

Projet Scolaire natation C1 C2



 **AQUADOMBES**

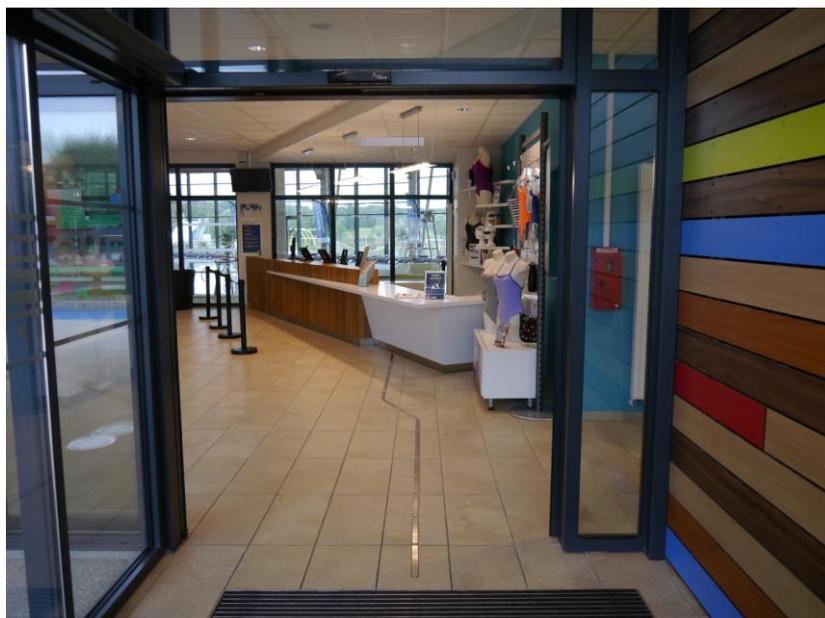
Hall d'entrée vu de l'extérieur

Les élèves arrivent devant l'entrée.



Hall d'accueil :

Les élèves entrent et sont accueillis par les hôteses.



Feuille d'émargement :

Les enseignants émargent sur le cahier mis à disposition par les hôtesse d'accueil.



Portique :

Les élèves passent le portique qui est ouvert.



Les élèves traversent cette zone en gardant leurs chaussures.



Porte d'accès au couloir des vestiaires collectifs :

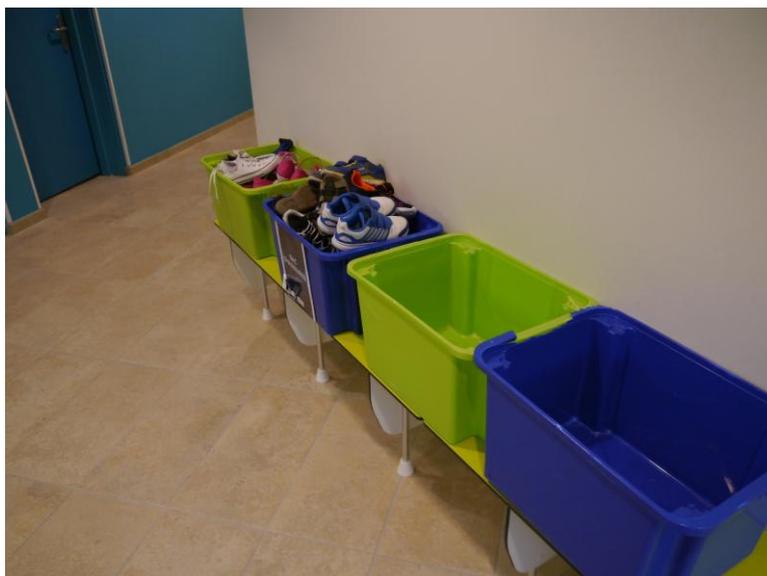


Couloir d'accès aux vestiaires collectifs :



Bacs de rangement pour les chaussures :

Les élèves déposent leurs chaussures dans les bacs à disposition avant de pénétrer dans les vestiaires collectifs.



Portes d'entrées des vestiaires collectifs : 2 vestiaires

Un vestiaire filles, un vestiaire garçons ou un vestiaire par classe (au choix de l'enseignant)



Dans les vestiaires collectifs :

- Un placard à disposition fermant à clef
- Une cabine individuelle adulte



Casiers de rangement :

Les élèves une fois en maillot de bain, déposent leurs vêtements dans les casiers.

Ils prennent leur bonnet et leur serviette qui sera déposée dans un bac à disposition.



Les toilettes :

Une fois en tenue, les élèves passent aux toilettes.



Couloir donnant sur les douches :



Les douches :

Passage obligatoire sous la douche avant de rejoindre le bassin.



Le pédiluve :

Les élèves passent par le pédiluve avant de se rendre au bord du bassin.



Accès bassin et banc :

Les élèves viennent s'asseoir sur le banc pour écouter les explications des MNS. Les élèves devront mettre un sur bonnet de couleur (une couleur par classe)



Vue d'ensemble du bassin sportif :

Les élèves ont une vue d'ensemble de l'installation pédagogique.



Pataugeoire :

Peut être utilisée en cas de besoin pour un travail spécifique (peur de l'eau, maternelle....)



CONDUITE A TENIR POUR L'ENFANT

ETAPE 1 : Je prépare mon sac de piscine à la maison : maillot de bain, bonnet de bain, lunettes de piscine, serviette et gel douche



ETAPE 3 : Passer aux toilettes te permettra d'être plus à l'aise pour nager et t'évitera de devoir sortir de l'eau en cours de séance



ETAPE 2. • Pas de chaussures à l'extérieur du vestiaire, ton maillot de bain doit être propre. Pense à bien ranger, tes vêtements ta serviette pour ne pas les retrouver sales et mouillés



ETAPE 4 : Prendre une douche avant de rentrer dans l'eau permet d'éliminer peaux mortes et bactéries



ETAPE 6 'Se rincer les pieds dans le pédiluve élimine les derniers microbes, c'est plus propre pour les plages



ETAPE 5 : Mettre un bonnet de bain empêche de perdre des cheveux dans l'eau et boucher les filtres de la piscine



ETAPE 9 : Sèche bien ton corps avant de te rhabiller pour éviter champignons et mycoses. Pour conserver le vestiaire propre, il est obligatoire de remettre tes chaussures dans la zone prévue à cet effet.



ETAPE 8 : Après la baignade, pense bien à te rincer entièrement sous la douche, tu conserveras un bon souvenir de la baignade.



Organisation générale pour les enseignants



AVANT LA SEANCE : en arrivant à la piscine

- A l'accueil dès l'arrivée, inscrire le nombre d'enfants présents et **signer la feuille d'émargement.**
- Dans les vestiaires, **faire respecter les règles** : rangement des affaires, passage aux sanitaires, comportement adapté.
- Passer sous la douche et dans le pédiluve.
- Attendre que le maitre-nageur permette l'accès au bassin.
- Assoir les élèves sur les bancs à gauche en entrant au bord du bassin.
- Mettre les « sur bonnets » de couleurs distribués à l'entrée (1couleur par classe)
- Signaler au Maitre-Nageur toute blessure d'un élève.

PENDANT LA SEANCE : à la piscine

Domaine des règles de sécurité

- **Connaître obligatoirement le nombre d'élèves de son groupe ou de sa classe** et le vérifier régulièrement (lors des changements d'ateliers, en début et fin de séance...)
- Garder, dans son champ de vision, l'ensemble du groupe
- Porter attention aux signes de froid, de fatigue et d'anxiété, faire sortir un enfant de l'eau si nécessaire
- Pour passer aux toilettes : l'enfant doit avertir l'enseignant, un parent peut l'accompagner, ou l'enfant peut s'y rendre avec un camarade (selon l'âge des élèves)

Pour les élèves :

Se déplacer sans courir dans l'enceinte de la piscine

Ne pas crier

Ne pas s'appuyer sur un camarade

Ne pas pousser

2 coups de sifflet = danger

3 coups de sifflet = fin de séance : je sors de l'eau le plus vite possible au bord le plus proche.

EN FIN DE SEANCE : à la piscine

- Après le signal de sortie de l'eau par le maître-nageur, les enfants rejoignent le point de rassemblement en rang 2 par deux pour être comptés.
- Faire un rapide retour sur la séance avec les MNS.
- A la sortie, **signer à nouveau la feuille d'émargement**

Règles de sécurité liées au matériel :

1. **Avoir toujours une perche ou une frite à portée de main**
2. **Pour passer sous un tapis à trou, les enfants doivent d'abord poser la frite sur le tapis, passer dessous, puis récupérer la frite**
3. **Règles de fonctionnement annoncées aux élèves :**

Exemples : 1 par tapis, pas plus de 2 entre les cordes, je pars quand mon camarade arrive au milieu de la ligne...etc....)

4. **Un seul enfant par tapis**

Domaine de l'intervention pédagogique

Les enseignants doivent connaître le projet pédagogique et avoir préparé chaque séance en classe.

Gestion du groupe :

- Connaître l'organisation générale (fonctionnement, rotations) et mettre en œuvre les situations prévues dans le module. C'est le maître-nageur qui est le gardien du temps, il signale les rotations.
- Connaître les caractéristiques des aménagements
- Regrouper les élèves pour leur donner les consignes, si nécessaire demander à l'un d'entre eux d'exécuter la tâche demandée
- Préciser l'organisation : indiquer le lieu de départ (cônes verts) et d'arrivée (cônes rouges)
- Laisser aux élèves le temps d'essayer, d'expérimenter, de trouver leur façon de faire pour réussir ce qui est demandé
- Eviter de faire sortir trop souvent les élèves de l'eau
- **Les élèves doivent passer un maximum de temps dans l'eau et être tous actifs ;**
l'enchaînement d'actions est à rechercher
- Prendre en compte le niveau des élèves et adapter la tâche : la simplifier ou la complexifier
- Préciser à chaque adulte agréé son rôle à tenir (dans l'eau, au bord du bassin / conduite à tenir)

■ Organisation pédagogique

- Une séance en 3 temps :

Avant en classe	Pendant, à la piscine	Après en classe
-----------------	-----------------------	-----------------

- Une entrée ritualisée dans l'activité
- Une structure stable de la séance : une entrée dans l'activité rapide, un bilan rapide avec le MNS.

Avant la séance :

Présenter le dispositif : celui-ci doit être travaillé en classe. L'enseignant doit laisser suffisamment de temps à l'élève pour qu'il s'approprie et se représente le dispositif dans lequel il va évoluer.

Pour l'enseignant : donner les critères de réussite, prendre connaissance des différentes possibilités de simplifier/complexifier un parcours

Pour les élèves : connaître ce qui est à faire

Aborder le registre émotionnel lié à cette activité : peur de l'eau, angoisse de se noyer...**verbaliser** pour rassurer. Possibilité de s'appuyer sur des albums (oral/production d'écrits).

Proposer des activités en sciences (cf. fiches de l'album à nager) qui seront sources d'expériences à la piscine : coule/flotte ; vider l'air /remplir d'air ; rôle des poumons ...

Présenter à l'élève les différents adultes présents dans la piscine,

Cela signifie que l'élève doit :

- Connaître le rôle des différents adultes présents (le maître est là aussi pour m'aider, le maître-nageur sur sa chaise surveillance et siffle en cas de problème, le maître-nageur qui me fait travailler peut aussi m'aider en cas de besoin. Il est là pour m'aider à mieux me déplacer, m'immerger, etc.)
- Savoir qu'il peut s'adresser aux différents adultes s'il a quelque chose à demander ou une remarque à formuler

Présenter les règles de sécurité, de fonctionnement et d'hygiène. L'enseignant et les adultes doivent faire identifier et faire respecter ces règles par les élèves.

Pendant la séance : un temps maximum dans l'eau !

Après la séance :

L'élève doit pouvoir exprimer ce qu'il ressent :

- Permettre à un élève de construire sa sécurité active, c'est également lui permettre d'exprimer ses doutes, ses craintes, ses envies, c'est prendre le temps de cerner ses représentations sur ce qu'il vit à la piscine (représentation des propriétés de l'eau). Pour cela, il faut lui permettre d'en parler, notamment au début afin qu'il puisse exprimer ce qu'il ressent et, par un travail de comparaison entre ce qu'il énonce, ce qu'il perçoit et ce qu'il réalise effectivement, lui permettre de faire évoluer (si besoin est) ses représentations.
- Des outils peuvent servir de supports : « **l'album à nager** » aux éditions EPS, vidéos, albums...

L'élève doit pouvoir se mettre en projet pour la séance à venir :

- Préparer la séance suivante en classe.
- Utiliser un cahier du nageur pour garder des traces/mesurer ses progrès, identifier ce que l'on sait

faire.

Fiche connaissance

■ Différences entre le milieu terrien et le milieu aquatique

Forme de l'équilibre global	Vertical (sur terre)	Horizontal, oblique (dans l'eau)
Ventilation (respiration)	<p>Un temps d'inspiration équivalent au temps d'expiration</p> <p>Aucune résistance à l'expiration (expiration passive)</p> <p>Une utilisation préférentielle du nez</p> <p>Une ventilation spontanée</p>	<p>Une inspiration brève et massive en raison d'une expiration longue et totale, qui met en jeu le volume de réserve expiratoire</p> <p>Une expiration qui doit vaincre une résistance certaine (expiration active)</p> <p>Une utilisation majoritaire de la bouche</p> <p>Une ventilation dont l'organisation (entre expiration et inspiration) est à construire</p>
Vision	<p>Organisatrice des déplacements grâce à une prise d'informations situées en avant de la personne</p>	<p>Organisatrice et correctrice des déplacements dans l'évolution sous-marine, plutôt correctrice dans les déplacements nagés grâce à une prise d'informations situées en oblique avant en déplacement ventral et légèrement en arrière et vers le haut en déplacement dorsal</p>
Schéma corporel	<p>Construit depuis la naissance (avant ?) grâce à l'ensemble des récepteurs et éléments participant à la régulation posturale</p>	<p>A modifier en raison des nouvelles forces auxquelles est soumis le corps du nageur : poussée d'Archimède, résistances</p>
Propulsion	<p>Très majoritairement assurée par les jambes</p> <p>Construite sur des surfaces, très majoritairement stables et permettant des appuis fermes</p> <p>Aucune résistance à vaincre</p>	<p>Très majoritairement assurée par les bras</p> <p>Construite sur un liquide aux propriétés physiques particulières et permettant des appuis fuyants qu'il faut apprendre à utiliser</p> <p>Plusieurs résistances à vaincre (frontale (maître-couple), de forme, de frottement, etc.)</p>
Equilibration	<p>Une tête verticale qui implique un regard horizontal</p> <p>Par les bras, avec une importance fondamentale apportée par les repères plantaires</p>	<p>Par les jambes, avec une disparition totale des repères plantaires</p>
Repères spatiaux	<p>Si la perception des 3 dimensions est effective avec un haut, un bas, un devant, un derrière, une droite et une gauche, l'utilisation corporelle de la dimension verticale n'est pas possible (hormis pour des temps ultra courts)</p>	<p>L'élève peut et doit prendre certains repères ou informations au-dessus ou au-dessous de lui, dans des zones où il peut être amené à évoluer</p>

▪ Les 3 étapes à construire pour l'élève

Le corps flottant

La première étape est celle du **corps flottant**. L'élève va progressivement construire un équilibre spécifique au milieu aquatique qui est fondamentalement différent de l'équilibre terrestre en raison de l'existence de la poussée d'Archimède.

Pour cela, Raymond Catteau préconise d'abandonner le matériel de flottaison et de réaliser les premiers apprentissages au grand bassin. Bien sûr, ceci se fera au départ grâce à des appuis solides (goulotte, rebord, perches) mais permettra d'abandonner immédiatement les appuis des pieds au sol et de favoriser ainsi la construction de ce nouvel équilibre aquatique.

On peut considérer que le corps flottant est acquis lorsque l'élève peut se laisser flotter et modifier la forme de son corps pour changer sa position dans l'eau.

Le corps projectile

L'étape suivante consiste à construire le **corps projectile** c'est-à-dire la capacité à se positionner pour passer à travers l'eau avec un minimum de freinage. Le plongeon, réalisé dans une position profilée, est la forme la plus aboutie du corps projectile.

Le corps propulseur

Enfin, l'étape du **corps propulseur** consistera à se déplacer de plus en plus efficacement grâce à l'action des bras et des jambes puis à synchroniser sa respiration pour pouvoir prolonger ce déplacement. Le crawl et le dos sont abordés en premier car ils permettent d'assurer plus facilement le maintien du corps projectile. La brasse, qui était traditionnellement la première nage enseignée, est abordée en fin d'initiation car elle s'écarte de la logique commune aux autres nages où les bras assurent l'essentiel de la propulsion.

Une pédagogie « active »

C'est par les exercices proposés et par la définition des critères de réussites que le maître va inciter l'élève à se transformer. A lui de trouver les moyens de résoudre la tâche proposée (comment réaliser la coulée la plus longue possible par exemple), d'expérimenter différentes solutions possibles et de sélectionner celle qui est la plus efficace.

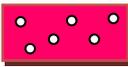
L'enseignement de la natation suit ainsi l'évolution de la pédagogie à l'école où l'on considère de plus en plus la participation de l'élève et l'expérimentation comme des conditions de la réussite.

Progressivité des apprentissages

Le tableau ci-dessous permet de mettre en regard les compétences attendues et les critères de réussite qui permettent d'attester de l'atteinte de ces compétences attendues.

GS	<p>Compétence attendue :</p> <p>Dans un dispositif différencié et connu, où l'élève n'a pas constamment pied, l'élève est capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> - de choisir un parcours qu'il peut réaliser (avec ou sans matériel), comprenant 4 actions : entrer, se déplacer, s'immerger, « flotter », en respectant les règles liées au dispositif - de dire s'il a réussi son parcours.
	<p>Critères de réussite :</p> <p>Le parcours réussi est conforme au parcours annoncé.</p> <p>L'élève sait s'il a réussi son parcours : il connaît les critères de réussite des 4 actions qui le composent</p> <p>L'élève est capable de réussir au moins 2 fois sur 3 le parcours annoncé sur une séance.</p> <p>L'élève respecte les règles de fonctionnement et de sécurité.</p>
CP	<p>Compétence attendue :</p> <p>Dans un dispositif différencié et connu, l'élève est capable de choisir ou construire un parcours, de le décrire et le représenter. Dans ce parcours, l'élève est capable de réaliser 4 actions, dont 2 au choix se succèdent sans reprise d'appui sur le matériel, en respectant les règles liées au dispositif. Il sait dire s'il a réussi son parcours.</p>
	<p>Critères de réussite :</p> <p>Le parcours réussi est conforme au parcours annoncé.</p> <p>L'élève sait s'il a réussi son parcours : il connaît les critères de réussite des 4 actions qui le composent.</p> <p>L'élève est capable de réussir au moins 2 fois sur 3 le parcours annoncé sur une séance.</p> <p>L'élève respecte les règles de fonctionnement et de sécurité.</p> <p>L'élève est capable de mettre en lien le parcours vécu et le parcours représenté</p>
CE1 CE2	<p>Compétence attendue :</p> <p>Dans un dispositif différencié et connu, l'élève est capable de construire un itinéraire, de le décrire et le représenter. Cet itinéraire est réalisé sans aide à la flottabilité et sans aucune reprise d'appuis sur le matériel entre les 4 actions attendues. L'élève connaît le critère de réussite de chaque action réalisée.</p>
	<p>Critères de réussite :</p> <p>L'itinéraire réussi est conforme à l'itinéraire annoncé et réalisé sans aucune aide d'autrui quant au rappel des actions à faire.</p> <p>L'élève sait s'il a réussi son itinéraire : il connaît les critères de réussite des 4 actions qui le composent</p> <p>L'élève a réalisé son itinéraire sans reprise d'appuis sur le matériel.</p> <p>L'élève est capable de réussir au moins 2 fois sur 3 le parcours annoncé sur une séance.</p> <p>L'élève respecte les règles de fonctionnement et de sécurité.</p> <p>L'élève est capable de représenter son itinéraire et d'évaluer sa conformité avec le projet annoncé.</p>

Légende

 Ligne d'eau	 Tapis à trou	Double lignes 
 Cône d'entrée	 Tapis plein	 Anneau lesté
 Cône de sortie	 Tapis à petits trous	Objets immergés 
 Frites	 Ponceau	
 Adulte	 Demi-arcs	
 Toboggan	 Etoile de mer	
 Cage	 Perche	
 Echelle		