônes couleurs

#### Objectif des séances : Découvrir le milieu aquatique

##### SITUATION 1 (10 min)

**Consignes** : Passer sous les douches collectives afin de vérifier que les enfants acceptent de mettre la tête et le visage sous l'eau.

##### SITUATION 2 (15 min)

**Consignes** : Tous les élèves accrochés au mur, proposer des exercices afin de les amener à mettre la tête dans l'eau. Proposer aux élèves de passer sous des frites, sous la perche brûlante,

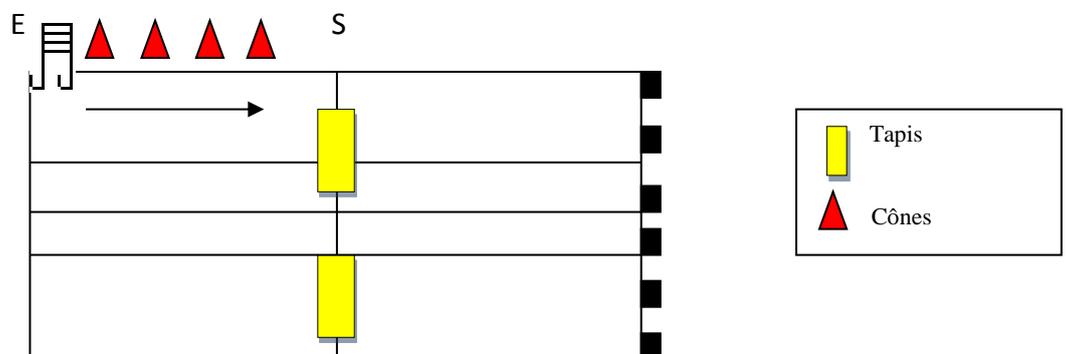
##### Variables :

- Bouche fermée
- Bouche + nez dans l'eau
- Visage (yeux fermés/ouverts)
- Prendre de l'eau dans la bouche et la recracher

##### SITUATION 3 (15min)

**L'enfant doit entrer, se déplacer et sortir de l'eau sans l'aide d'un adulte**

**Consignes** : Descendre par l'échelle (E), se déplacer mains accrochées au mur, et sortir à la ligne tendue au milieu (S). A chaque cône, réaliser les variables proposées.



##### Variables :

- Bouche fermée, nez, yeux, front, visage et tête dans l'eau
- Ouvrir la bouche sous l'eau (afin de comprendre que l'on n'avale pas d'eau)
- Ouvrir les yeux sous l'eau sans lunettes (l'éducateur met sa main dans l'eau et demande à l'enfant de compter le nombre de doigts ouverts)

- Prendre de l'eau dans la bouche et arroser les fleurs matérialisées par des cônes.

## SEANCES N° 5 & 6

## Hippocampe

**Séance 5 en petite profondeur et séance 6 en grande profondeur**

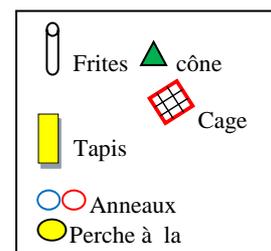
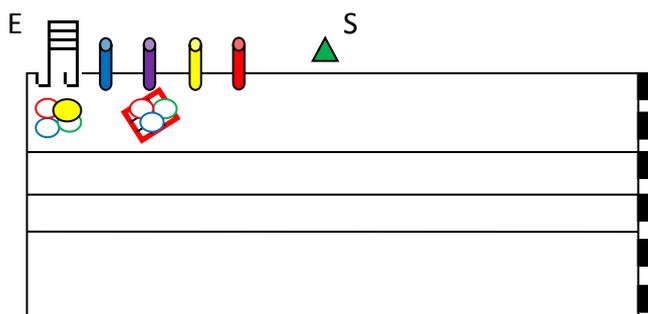
### THEME DU CYCLE : CONSTRUCTION DU CORPS FLOTTANT

**Matériel :** frites, cage, anneaux, perche jaune, cône

**Objectif des séances :** Supprimer les appuis plantaires, s'immerger longtemps et de plus en plus profond

#### **SITUATION 1 (15 min)**

**Consignes :** Départ depuis l'échelle, contourner/traverser la cage. Continuer le déplacement le long du mur en ayant les épaules dans l'eau et sortir au cône.



Frites pour la situation 2  
Anneaux et  
perche pour la situation 3

#### **Variables :**

- En croisant et décroisant les mains
  - Avec une seule main en appui
  - En décollant les pieds du mur
- Pour chaque variable, aller de plus en plus vite (afin de s'allonger)**

#### **SITUATION 2 (15 min)**

**Consignes :** Reprendre le parcours ci-dessus et rajouter des frites sur le bord, afin de réaliser des passages sous les petits ponts (frites).

#### **Variables :**

- Déplacement avec une main
- Sans toucher les frites
- Augmenter la durée d'immersion en passant sous plusieurs petits ponts

#### **SITUATION 3 (10 min)**

**Consignes :** Départ de l'échelle, descendre à la perche le plus profond possible, longer le mur puis traverser la cage

#### **Variables :**

**Variables Immersion**

**Variables Déplacement**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passer sous les barreaux de la cage</li> <li>- Descendre toucher le fond avec ses pieds/genoux/mains/s'asseoir</li> <li>- A l'échelle</li> <li>- Ramasser des objets</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se déplacer avec une main</li> <li>- Se déplacer la tête dans l'eau le plus longtemps possible</li> <li>- Lâcher le mur lors de l'immersion de la tête</li> </ul>
--	--

# SEANCES N° 7 & 8

# Hippocampe

## Séances 7 et 8 en grande profondeur

### THEME DU CYCLE : CONSTRUCTION DU CORPS FLOTTANT

Matériel : Cage, perche, objets lestés

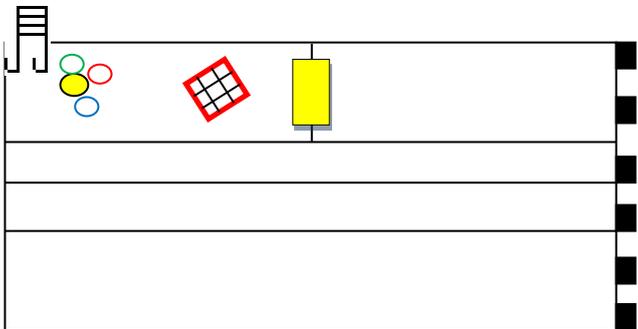
### Objectif des séances : S'immerger longtemps et de plus en plus profond

#### SITUATION 1 (20min)

**Consignes** : Départ de l'échelle, descendre à la perche le plus profond possible, longer le mur puis traverser la cage

**Variables** :

<u>Variables Immersion</u>	<u>Variables Déplacement</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passer sous les barreaux de la cage</li> <li>- Descendre toucher le fond avec ses pieds/genoux/mains/s'asseoir</li> <li>- A l'échelle</li> <li>- Ramasser des objets</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se déplacer avec une main</li> <li>- Se déplacer la tête dans l'eau le plus longtemps possible</li> <li>- Lâcher le mur lors de l'immersion de la tête</li> <li>- Avec matériel</li> </ul>



	Perche verticale
	Objets lestés
	Tapis
	Cage

#### SITUATION 2 (20min)

**Consignes** : Circuit inverse : Rentrer par le bord de la piscine, traverser la cage, longer le mur et descendre à la perche le plus profond possible.  
Mêmes variables que la situation 1

## SEANCE N° 9

## Hippocampe

### THEME DU CYCLE : CONSTRUCTION DU CORPS FLOTTANT

Matériel : perche jaune, frites

**Objectif des séances : S'essayer aux 1ères expériences de remontée passive.**

**Pour les deux situations, se déplacer 10 minutes sur le ventre puis 10 minutes sur le dos.**

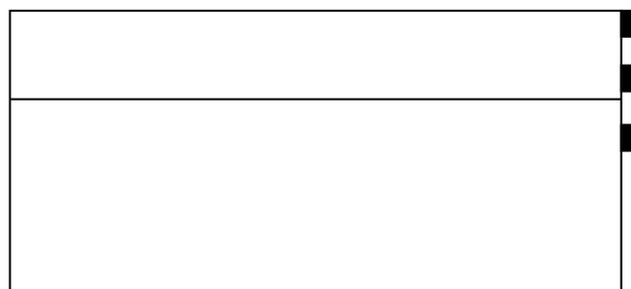
#### **SITUATION 1 (20 min) Grand Bassin**

**Consignes** : Rentrer dans l'eau du côté 1m80, descendre à l'échelle et se déplacer le long du mur descendre à la perche et à la dernière échelle. A chaque immersion, se laisser remonter passivement.

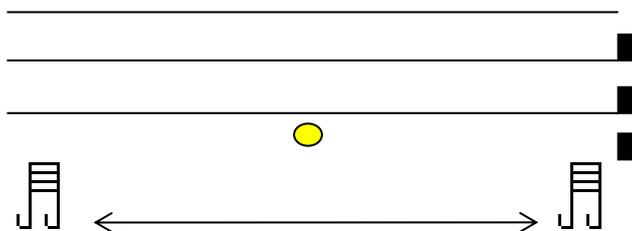
<b><u>Variables de remontée passive :</u></b> <i>(toujours en se laissant remonter sans bouger)</i>	<b><u>Variables Déplacement :</u></b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Molle méduse</li><li>- Allumette</li><li>- Boule</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- A une main, tête dans l'eau le plus longtemps possible</li><li>- Lâcher le mur lors de l'immersion de la tête</li><li>- Sur le dos, une main au mur, oreilles dans l'eau, regard au plafond (1 frite dans l'autre main si problème pour s'allonger)</li></ul>

#### **SITUATION 2 (20min) Grand Bassin**

**Consignes** : Circuit inverse, reprendre les mêmes consignes et les mêmes variables (cela permet de changer la main qui tient le mur)



● Perche verticale



## SEANCES N° 3 & 4

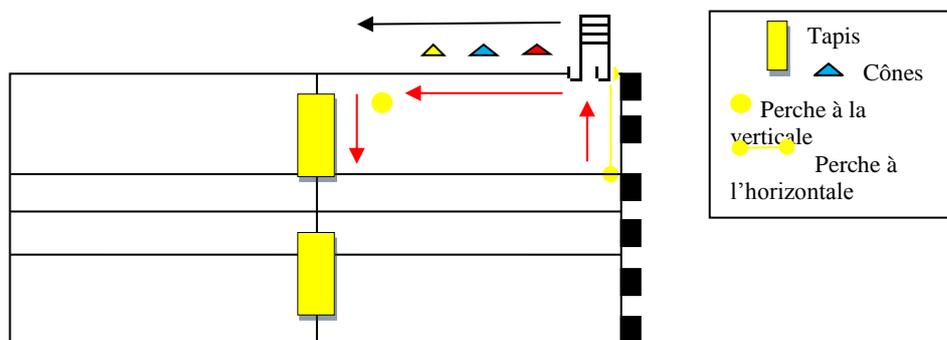
## Tortue

### THEME DU CYCLE : FAIRE VIVRE LE CORPS FLOTTANT ET CONSTRUIRE LE CORPS PROJECTILE

Matériel : perche jaune, cônes

**Objectif des séances : Augmenter le temps d'immersion.**

#### SITUATION 1 (7')



**Consignes** : Dans la ligne n°1, côté 1m80. Rentrer dans l'eau par l'échelle, puis se déplacer le visage dans l'eau une main accrochée au mur. Sortir à la ligne du milieu (trajet matérialisé en noir)

#### Variables :

- Visage dans l'eau le plus longtemps possible en apnée
- Lâcher le mur lors de l'immersion de la tête
- Aller de plus en plus vite afin de s'allonger

#### SITUATION 2 (7')

**Consignes** : Tous ensemble accroché au mur. Au 1<sup>er</sup> coup de perche, mettre la tête dans l'eau et au 2<sup>e</sup> coup la sortir.

**Variables** : Sur 5 secondes/10 secondes/15 secondes

#### SITUATION 3 (26')

**Consignes** : Départ à 1m80, entrer dans l'eau par l'échelle, se déplacer la tête dans l'eau le plus longtemps possible (distance matérialisée par les cônes). Arrivée à la perche et descendre le plus profond possible. Si les enfants sont à l'aise, faire le circuit tracé en rouge.

**Variables :**

- Possibilité de lâcher le mur lors de l'immersion de la tête
- Possibilité de prendre des frites pour effectuer le trajet rouge.
- Faire le pompier le long de son camarade (par deux : un enfant est accroché au mur, le corps tendu et immobile, l'autre enfant descend le long de son corps)

**SEANCES N° 5 & 6**

**Tortue**

**Séance 6 dans la petite profondeur**

**THEME DU CYCLE : FAIRE VIVRE LE CORPS FLOTTANT ET CONSTRUIRE LE CORPS PROJECTILE**

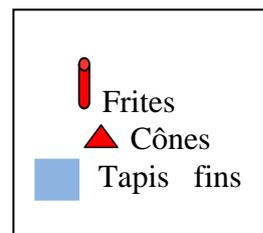
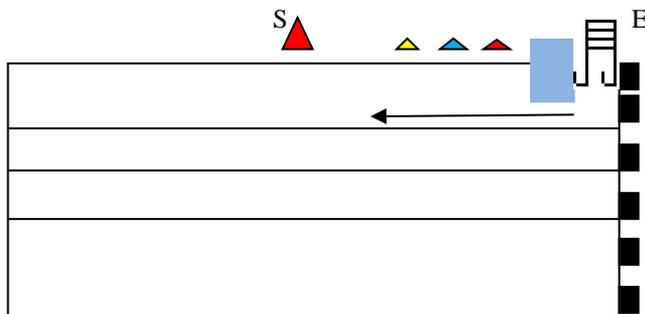
**Matériel** : cônes, 2 tapis fins

**Objectif des séances : Remonter passivement, accepter le déséquilibre et se déplacer sur le dos**

**SITUATION 1 (15 min)**

**Consignes** : Départ à 1m80, se déplacer une main accrochée le long du mur en sortant la tête de l'eau le moins de fois possible (augmenter la distance entre les plots). Réaliser des remontées passives à l'échelle.

Tapis fin situation 2/3



**Variables :**

- Lâcher le mur lors de l'immersion de la tête
- Se laisser remonter en mole méduse
- Se laisser remonter en allumette
- Se laisser remonter en boule

**SITUATION 2 (15 min)**

**Consignes** : Le tapis est à installer au bord, un adulte sur le tapis. Départ à 1m80, assis sur le tapis à côté de l'échelle, se laisser tomber dans l'eau et remonter à la surface sans bouger. Se déplacer avec la tête dans l'eau jusqu'au cône du milieu.

**Variables :**

- Se laisser glisser pour rentrer dans l'eau en allumette
- En boule sur le tapis, se laisser tomber sur le côté
- Accroupi sur le tapis, se laisser tomber en avant/en arrière
- Roulade en avant sur le tapis

**SITUATION 3 (10 min)**

**Consignes :** Reprendre la situation 2 et se déplacer sur le dos (une main au mur, les oreilles dans l'eau et regard au plafond)

**SEANES N° 7 & 8**

**Tortue**

**Séances 7 et 8 dans la petite profondeur**

**THEME DU CYCLE : VIVRE LE CORPS FLOTTANT ET CONSTRUIRE LE CORPS PROJECTILE**

**Matériel :** 1 tapis dur, 1 tapis fin, toboggan

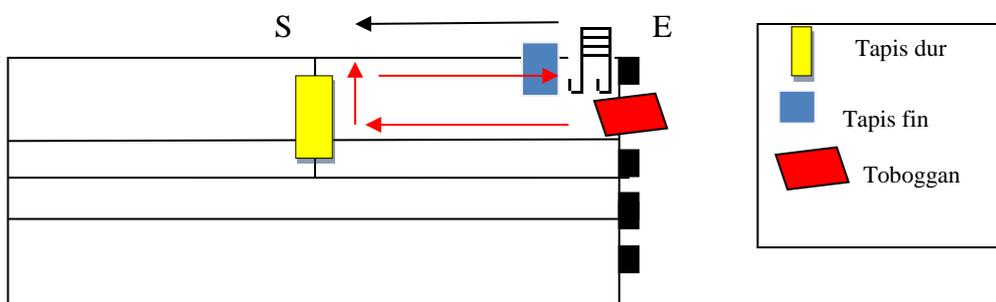
**Objectifs des séances : Entrer dans l'eau et se déplacer sur le dos**

**Séance 8 : un maitre-nageur fera passer les paliers 1**

**SITUATION 1 (10')**

**Consignes :** Effectuer des roulades sur les tapis fins et se déplacer sur le dos jusqu'à la ligne du milieu. (Trajet noir)

→ Situation 2/3



<u>Variables entrées</u>	<u>Variables déplacement dorsal</u>
<p><b>Attention :</b> Possibilité de retravailler les chutes si peur des roulades</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Roulade sur le tapis</li> <li>- Mains en appui au bout du tapis, faire une roulade dans l'eau</li> <li>- Rotation arrière, départ assis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Possibilité de donner une frite dans l'autre main si problème pour s'allonger</li> <li>- Déplacement avec une frite sous les bras</li> <li>- Bras le long du corps</li> <li>- Mains derrière la tête (prisonnier ou à la plage)</li> </ul>

**SITUATION 2 (10')**

**Consignes :** Départ plot n°4, se laisser glisser sur le toboggan puis se déplacer sur le ventre jusqu'à la ligne du milieu, longer le tapis et sortir de l'eau.

<u>Variables entrées</u>	<u>Variable Déplacements</u>
--------------------------	------------------------------

- Allongé sur le dos (pieds en avant)
- Allongé sur le ventre (tête en avant)/Position de la flèche

- Déplacement ventral : tête dans l'eau (avec ou l'aide de la ligne d'eau)

### SITUATION 3 (20')

**Consignes** : Départ plot n°2, se laisser glisser sur le toboggan puis se déplacer sur le ventre jusqu'à la ligne du milieu. Monter sur le tapis, effectuer une chute en arrière, et continuer le déplacement sur le dos jusqu'à l'échelle.

## SEANCES N° 9

## Tortue

### THEME DU CYCLE : VIVRE LE CORPS FLOTTANT ET CONSTRUIRE LE CORPS PROJECTILE

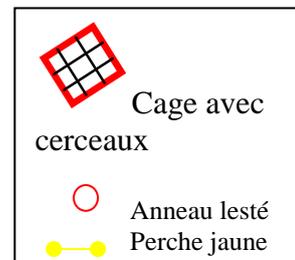
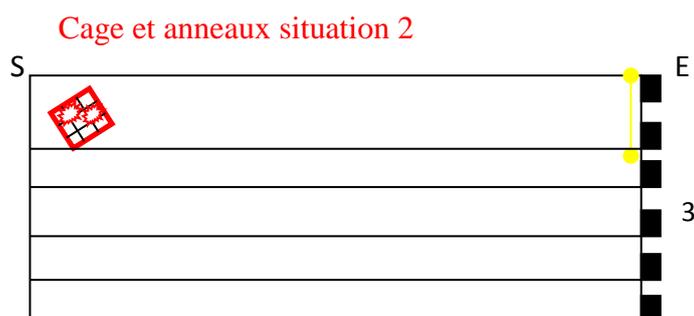
**Matériel nécessaire** : Cage, anneaux, perche jaune, cerceaux

## Objectifs des séances : Construire l'axe tonique

### SITUATION 1 (25')

**Consignes** :

Partir de la perche et effectuer une glissée, **aller le plus loin possible sans bouger**. Se déplacer le long du mur jusqu'au bout de la piscine. Ramasser un objet au fond de la cage.



**Variables** :

- Effectuer une glissée (main droite accrochée à la goulotte)
- Enchaîner glissée + battements
- Glisser avec un bras le long du corps, l'autre tendu (collé à l'oreille) et à l'opposé du premier.
- Glisser avec les bras en flèche

### SITUATION 2 (15')

## Rajouter la cage et les anneaux côte 1m30

Reprendre la situation 1 et rajouter l'immersion dans la cage

### Variable :

- Passer dans les cerceaux immergés (à la cage)
- Passer sous plusieurs barreaux de la cage

## SEANCES N° 3 & 4

## Poisson Clown

### THEME DU CYCLE : CONSTRUCTION DU CORPS PROJECTILE ET EBAUCHE DU CORPS PROPULSEUR

Matériel : anneaux, tapis dur

Attention situation 1 (20'), puis, changement de zone avec les dauphins pour la situation 2 (20')

## Objectif des séances : Remonter passivement et accepter les déséquilibres

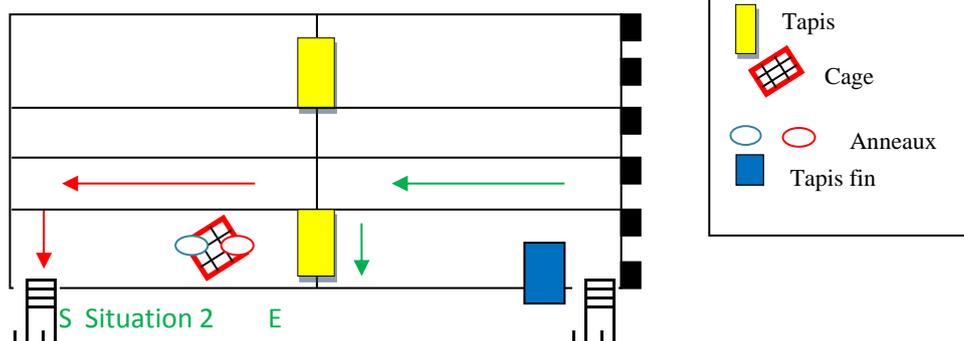
*Les déplacements n'étant pas l'objectif de la séance, ils seront laissés au choix par l'enfant.*

### SITUATION 1 (20')

**Consignes :** Sauter à côté de la ligne du milieu, se déplacer jusqu'à la cage, aller chercher un objet et se laisser remonter sans bouger, lâcher l'objet, revenir dans la ligne d'eau n°4 pour sortir à l'échelle.

### Variables :

- Se laisser remonter en mole méduse
- Se laisser remonter en allumette
- Se laisser remonter en boule



### SITUATION 2 (20')

**Consignes :** Le tapis est à installer au bord, un adulte sur le tapis. Départ assis sur le tapis, se laisser tomber dans l'eau, remonter à la surface sans bouger et effectuer un équilibre horizontal de quelques secondes (ventral et dorsal). Passer sous la ligne d'eau revenir dans la ligne d'eau n°4, monter sur le tapis, reprendre la première consigne et sortir de l'eau à la ligne.

### Variables :

- Se laisser glisser pour rentrer dans l'eau en allumette

- En boule sur le tapis, se laisser tomber sur le côté
- Roulade en avant sur le tapis
- Accroupi sur le tapis, se laisser tomber en avant/en arrière et effectuer un équilibre horizontal de quelques secondes (ventral et dorsal)
- Avec ou sans aide matérielle
- Augmenter la durée de l'équilibre horizontal

## SEANCES N° 5 & 6

## Poisson Clown

### THEME DU CYCLE : CONSTRUCTION DU CORPS PROJECTILE ET EBAUCHE DU CORPS PROPULSEUR

**Matériel :** Tapis dur, perche jaune, **Attention au bout de 20' (à la fin situation 1 et 2) échanger avec les dauphins**

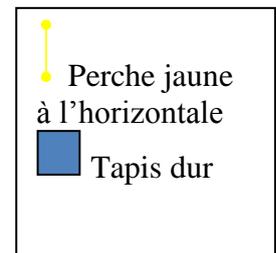
### Objectif des séances : Plonger, se déplacer. Consolider le corps projectile

#### SITUATION 1 (10')

**Consignes :** Un adulte sur le tapis. Sur le tapis, orteils au bord, se laisser tomber en œuf et se déplacer sur le dos (**oreilles dans l'eau et regard vers le plafond**) jusqu'à la dernière échelle.

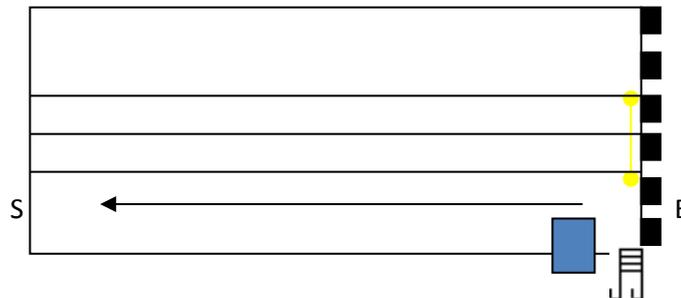
#### Variables de progression du déplacement dorsal :

- Bras le long du corps
- Mains derrière la tête (comme à la plage ou le prisonnier)
- Tourner les bras vers l'arrière



Tapis dur situation 1/2

Perche situation 3



#### SITUATION 2 (10')

**Consignes :** Se mettre à genoux sur le tapis dans le sens de la longueur, plonger et se déplacer sur le ventre jusqu'à la dernière échelle.

<u>Variables de progression du plongeon</u> (les pieds rentrent en dernier dans l'eau)	<u>Variables déplacement ventral</u> (sortir la tête de l'eau uniquement pour respirer)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plonger à genoux</li> <li>- Plonger accroupi</li> <li>- Plonger debout</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Déplacement en flèche</li> <li>- Déplacement battements + moulin avec les bras</li> <li>- Avec du matériel (planches, frites)</li> </ul>

#### SITUATION 3 (20')

**Consignes :** Effectuer une glissée ventrale (une main accrochée à la perche), se déplacer sur le ventre qu'au 12m50 ou au bout de la piscine. Faire la même chose sur le dos avec déplacement sur le dos.

<u>Variables du déplacement ventral/dorsal</u>	<u>Variables de départ de glissées</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Déplacement en flèche</li> <li>- Déplacement battements + moulin avec les bras</li> <li>- Prisonnier (mains derrière la tête sur le dos)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternier main droite, main gauche pour le départ</li> <li>- Une main accrochée à la perche et l'autre tendue devant ou Derrière si déplacement dorsal</li> </ul>

## SEANCES N° 7 & 8

## Poisson clown

### THEME DU CYCLE : CONSTRUCTION DU CORPS PROJECTILE ET EBAUCHE DU CORPS PROPULSEUR

**Matériel : anneaux**

### Objectif des séances : S'immerger

Départ par vagues de 2 pour toutes les situations

Séance 8 : un maitre-nageur fera passer les paliers 1

#### SITUATION 1 (20')

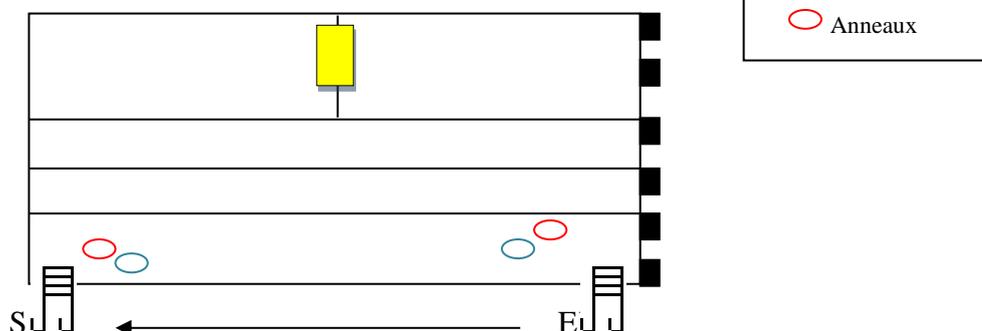
**Consignes :** Départ du bord côté 1m80, plonger et ramasser directement un objet. Le poser au bord et continuer le déplacement jusqu'au bout de la piscine.

#### Variables du temps d'immersion :

- Eloigner les anneaux
- Ramasser un maximum d'anneaux
- Ramasser un anneau et le déposer le plus loin possible en immersion

#### Variables du plongeon :

- Plonger à côté du plot
- Plonger sur le plot



Attention à la fin de la situation, prendre les anneaux et les mettre du côté à 1m30

#### SITUATION 2 (20')

**Consignes :** Départ de chaque côté du plot n°5, plonger, se déplacer 12.5m sur le ventre puis 12.5m sur le dos sans s'arrêter. Ramasser un objet sans aide.

**Variables d'immersions :**

- S'immerger les pieds en premiers
- S'immerger la tête la première
- Plongeon canard

**SEANCES N° 9**

**Poisson clown**

**THEME DU CYCLE : CONSTRUCTION DU CORPS PROJECTILE  
ET EBAUCHE DU CORPS PROPULSEUR**

**Matériel : Anneaux**

**Objectif des séances : Entrer, se déplacer et s'immerger**

**SITUATION 1 (14')**

**Consignes :** Départ en glissée dorsale. Continuer le parcours en se déplaçant uniquement sur le dos jusqu' au bout de la piscine, sortir à l'échelle et revenir en marchant.

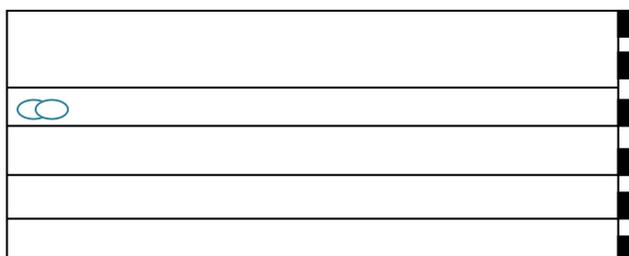
**SITUATION 2 (14')**

**Consignes :** Départ en glissée ventrale. Continuer le parcours en se déplaçant uniquement sur le ventre jusqu'au bout de la piscine, sortir à l'échelle et revenir en marchant.

**SITUATION 3 (12')**

**Consignes :** Départ de chaque côté du plot n°3, plonger, se déplacer sur le ventre et on récupère un objet à 1m30 (sans aide)

Anneaux situation 3



**VARIABLES POUR TOUTES LES SITUATIONS**

<b><u>Variables d'immersions</u></b>	<b><u>Variables du déplacement dorsal</u></b>	<b><u>Variables déplacement ventral</u></b> (sortir la tête de l'eau uniquement pour respirer)

Les pieds en 1 <sup>er</sup>	Mains derrière la tête (comme à la plage ou le prisonnier)	Flèche
La tête la 1 <sup>ère</sup>	Tourner les bras vers l'arrière (moulin)	Battements + ronds avec les bras (bras de brassé)
Plongeon canard au-dessus de l'objet	Tourner les 2 bras simultanément vers l'arrière	Battements + moulin avec les bras
Plongeon canard quelques mètres avant l'objet puis se déplacer sous l'eau		Ondulation
		Tourner les 2 bras simultanément vers l'avant

## SEANCES N° 3 & 4

## Dauphin

### THEME DU CYCLE : AMELIORATION DU CORPS PROJECTILE ET CONSTRUCTION DU CORPS PROPULSEUR

**Matériel nécessaire : 1 tapis mou et dur et des anneaux lestés.**

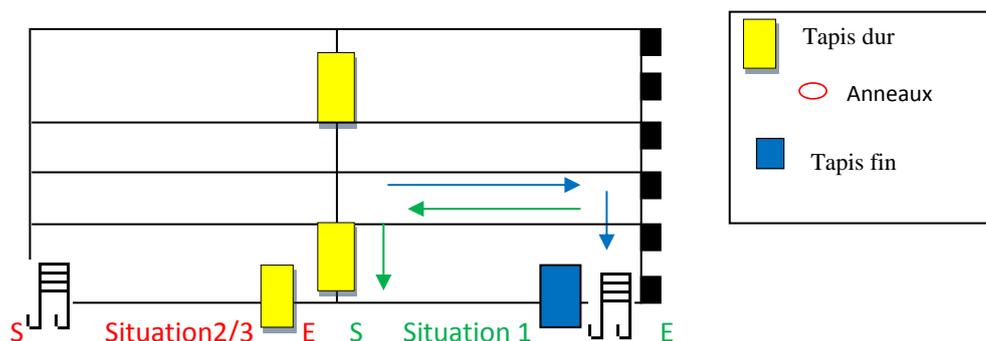
**Attention situation 1 (20'), puis, changement de zone avec les poissons clowns (20')**

### Objectif des séances : Accepter les déséquilibres

#### SITUATION 1 (8') : Roulades et chutes

**Consignes :** 2 ateliers :

- Prendre le départ sur le tapis fin. Réaliser des roulades avant, arrières et finir celles-ci dans l'eau. Continuer son déplacement dans la ligne d'eau n°4. Arrivé à la moitié du bassin passer sous la ligne et sortir à la ligne du milieu. (Parcours vert)
- Prendre le départ sur le tapis dur (au milieu du bassin). Réaliser des chutes (avant, arrière, sur le côté, en œuf, plongeon) et finir celles-ci dans l'eau. Continuer son déplacement dans la ligne d'eau n°4 puis sortir à l'échelle. (Parcours bleu)



#### SITUATION 2 (10') : Arbres droits

**Consignes :** Réaliser tous ensemble un arbre droit du côté à 1m30.

**Variable :** Enchaîner une glissée départ du mur (côté goulottes) et un arbre droit.

#### SITUATION 3 (22') : Chutes, roulades, plongeurs canards et déplacements

**Consignes** : Départ sur le tapis dur. Réaliser une chute dans l'eau (cf situation1) puis effectuer une roulade autour de la ligne et se déplacer sur le ventre dans le couloir n°3. Une fois arrivé à 1m30, effectuer un arbre droit afin d'aller récupérer un anneau (plongeon canard).

**Variables déplacement ventral** (sortir la tête de l'eau uniquement pour respirer)

- Déplacement en flèche
- Déplacement battements + moulin avec les bras.

## SEANCES N° 5 & 6

Dauphin

### THEME DU CYCLE : AMELIORATION DU CORPS PROJECTILE ET CONSTRUCTION DU CORPS PROPULSEUR

**Matériel nécessaire** : 1 perche jaune et les planches **Attention échange avec les poissons clowns au bout de**

**20'** **Objectif des séances** : Plonger et construire l'axe tonique.

**Position de départ glissée ventral** : Une main accrochée au mur et l'autre bras tendu posé sur l'eau, tête dans l'eau.

**Position de départ glissée dorsal** : Deux mains accrochées au mur, pieds contre celui-ci, oreilles dans l'eau, regard au plafond.

#### SITUATION 1 (10') glissée ventrale/dorsal avec perche

**Consignes** : 2 ateliers :

- 1- Départ deux par perche. Faire des glissées sur le ventre et se déplacer sur le ventre jusqu'au bout de la piscine.
- 2- Départ deux par perche. Faire des glissées sur le dos et se déplacer sur le dos jusqu'au bout de la piscine.

<b>Variables déplacement dorsal</b>	<b>Variables déplacement ventral</b> (sortir la tête de l'eau uniquement pour respirer)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bras le long du corps</li> <li>- Mains derrière la tête</li> <li>- Fusée dorsale</li> <li>- Moulin arrière</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Déplacement en flèche</li> <li>- Déplacement battements + moulin avec les bras</li> </ul>

#### SITUATION 4 (10') Plongeurs

**Consignes** : Départ à côté des plots n°3 et 4. Réaliser des plongeurs et maintenir la position jusqu'à ce que le corps soit remonté à la surface. Revenir le long de la ligne et sortir à l'échelle.

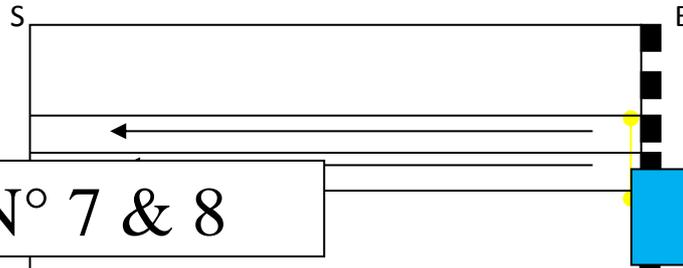
**Variable** :

- A genoux sur la planche
- Accroupi avec les orteils crochetés au bord
- Debout avec les orteils crochetés au bord

#### SITUATION 3 (20') Plongeurs et déplacement

**Consignes** : Ligne 5 et 6 départ par 2. Plonger, se laisser glisser et se déplacer en fusée le plus loin possible sans respirer puis continuer jusqu'au bout du bassin en conservant la position de fusée.

**Variable** : si la position de l'axe tonique est non maintenue rajouter du matériel (un pain de ceinture, pull, frite) dans les mains pour conserver l'alignement.



# SEANCES N° 7 & 8

# Dauphin

## THEME DU CYCLE : AMELIORATION DU CORPS PROJECTILE ET CONSTRUCTION DU CORPS PROPULSEUR

**Séance 8 : un maitre-nageur fera passer les paliers**

**Matériel nécessaire** : Anneaux

**Objectif des séances** : Enchaîner plusieurs actions : Plonger, se déplacer et s'immerger.

### SITUATION 1 (12')

**Consignes** : Départ deux par deux de chaque côté du plot n°4. Plonger puis se déplacer sur le ventre jusqu'au bout du bassin en effectuant 3 roulades non successives.

<u>Variables plongeons</u>	<u>Variables déplacements ventraux</u> (sortir la tête de l'eau uniquement pour inspirer)	<u>Variables déplacements dorsaux</u>
- Plonger de + en + loin  Attention : Reprendre le plongeon à genoux et accroupi si debout n'est pas acquis	- Déplacement en flèche - Déplacement battements et moulin	- Déplacement battements bras le long du corps/mains derrière la tête - Déplacement battements + bras en flèche - Déplacement battements + moulin.

### SITUATION 2 (12')

**Consignes** : Départ deux par deux de chaque côté du plot n°4. Plonger puis se déplacer sur le ventre jusqu'au bout du bassin et effectuer un plongeon canard afin de ramasser un anneau.

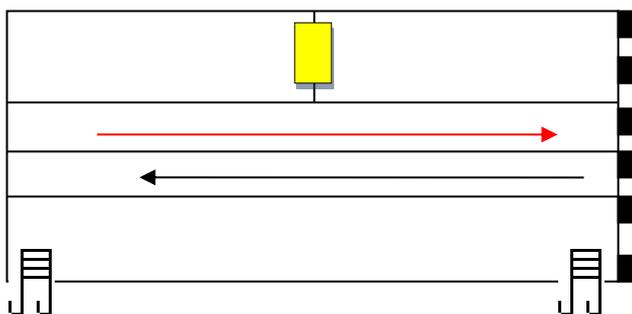
**Variables** : Confère variables de la situation 1

### SITUATION 3(16')

**Consignes** : Départ deux par deux de chaque côté du plot. Plonger puis se déplacer sur le ventre jusqu'au bout du bassin. Un des deux enfants récupère l'anneau en plongeon canard à 1m30. Le retour se fait sur le dos, dans le couloir N°3 en tenant l'anneau chacun d'une main. Les enfants doivent nager cote à cote.

**Variables** : Confère variables de la situation 1

situation 3



SEANCES N° 9

Dauphin

THEME DU CYCLE : AMELIORATION DU CORPS PROJECTILE  
ET CONSTRUCTION DU CORPS PROPULSEUR

**Matériel nécessaire** : Planches, frites, pull boy et Palmes

**Objectif des séances** : Construire le corps propulseur.

Séance 8 : Un maitre-nageur fera passer les paliers 1 et 2

Séance ligne 4 et 5

**SITUATION 1 (15')**

**Consignes** : Départ un par un. Se déplacer 25m en fusée ventrale avec pull-boy (planches, frites...) dans les mains et les palmes aux pieds. Souffler dans l'eau (sortir la tête de l'eau uniquement pour inspirer). Les retours se feront sur le dos avec le boudin de ceinture sur le front.

<u>Variables respirations</u>	<u>Variables déplacements ventraux</u> (sortir la tête de l'eau uniquement pour inspirer)	<u>Variables déplacements dorsaux</u>
Souffler par la bouche/nez/les deux Inspiration brève et expiration longue	Déplacement en flèche Déplacement battements + rattrapé	Déplacement battements mains derrière la tête Déplacement battements + bras en flèche/moulin

**SITUATION 2 (15')**

**Consignes** : Départ un par un. Se déplacer 50 avec les palmes. Se déplacer sur le ventre faire un mouvement de bras en expirant pour passer sur le dos afin d'inspirer. Enchaîner ces actions.

**Variables respirations** : Respiration latérale

**Variables déplacements** : Battement ventrale et dorsale / Moulin ventrale et dorsale

**SITUATION 3 (10')**

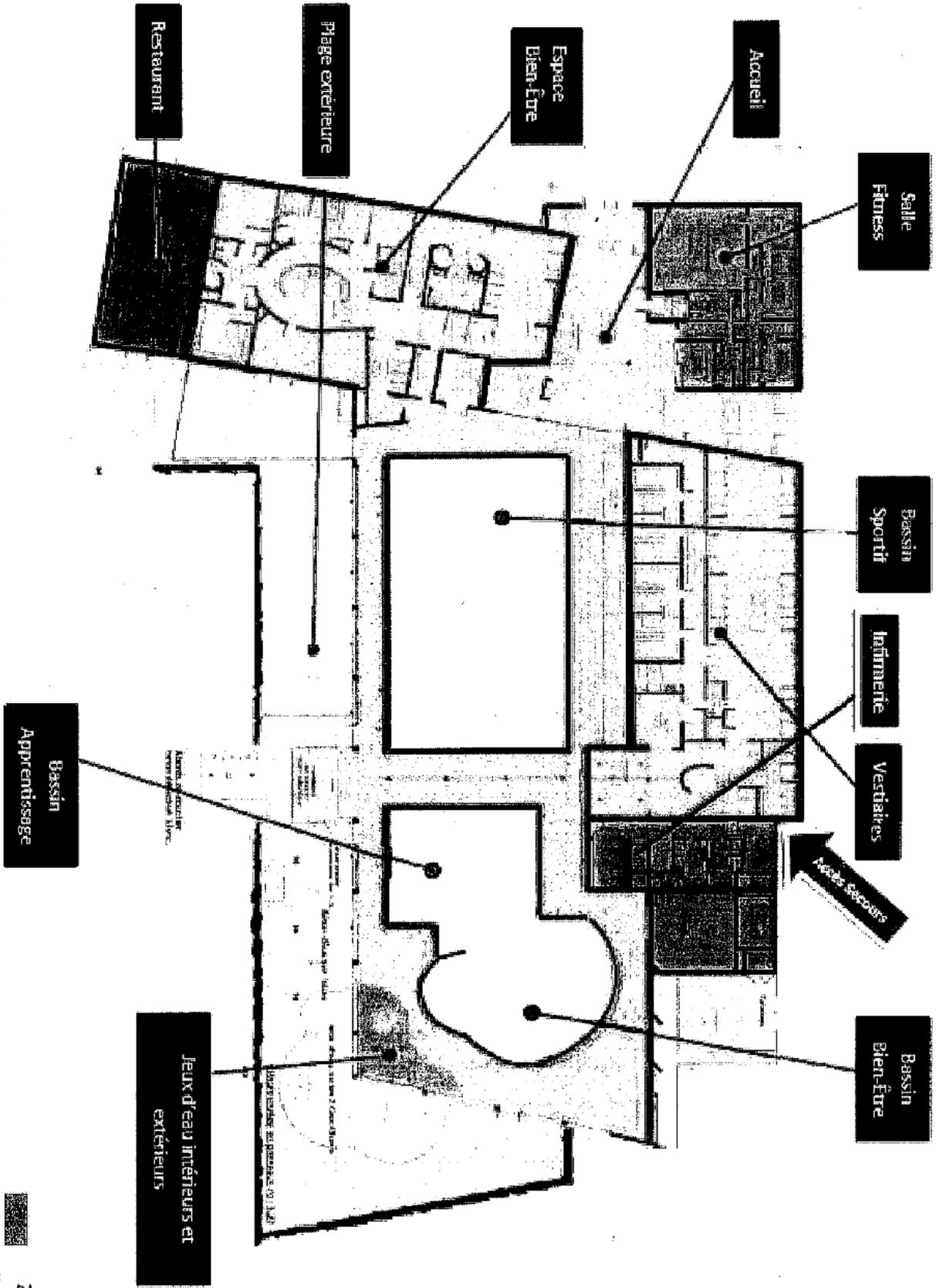
**Consignes** : Départ par deux avec les palmes, le bras tendu vers l'avant du côté de la ligne et l'autre bras le long du corps. Se déplacer sur le ventre en expirant dans l'eau. Inspirer sur le côté en regardant son camarade.

**Variables** : Moulin avec le bras qui était le long du corps

## V- ANNEXES

Dans cette partie, seront présentés :

- 1. Le plan de l'établissement**
- 2. Le questionnaire préparatoire pour le cycle natation.**
- 3. Les feuilles de pré-groupe (remplies par les professeurs à l'issue du questionnaire).**
- 4. Les feuilles de groupe et d'évaluation continue.**
- 5. Un lexique de natation.**
- 6. Le descriptif de la séance 10 « jeux collectifs ».**
- 7. Documents ludiques « la barre du capitaine ».**
- 8. Jeux de mise en activité cycle 2 et 3**
- 9. Informations aux parents bénévoles.**



**LE COMPLEXE DIABOLO**

### Questionnaire préparatoire pour le cycle natation scolaire

Réponds à ce questionnaire avec l'aide de tes parents en entourant la case correspondante.  
Tu as le droit à une seule réponse par question

1- Est-ce que tu es venu(e) à la piscine avec l'école ?

OUI	NON
-----	-----

Si oui, quel diplôme as-tu obtenu ?

Hippocampe	Tortue	Poisson Clown	Dauphin
------------	--------	---------------	---------

2- Quand tu vas à la piscine avec ta famille (parents, grands-parents...) :

a- Comment entres-tu dans l'eau ?

Je ne rentre pas	Par le mur/ échelle	En sautant	En plongeant
------------------	------------------------	------------	--------------

b- Comment te déplaces-tu ?

Les mains accrochées au bord du mur	En t'éloignant de temps en temps du mur	Au moins 10 m sur le ventre ou sur le dos	Au moins 25 m sur le ventre et sur le dos
Avec du matériel (brassards, frites)			

c- Est-ce que tu ...

Mets le menton dans l'eau ?	Mets la tête dans l'eau ?	Vas toucher le fond de la piscine avec de l'aide (échelle) ?	Vas toucher le fond de la piscine sans aide ?
--------------------------------	------------------------------	--	---

Partie réservée à l'enseignant :

Reportez les résultats sur les feuilles de groupe (évaluation diagnostique).  
Il faut au moins deux critères de même couleurs pour valider le niveau.

### Questionnaire préparatoire pour le cycle natation scolaire

Réponds à ce questionnaire avec l'aide de tes parents en entourant la case correspondante.  
Tu as le droit à une seule réponse par question

1- Est-ce que tu es venu(e) à la piscine avec l'école ?

OUI	NON
-----	-----

Si oui, quel diplôme as-tu obtenu ?

Hippocampe	Tortue	Poisson Clown	Dauphin
------------	--------	---------------	---------

2- Quand tu vas à la piscine avec ta famille (parents, grands-parents...) :

a- Comment entres-tu dans l'eau ?

Je ne rentre pas	Par le mur/ échelle	En sautant	En plongeant
------------------	------------------------	------------	--------------

b- Comment te déplaces-tu ?

Les mains accrochées au bord du mur	En t'éloignant de temps en temps du mur	Au moins 10 m sur le ventre ou sur le dos	Au moins 25 m sur le ventre et sur le dos
Avec du matériel (brassards, frites)			

c- Est-ce que tu ...

Mets le menton dans l'eau ?	Mets la tête dans l'eau ?	Vas toucher le fond de la piscine avec de l'aide (échelle) ?	Vas toucher le fond de la piscine sans aide ?
--------------------------------	------------------------------	--	---

Partie réservée à l'enseignant :

Reportez les résultats sur les feuilles de groupe (évaluation diagnostique).  
Il faut au moins deux critères de même couleurs pour valider le niveau.

# FEUILLE DE PRE-GROUPE

COULEUR : \_\_\_\_\_

JOUR ET HEURE: \_\_\_\_\_

NOM - PRENOM	ENTRER				SE DEPLACER				S'IMMERGER				NIVEAU (année précédente)	NIVEAU (après éval diagnostique)
	Je ne rentre pas dans l'eau	Par échelle/mur	En sautant	En plongeant	2 mains accrochées au mur	Tête dans l'eau au moins 1m avec ou sans le mur	...m sur le ventre	...m sur le dos	Jusqu'au menton	En mettant la tête sous l'eau	En ramassant un objet à l'aide (échelle,perche) objet à 1m50 avec	En ramassant un objet à 1m80, sans aide		
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														
21														







# GROUPE : Dauphin

JOUR et HEURE

INTERVENANT

	NOM - PRENOM	Classe	PRESENCES											TESTS : Mettre une croix quand le critère est validé						
			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	S.4&5	S.6&7	S.6&7	S.6&7	S.8			
1															Plongeon + maintien de la position jusqu'à la surface	25m ventral avec une roulade avant au milieu	Ramasser un objet à 1m80 en plongeon canard	Enchaînement 25m ventral + 25m dorsal	Pallier 2	Je sais aussi
2																				
3																				
4																				
5																				
6																				
7																				
8																				
9																				
10																				
11																				
12																				
13																				
14																				
15																				
16																				

## Lexique natation scolaire

**Roulade avant** : Départ accroupi, poser les mains sur le tapis. Regarder le nombril, coller le menton à la poitrine. Rentrer dans l'eau la nuque en premier et tourner sur soi même.

**Rotation arrière** : S'asseoir au bord du tapis, prendre appuis avec ses mains sous celui-ci et s'élancer vers l'arrière avec ses jambes pour effectuer la rotation.

**Œuf** : Orteils accrochés au bord et mains aux chevilles, tête rentrée, se laisser tomber en maintenant la position durant la chute.

**Arbre droit** : Basculer vers l'avant afin de poser les mains au sol, relever les jambes pour mettre le corps en position verticale.

**Glissée ventrale** : Départ épaules et tête dans l'eau, bras tendus derrière les oreilles et mains collées. Pousser contre le mur avec ses pieds en gardant la position horizontale sans bouger.

**Glissée dorsale** : Départ épaules et oreilles dans l'eau. Pousser contre le mur avec ses pieds en gardant la position horizontale sans bouger. Les bras restent dans l'alignement du corps.

**Plongeon canard** : Basculer vers l'avant et relever ses jambes afin d'aller toucher le fond de la piscine avec les mains.

**Fleche/fusée ventrale** : Se déplacer avec les jambes en gardant les bras tendus derrière les oreilles et mains collées. Le regard dirigé au fond de l'eau.

**Fleche/ fusée dorsale** : Se déplacer avec les jambes en gardant les bras tendus derrière les oreilles et mains collées. Le regard dirigé vers le plafond.

**Plongeon** : Bras en flèche, tendus derrière les oreilles. Rentrer dans l'eau la tête première en poussant sur les jambes.

**Axe tonique** : Maintenir la tête, les bras, le tronc et les jambes sur le même axe.

**Corps flottant** : être capable de laisser l'eau agir sur son corps et l'équilibrer.

**Corps projectile** : Adopter un fonctionnement qui permette de passer à travers l'eau avec le moins de résistance possible.

**Corps propulseur** : Conserver la posture qui permet de passer efficacement à travers l'eau tout en mobilisant ses membres pour se ré-accélérer.

**Boule** : Genoux groupés, maintenir ses jambes avec ses bras en gardant la tête rentrée.

**Remontée passive** : Remontée à la surface sans bouger.

**Mole méduse** : Tête avec le regard vers le bas et le corps tout mou.

**Allumette** : Rentrer dans l'eau par les pieds en ayant le corps le plus droit possible avec les bras le long du corps.

**Crocodile** : Se déplacer avec les mains en restant allongé sur la banquette.

**Apnée** : Rester immobile ou se déplacer, la tête dans l'eau le plus longtemps possible.

## Séance 10 , séance de réinvestissement

### Jeu collectif : Les déménageurs

**But du jeu les déménageurs** : Récupérer le plus rapidement possible les objets flottants et immergés à différentes profondeurs dans le bassin. Les déposer sur le tapis. La première équipe qui dépose tous ses objets sur le tapis remporte la manche.

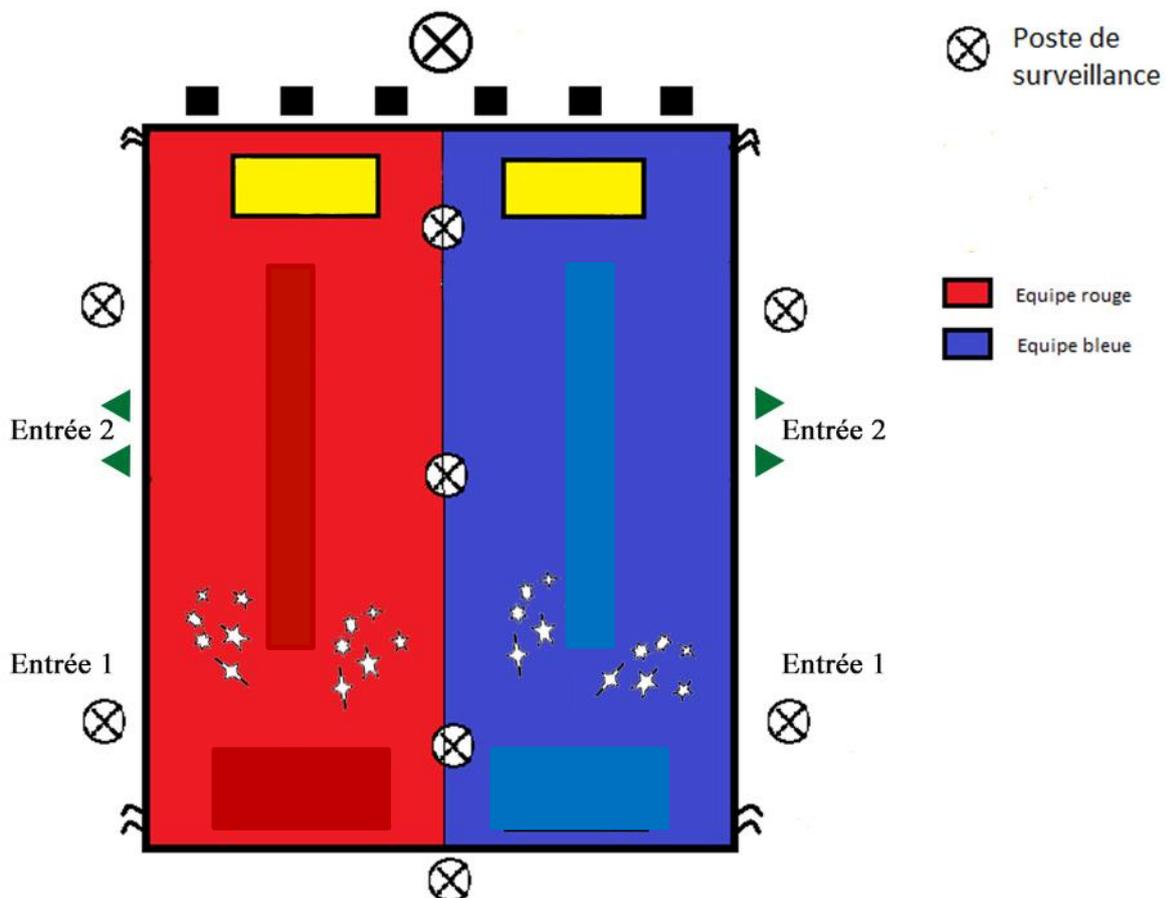
**But du jeu la balle brûlante** : Récupérer le plus rapidement possible les objets flottants et immergés à différentes profondeurs dans le bassin. Les envoyer dans le camp adverse. L'équipe gagnante est celle qui a le moins d'objets dans son camp dans le temps imparti.

**Nombre de manches** : 3 de 5 minutes environ. 1° : tous les objets sont déposés sur le tapis. 2° : mêmes consignes pour la revanche. 3° : mêmes dispositions, jeu de la balle brûlante pour départager les 2 équipes.

**Niveau** : les élèves de tous les groupes Hippocampes, Tortues, Poissons Clown, Dauphins sont mélangés

**Matériel** : grands tapis, objets flottants en surface et immergés à différentes profondeurs, plots, matériel d'aide à la flottaison

#### Aménagement du bassin sportif :





# Le chat flottant

## But :

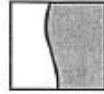
*Echapper au chat en se maintenant en surface  
(sans appui plantaire)*

## Aménagement :

Les élèves sont dispersés.

Un chat est désigné

Les matériels « flottent » sur le bassin



### Matériel

- Des planches,
- Des frites

## Consignes :

Les souris se promènent entre les objets. Au signal du meneur, le chat entre en jeu (fin d'une comptine par exemple) et se déplace vers les souris. Pour échapper au chat, les souris doivent s'accrocher à une planche ou une frite (les pieds ne touchent pas le sol).  
La souris touchée prend la place du chat.

## Critères de réussite :

Rester souris le plus longtemps possible

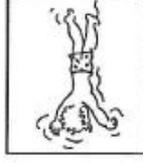
## Etape 1

### Activités aquatiques

*Entrée dans l'activité*

#### Savoirs à construire :

Tenir un équilibre à l'aide d'un objet flottant



## Comportements attendus

Accepter de s'éloigner du bord.

## Variantes

### □ Matériel :

- On peut n'utiliser que des appuis flottants (chaque souris choisit et se déplace avec l'appui flottant).
- On peut placer des gros tapis auxquels les souris ont le droit de s'accrocher

- **Actions motrices** : Si chaque souris a sa planche, (voir variante ci dessus, demander des équilibres ventraux ou dorsaux)

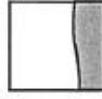
# La ronde

## But :

Réaliser ensemble une ronde apprise en classe

## Aménagement :

Les enfants se tiennent par la main en ronde



**Matériel**  
Aucun

## Consignes :

Chanter et danser une ronde ensemble.  
La capucine par exemple où au signal, tous les enfants s'accroupissent ensemble.

## Critères de réussite :

Tous réagissent au signal

## Etape 1

## Activités aquatiques

*Entrée dans l'activité*

### Savoirs à construire :

Se familiariser avec le milieu  
S'immerger la tête même partiellement



## Comportements attendus

- 1) Oser quitter le bord du bassin (accepter de se déplacer en ayant de l'eau autour de soi)
- 2) Puis, immersion de tous les enfants même furtivement

## Variantes

### □ Actions motrices :

- Changer de forme de déplacement : courir, reculer, en gardant les épaules dans l'eau, de plus en plus vite
- « Le carrousel » : En ronde 1 enfant sur 2 perd les appuis au sol et se met sur le ventre et sur le dos. La ronde peut tourner.

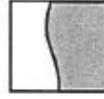
# La course des traîneaux

## But :

Se déplacer le plus rapidement possible par 2 avec l'un des 2 sans appui plantaire.

## Aménagement :

Par 2



### Matériel

Frites ou planches

## Consignes :

L'un tire son partenaire par l'intermédiaire d'une frite (placée sous les aisselles) ou d'une planche. (le partenaire peut être sur le ventre ou sur le dos)  
Peut se faire sous forme de relais

## Critères de réussite :

Pour l'élève entraîné ne pas poser les pieds au sol.

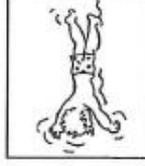
## Etape 1

## Activités aquatiques

*Entrée dans l'activité*

### Savoirs à construire :

Trouver un équilibre ventral ou dorsal dans un déplacement



## Comportements attendus

Sur la position ventrale, mettre la tête dans l'eau pour trouver l'alignement

## Variantes

- Matériel** : Avec 2 frites
- Actions motrices** :
  - l'élève sur le ventre peut se tenir à la taille de son partenaire (pas de frite)
  - l'élève entraîné peut être sur le dos.
  - On peut aussi pousser son partenaire qui tient une planche à bout de bras (pour réussir l'élève doit s'appuyer sur la planche et non « l'appuyer »)
- Règles** :
  - Trouver toutes les formes de déplacement par 2 avec un élève tiré par l'autre

# La chasse à la baleine

## But :

*Ne pas se laisser enfermer dans le filet*

## Aménagement :

Les élèves sont sur le bord



Au milieu du bassin, un « filet » constitué de 4 élèves se donnant la main= filet ouvert

**Matériel**  
Aucun

## Consignes :

Au signal « baleines sortez ! » donné par le meneur, les baleines sortent de leur refuge pour rejoindre l'autre bord. Les élèves enfermés dans le filet (les élèves du filet doivent fermer leur ronde autour des baleines), sont pris et deviennent eux aussi « filets ». Ils constituent au fur et à mesure du jeu, des filets de 4 joueurs. Pour s'échapper, la baleine peut passer dans les « mailles » du filet (= sous les bras des joueurs) avant que le filet ne se referme complètement sur lui.

## Critères de réussite :

Faire le plus d'allers et retours sans être pris dans les filets.

## Etape 1

### Activités aquatiques

*Entrée dans l'activité*

#### Savoirs à construire :

Mettre la tête dans l'eau



## Comportements attendus

Les enfants se déplacent rapidement en marchant et en prenant des appuis avec les mains dans l'eau pour aller plus vite  
Mettre la tête complètement dans l'eau même furtivement.

## Variantes

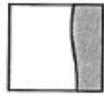
- Milieu** : Peut se jouer en moyenne profondeur (plus d'immersion)
- Nombre de joueurs** : Varier le nombre de joueurs pour constituer les filets.
- Règles** : pour rester dans de bonnes conditions d'apprentissage, l'enseignant dans l'eau fait partie de la chaîne, il remet progressivement dans le camp des baleines les élèves pris, de sorte qu'il y ait toujours 4 à 5 élèves-filet.

# Plouf a dit ....

## But :

Obéir aux consignes données par le meneur de jeu uniquement quand elles sont précédées de « Plouf a dit... »

## Aménagement :



Enfants dispersés

## Matériel

Aucun

## Consignes :

Comme « Jacques a dit... », l'enseignant indique ce qu'il faut réaliser. Il peut centrer ses consignes sur l'équilibration (tenir le bord avec une main, sauter sur un pied, faire l'étoile sur le ventre ...) ou l'immersion (se mettre accroupi, faire des bulles...)

## Critères de réussite :

Répondre aux consignes données par le meneur sans se tromper.

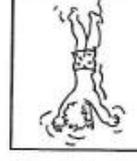
## Etape 1

## Activités aquatiques

*Entrée dans l'activité*

### Savoirs à construire :

Se familiariser  
Répondre rapidement aux demandes



## Comportements attendus

L'enfant accepte (avec ou sans l'aide de matériel) de :

- modifier son équilibre
- souffler dans l'eau
- S'immerger de façon volontaire
- Ouvrir les yeux sous l'eau

## Variantes

- **Matériel** : Utiliser du matériel adapté : frites , planches....

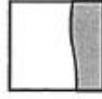
# Le filet du pêcheur

## But :

Passer entre les mailles du filet

## Aménagement :

Groupe de 10 à 12 enfants



**Matériel**  
Aucun

Les pêcheurs font la ronde en se tenant par la main. Ils peuvent chanter ou raconter une histoire. Ils conviennent d'un signal (visuel ou un mot déclencheur dans l'histoire) pour la fermeture du filet.

## Consignes :

Pendant que l'on raconte la comptine ou que l'on chante la chanson, les poissons se déplacent dans et en dehors du filet, en passant entre les mailles. Au signal, les pêcheurs ferment le filet en s'accroupissant et en baissant les bras.

## Critères de réussite :

Faire le plus de sorties et entrées dans le filet. (compter le nombre de traversées)

## Etape 1

### Activités aquatiques

*Entrée dans l'activité*

#### Savoirs à construire :

Mettre la tête dans l'eau



## Comportements attendus

Oser quitter le bord du bassin (accepter de se déplacer en ayant de l'eau autour de soi).

Mettre la tête complètement dans l'eau même furtivement.

## Variantes

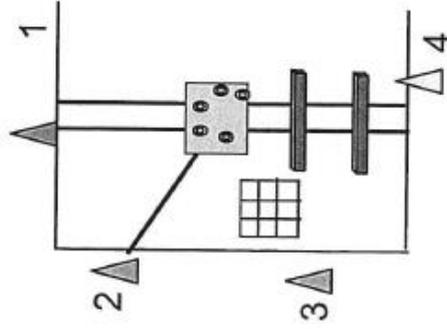
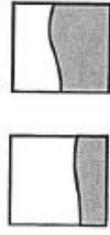
- Matériel** : Les poissons peuvent être munis de masques.
- Exigences** : en tant que situation d'apprentissage, on peut demander aux élèves de passer sous les bras baissés.
- Les règles du jeu** :
  - On peut remplacer la comptine par une suite numérique.
  - Les poissons pris peuvent venir se joindre aux pêcheurs et on considère comme gagnant le poisson qui reste libre en dernier (inconvenient : ce sont les élèves qui réussissent le mieux qui ont « le droit de jouer ! »)

# Les chemins du trésor

## But :

Ramener un objet dans sa caisse en choisissant son chemin

## Aménagement :



### Matériel

- Cônes de couleur pour matérialiser les chemins
- des chouchous de mêmes couleurs sur un tapis flottant au centre du bassin
- Des chemins de halage (2 cordes tendues (avec ou sans obstacles ex des frites ou des tapis), une cage, une ligne d'eau..

## Consignes :

Choisir un chemin identifié par une couleur, suivre le chemin et prendre un chouchou de la couleur avant de revenir par le même chemin.

## Critères de réussite :

Avoir au moins 2 chouchous par couleur.  
Avoir au moins 3 couleurs différentes

## Etape 1

### Activités aquatiques

*Situation de référence*

### Savoirs à construire :

Se déplacer avec un appui sans toucher le fond



## Comportements attendus

L'élève investit différents espaces aquatiques  
Il accepte de varier ses chemins  
Il réussit à s'allonger épaules dans l'eau

## Variantes

### Matériel :

- Ajouter des obstacles (ex passer dans des cerceaux accrochés aux cordes)
- Jouer sur l'inclinaison des chemins de halage (plus ou moins profonds)
- **Les autres joueurs** : Peut se jouer par équipes
- **Les règles** : Si la cage est éloignée, on peut donner un bonus (2 chouchous au lieu d'un)

## Situations d'entrée dans l'activité cycle 3

Les balles brûlantes
<b>Objectifs</b> : explorer des situations d'entrée dans l'eau, d'immersion et de déplacements
<b>But</b> : renvoyer les balles dans le camp adverse.
<b>Dispositif</b> : 4 équipes et 4 camps En moyenne profondeur
<b>Matériel</b> : des objets flottants en nombre suffisant
<b>Consignes</b> : envoyer les objets dans le camp adverse
<b>Critères de réussite</b> : après un temps imparti, avoir moins d'objets dans son camp que dans le camp adverse
<b>Variables</b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>• varier les objets : ajouter des objets qui coulent</li> <li>• possibilité d'utiliser la grande profondeur</li> </ul>

Le chalut
<b>Objectifs</b> : explorer des situations d'entrée dans l'eau, d'immersion et de déplacements
<b>But</b> : <b>Pour les poissons</b> : s'échapper du filet <b>Pour les pêcheurs</b> : retenir les poissons prisonniers.
<b>Dispositif</b> : 4 pêcheurs et 4 poissons 4 pêcheurs en ronde se tiennent par la main au ras de l'eau. Les poissons essaient de sortir du filet.(entre les jambes des pêcheurs, par-dessus le filet) En moyenne profondeur
<b>Matériel</b> : des objets flottants en nombre suffisant
<b>Consignes</b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pour les poissons</b> : s'échapper du filet par différents moyens.</li> <li>• <b>Pour les pêcheurs</b> : retenir les poissons prisonniers.</li> </ul>
<b>Critères de réussite</b> : après un temps imparti, compter les poissons retenus prisonniers.
<b>Variables</b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Changer les rôles.</li> <li>• Rapport poissons/pêcheurs</li> <li>• Varier les profondeurs.</li> </ul>

### Le loup et l'agneau

**Objectifs** : explorer des situations d'entrée dans l'eau, d'immersion et de déplacements

**But** :

**Pour le loup**: attraper l'agneau

**Pour l'agneau** : fuir, esquiver, éviter d'être attrapé par le loup

**Dispositif** : des équipes de 5 joueurs, 3 joueurs forment les maillons de la chaîne, l'agneau est attaché au bout de cette chaîne. Le loup doit essayer d'attraper l'agneau. L'agneau doit éviter le loup sans que la chaîne se brise.

En petit bain et moyen bain. Les maillons de la chaîne et l'agneau se tiennent par la main.

**Matériel** : pas de matériel

**Consignes** :

- **Pour l'agneau** : tu dois échapper au loup sans rompre la chaîne.
- **Pour le loup**: tu dois attraper l'agneau et le ceinturer.

**Critères de réussite** : agneau attrapé ou pas .

**Variables** :

- Changer les rôles.
- Introduire un deuxième loup

### Le vide camp

**Objectifs** : explorer des situations d'entrée dans l'eau, d'immersion et de déplacements

**But** : Vider la caisse du camp adverse

**Dispositif** : 4 équipes, 4 camps

**Matériel** : des objets en grand nombre, des paniers à linge, des bonnets de couleur

**Consigne** : aller chercher les objets dans le panier adverse et les déposer dans le panier de son camp.

**Critères de réussite** : à la fin du temps imparti, comparer le nombre d'objets dans chacun des paniers

**Variables** :

- Introduire un requin clairement identifié qui capture les poissons au retour dans leur camp. Le joueur touché doit reposer l'objet et en reprendre un autre.
- Possibilité d'utiliser la grande profondeur.

# Sortie natation avec une classe

## Document à destination des bénévoles

L'activité s'inscrit dans un projet de classe et d'école en appui des programmes.

### 1. Aspects administratifs

L'agrément est une habilitation ponctuelle pour collaborer à l'enseignement de la natation auprès de l'enseignant sur un projet donné et pour un temps donné

La session d'information-formation est valable pour 5 ans.

**Seuls les bénévoles accompagnateurs bénévoles agréés sont habilités à collaborer à l'enseignement de la natation auprès de l'enseignant.**

La demande d'agrément est faite par le directeur après que les bénévoles accompagnateurs ont suivi la session de formation pratique et théorique et qu'ils ont satisfait au test pratique de natation. L'agrément est donné par le Directeur Académique des Services Départementaux de l'Education Nationale, après vérification de l'honorabilité de chaque bénévole.

Les taux minimum d'encadrement

	Maternelle et maternelle + élémentaire	Elémentaire
Moins de 20 élèves	2 encadrants	2 encadrants
De 20 à 30 élèves	3 encadrants	2 encadrants
Plus de 30 élèves	4 encadrants	3 encadrants

### 2. La gestion de la sécurité

Il est impératif de :

- Vérifier la présence effective du MNS de surveillance au bord du bassin
- Respecter les consignes de sécurité données par l'enseignant et/ou le MNS et affichées dans la piscine (ne pas courir ...)
- Ne laisser entrer les élèves dans l'eau qu'au signal de l'enseignant ou du MNS
- Connaître le nombre d'élèves confiés et en avoir la liste (aucun élève ne change de groupe).
- Veiller à ce que tous les élèves sortent au signal de l'enseignant ou du MNS et quitter le bassin ou ses abords en dernier.

L'intervenant doit :

- Vérifier régulièrement que tous les élèves de son groupe sont présents.
- Compter les élèves à l'entrée et à la sortie du bassin.
- Mettre en œuvre l'organisation prévue pour les trajets aux toilettes.
- Avoir tous les élèves de son groupe en vue en permanence, ne pas tourner le dos au groupe.
- Durant la séance, être attentif aux signes « de panique », « de malaise », de fatigue et de refroidissement possibles ainsi qu'aux élèves « casse-cou ».
- Interdire le retour d'un élève seul des vestiaires vers le bord du bassin, une fois la séance terminée.

### **3. Informations pédagogiques**

L'intervenant doit utiliser les contenus de la séance préparée par l'enseignant en collaboration avec le MNS :

- Supprimer les explications techniques longues et fastidieuses.
- Rassurer, encourager calmement, dédramatiser (« c'est bien », « tu vas y arriver », « essaie encore une fois »...)
- Agir dans l'eau de manière exceptionnelle pour résoudre un problème. Si un élève est en difficulté dans l'eau, réagir calmement le plus rapidement possible (garder une frite à proximité ou une perche) et/ou interpeler le MNS de surveillance.
- Réduire les files d'attente hors de l'eau.

**Avant la séance**, l'intervenant bénévole connaît la séquence, son objectif et les tâches qu'il doit encadrer.

Prendre le matériel utile à la séance, avant que les élèves soient dans l'eau.

**Pendant la séance**, l'intervenant bénévole suit les consignes données par l'enseignant et/ou le MNS. Le dispositif proposé doit permettre à l'élève : d'être actif, de développer son autonomie et son initiative, de s'évaluer (échec ou réussite). Le temps de pratique doit être maximal. L'intervenant veille à ce que tous aient entendu les consignes.

**Après la séance**, un bilan doit être transmis à l'enseignant. Ne pas hésiter à interroger les MNS sur la mise en œuvre, le contenu, ils sont des partenaires privilégiés.