



NATATION SCOLAIRE

Projet pédagogique – cycle 2



Villars *les Dombes*



VERT
MARINE

Acheminement des élèves de l'entrée de la piscine jusqu'au bord des bassins :

1) Hall d'entrée vue de l'extérieur

-Les élèves arrivent devant cette entrée.



2) Hall d'accueil :

-Les élèves se dirigent dans le hall d'accueil.



3) Feuille d'émargement :

-Sur chaque créneau, les professeur(e)s des écoles se doivent d'émarger sur le cahiers mis à disposition par les hôtesse(s) d'accueil.



4) Portiques :

-Les élèves franchissent les portiques qui restent ouverts afin de leur faciliter le passage.



5) Zone de déchaussage pour le public :

-Les élèves traversent cette zone en chaussures



6) Porte d'accès au couloir des vestiaires collectifs :



7) Couloir donnant sur les vestiaires collectifs :

-Un vestiaire pour les filles, un vestiaire pour les garçons au choix des professeur(e)s



8) Bacs de rangement pour les chaussures :

-Les élèves doivent déposer leurs chaussures dans les bacs avant de pénétrer dans les vestiaires collectifs



10) Vestiaires collectifs :



11) Casiers de rangement :

-Les élèves une fois en maillot de bain, déposent leurs vêtements dans les casiers : 1 casier uniquement pour un groupe.



12) Les toilettes :

-Les élèves une fois prêts passent aux toilettes



14) Bacs de bonnets :

-Les élèves doivent mettre un bonnet de couleurs différentes en fonction de leur groupe établi par leurs maitresses avant de passer aux douches



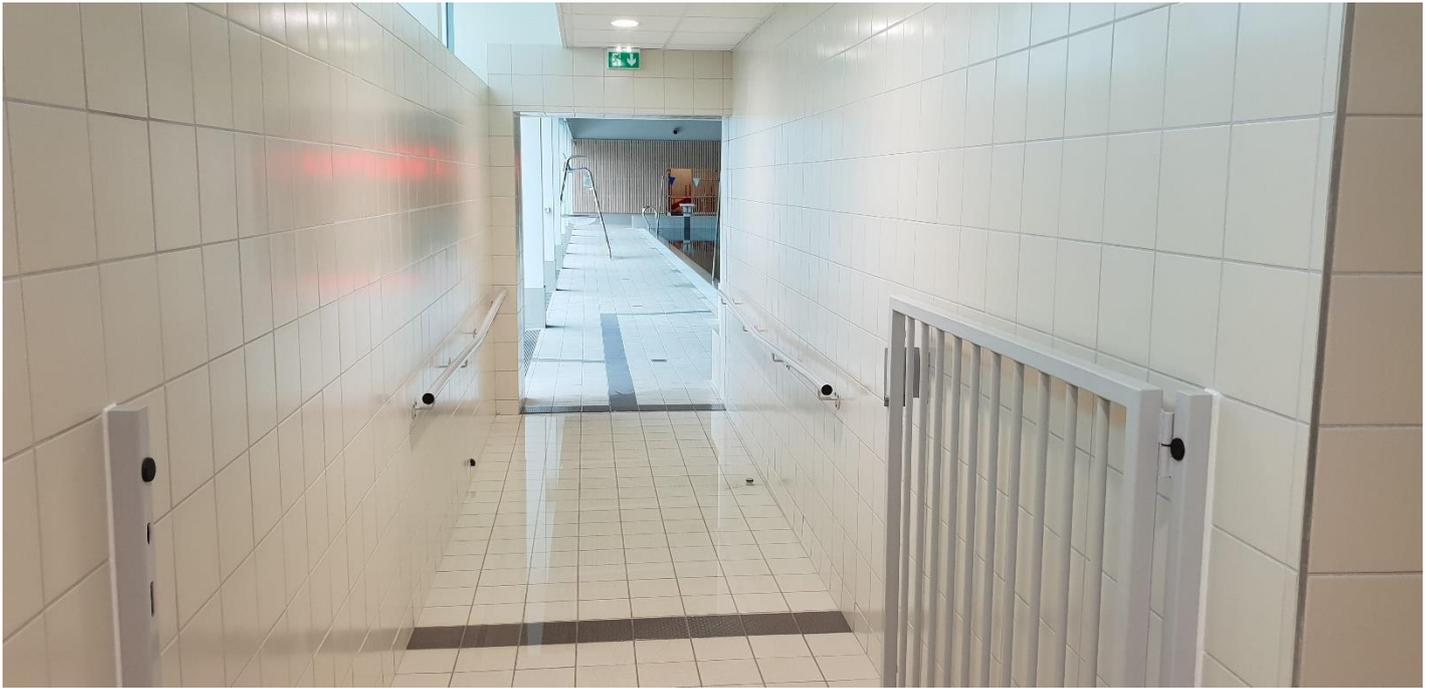
15) Les douches :

-Tous les élèves doivent prendre leur douche avant d'aller au bord des bassins



16) Le pédiluve :

-Les élèves doivent passer par le pédiluve avant de se rendre au bord des bassins



17) accès bassin :

-Les élèves rentrent sur les bassins et viennent s'asseoir sur le petit muret pour les explications des enseignants



18) Vue d'ensemble du bassin sportif :

-Lorsque les élèves arrivent sur les bords de bassin, ils ont une vue d'ensemble avec l'installation pédagogique





Le parcours du nageur

8 ÉTAPES POUR ...
augmenter le plaisir
et le bien-être de tous,

réduire l'utilisation du chlore,
des produits d'entretien,
et la consommation d'eau.

HYGIÈNE & ÉCOLOGIE !

BONNE BAGNADE !



1 Enlever ses chaussures à l'extérieur du vestiaire et mettre un maillot de bain propre pour laisser microbes et saletés dehors, et aussi bien ranger ses vêtements et préparer sa serviette pour éviter de les retrouver sales et mouillés.



2 Passer aux toilettes avant la baignade pour être plus à l'aise pour nager, c'est aussi éviter d'avoir à changer une importante quantité d'eau des bassins, c'est assurer le tranquillité de tous.



3 Prendre une douche savonnée avant d'aller nager, pour éliminer peaux mortes et bactéries, c'est moins de chlore dans l'eau des bassins et ça pique moins les yeux.

5 Se rincer une dernière fois les pieds dans le pédiluve pour éliminer les derniers microbes, c'est encore moins de chlore dans l'eau de baignade et c'est plus propre sur les plages.



4 Mettre son bonnet de bain avant de se baigner pour empêcher de perdre des cheveux dans l'eau, c'est éviter de boucher les filtres des bassins et c'est plus confortable pour nager.



6 Sans cracher, uriner, ou se moucher dans l'eau, pour se baigner en toute tranquillité et sans courir sur les plages mouillées pour éviter de se blesser.



7 Bien se rincer entièrement sous la douche pour éliminer l'eau chlorée, c'est éviter les irritations et les démangeaisons c'est conserver un bon souvenir de la baignade.



8 Toujours bien se sécher le corps avant de se rhabiller pour éviter champignons et mycoses, et remettre ses chaussures dans la zone de chaussage c'est conserver le vestiaire propre pour les autres.

Étapes respectées
= planète préservée

Votre partenaire loisirs

Un plaisir partagé chaque année
par plus de 8 millions d'utilisateurs
www.vert-marine.com



Organisation générale



RESPONSABILITE ET ENCADREMENT :

- L'enseignement de la natation est assuré sous la responsabilité de l'enseignant de la classe ou, à défaut, d'un autre enseignant dans le cadre de l'organisation du service de l'école.
- La natation scolaire est une activité à encadrement renforcé spécifique.
- Taux d'encadrement :

	Groupe-classe constitué d'élèves d'école maternelle	Groupe-classe constitué d'élèves d'école élémentaire	Groupe-classe comprenant des élèves d'école maternelle et des élèves d'école élémentaire
moins de 20 élèves	2 encadrants	2 encadrants	2 encadrants
de 20 à 30 élèves	3 encadrants	2 encadrants	3 encadrants
plus de 30 élèves	4 encadrants	3 encadrants	4 encadrants

L'enseignant est aidé dans cette tâche par des intervenants bénévoles soumis à agrément.

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 maître-nageur permette l'accès au bassin.
- Assoir les élèves sur les bords à droite en entrant au bord du bassin.
- Mettre les « sur bonnets » de couleurs distribués à l'entrée (2 couleurs différentes par classe)
- Signaler au Maître-nageur toute blessure d'un élève.

Identifier le maître-nageur en surveillance (tee-shirt blanc) et attendre son autorisation pour faire entrer les élèves dans l'eau.

PENDANT LA SEANCE : *à la piscine*

Domaine des règles de sécurité

- Connaître le nombre d'élèves de son groupe et le vérifier régulièrement (lors des changements d'ateliers, en début et fin de séance...)
- Rester toujours avec son groupe dans l'espace attribué ; ne pas l'abandonner seul dans l'eau
- Garder, dans son champ de vision, l'ensemble du groupe
- Signaler rapidement au maître-nageur de surveillance, un élève incapable de revenir au bord sans son intervention
- 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

- Se déplacer sans courir dans l'enceinte de la piscine
- Ne pas crier
- Ne pas s'appuyer sur un camarade
- Ne pas pousser

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 2/2 pour être comptés.
- Faire un rapide retour sur la séance avec les accompagnateurs.
- A la sortie, avant de retourner dans les vestiaires, **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. Ne jamais faire passer un enfant sous un tapis plein**
- 3. Pour passer sous un tapis à trou, les enfants doivent d'abord poser la frite sur le tapis, passer dessous, puis récupérer la frite**
- 4. Règles de fonctionnement annoncées aux élèves :**

Exemples : 1 par tapis, pas plus de 2 sur la ligne d'eau, je pars quand mon camarade arrive au milieu de la ligne...etc....)

- 5. Un seul enfant par tapis**
- 6. Ne pas s'accrocher ni s'appuyer à un camarade**

Domaine de l'intervention pédagogique

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 (aménagements possibles ; vocabulaire spécifique)
- 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)
- Donner le nombre d'essais à effectuer et les critères de réussite
- 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 (ou alors pendant un temps limité). 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 (des fiches plastifiées avec des propositions d'adaptation sont à disposition dans chaque atelier)
- Préciser à chaque adulte agréé son rôle à tenir (dans l'eau, au bord du bassin / conduite à tenir)

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, on 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 test d'aisance aquatique

Extrait du BO 34 du 12/10/2017 :

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

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

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

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

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

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

Les situations proposées dans le module d'apprentissage viseront donc à travailler et à valider les compétences requises par le test d'aisance aquatique.

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...

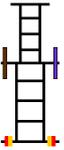
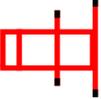
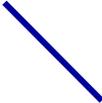
L'élève doit pouvoir se mettre en projet pour la séance à venir :

- 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.

Module d'Apprentissage NATATION - 10 séances - Piscine Villars les Dombes
Cycle 2

Domaine:		EPS	
Compétence Spécifique ciblée:		Adapter ses déplacements à différents types d'environnements	
Activité support:		Natation	
<i>1ère étape</i>	<i>2ème étape</i>	<i>3ème étape</i>	<i>4ème étape</i>
Phase de découverte	Phase de référence	Phase d'apprentissage et de structuration	Phase de bilan
<i>Séance n° 1 et 2</i>	<i>Séance n° 3</i>	<i>Séances n°4, 5, 6 en ateliers, 7,8 en parcours</i>	<i>Séances : n° 9 et 10</i>
Entrer dans l'activité	Se situer	Apprendre et progresser	Mesurer les progrès
Situations globales	Situation de référence	Situations d'apprentissage	Situation de référence
Compétences générales ciblées:			
<input type="checkbox"/> Appliquer et construire des principes de vie collective	<input type="checkbox"/> Appliquer et construire des principes de vie collective <input type="checkbox"/> Construire un projet d'action	<input type="checkbox"/> Appliquer et construire des principes de vie collective <input type="checkbox"/> S'engager lucidement dans l'action <input type="checkbox"/> Construire un projet d'action	<input type="checkbox"/> Appliquer et construire des principes de vie collective <input type="checkbox"/> Construire un projet d'action <input type="checkbox"/> Mesurer et apprécier les effets de l'activité

Légende

 <p>Ligne d'eau</p>	  <p>Tapis à trou</p>	<p>Double lignes</p> 
 <p>Cône d'entrée</p>	 <p>Tapis plein</p>	 <p>Objets lestés</p>
 <p>Cône de sortie</p>	 <p>Structure immergée</p>	 <p>Tapis pour fixation échelle ou structure immergée</p>
 <p>Frites</p>	 <p>Ponceau</p>	 <p>Echelle pédagogique</p>
 <p>Adulte</p>	 <p>Demi-arcs</p>	 <p>Adulte supplémentaire</p>
 <p>Toboggan</p>	 <p>Flottaison</p>	 <p>Tunnel</p>
 <p>Echelle</p>	 <p>Perche</p>	 <p>Corde pour franchissement</p>
 <p>Sens du parcours</p>	 <p>Petit parcours différencié pour les élèves qui ont peur</p>	

Séances 1 et 2	Se situer	Phase de découverte
Activités en classe, liées aux séances de natation		
<p>Avant la séance 1 et 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Expliquer les consignes de fonctionnement et de sécurité. Rappeler les règles d'or à respecter à la piscine : hygiène, sécurité, entraide. • Faire émerger les représentations des élèves concernant l'eau, la natation ... • Présenter le dispositif (à l'aide des plans d'aménagement du bassin). • Expliquer les règles de fonctionnement sur le dispositif proposé : <p>Les élèves sont répartis en groupes hétérogènes.</p>	
<p>Après la séance 1 et 2</p>	<p>Bilan de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Commentaires et bilan de la séance : raconter, exprimer ses sentiments par rapport au vécu de cette première séance : réussites, échecs, difficultés, souhaits, projets... : oral et/ou écrit (dessin ou production d'écrits) • Apprentissage du lexique de la natation (matériel, verbe d'actions) • Lister les actions essayées <p>Préparer la séance suivante : « dire ce que l'on va essayer »</p> <p><u>Documents d'aide</u> : Voir plans séances 3 + fiches ateliers</p>	

But de la séance :

Il s'agit **d'inciter les élèves, sans jamais les contraindre, à essayer des actions différentes d'abord avec du matériel** (frite) puis sans matériel pour ceux qui le peuvent, en commençant par le petit parcours.

Lors de la première séance, pour les rares élèves totalement « réfractaires », leur proposer :

De s'asseoir au bord, les pieds dans l'eau en regardant ce que font leurs camarades.

D'essayer d'entrer dans l'eau par l'échelle et faire « le petit parcours » : longer le bord en essayant petit à petit de mettre les épaules dans l'eau, puis le menton....

Documents d'aide : voir plan des séances 1 et 2 + annexe 1 (répertoire d'actions possibles)

Séance 1 : Classe A : Ateliers 1 et 2

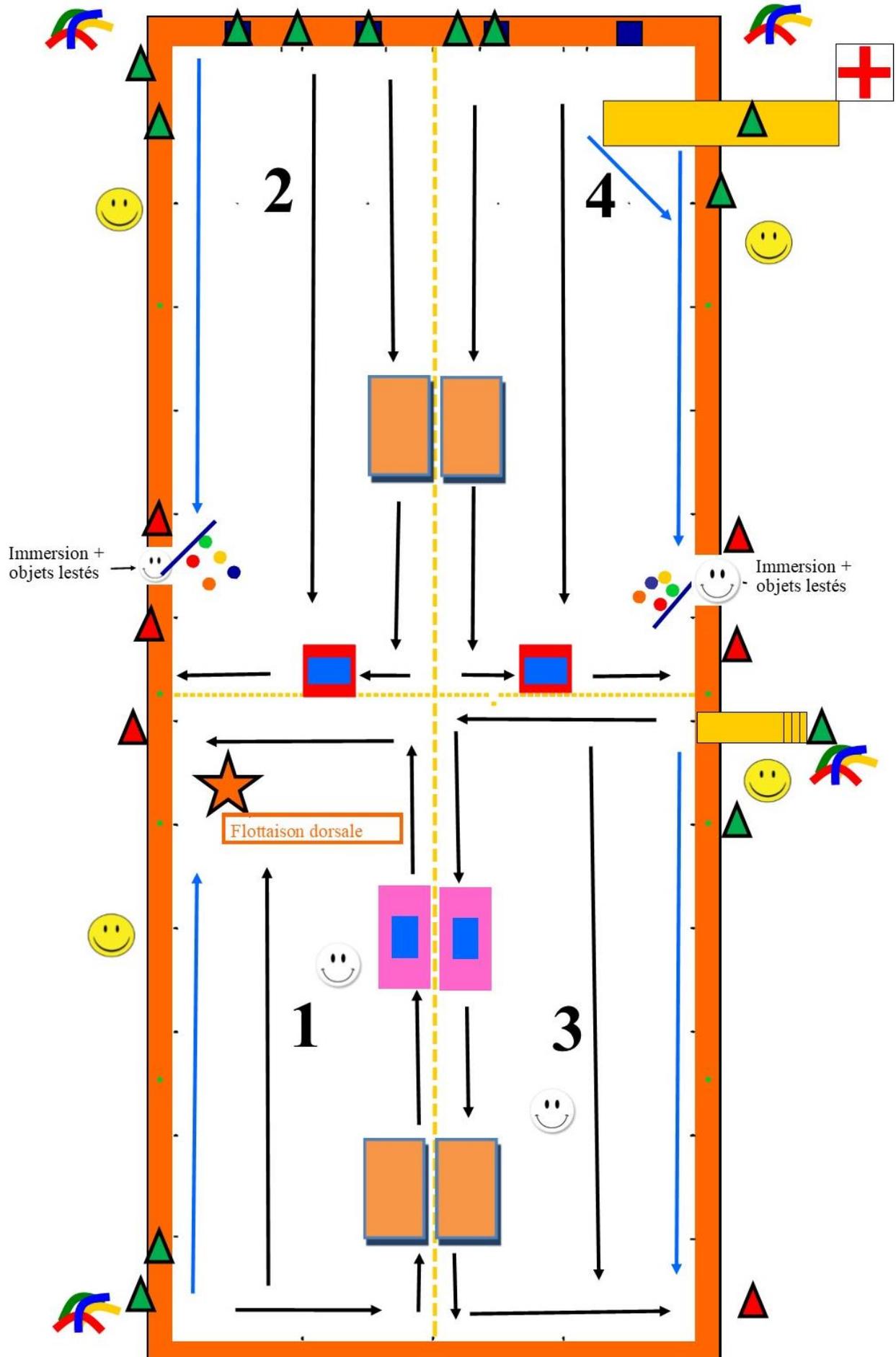
Classe B : Ateliers 3 et 4

(2 X 20 minutes)

Séance 2 : Classe A : Ateliers 3 et 4

Classe B : Ateliers 1 et 2

(2 X 20 minutes)



Séance 3	Se situer	Phase de référence
Activités en classe, liées aux séances de natation		
<p>Avant la séance 3</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Exprimer ses sentiments par rapport au vécu de la séance 1 et 2 : oral et/ou écrit • Présenter le dispositif (voir plans d'aménagement du bassin). • Redire les règles de fonctionnement avec le dispositif proposé : <p>Les élèves sont répartis en groupes hétérogènes.</p> <p><u>Objectif pour l'élève</u> : savoir ce que je sais faire, le verbaliser à l'aide des plans.</p> <p><u>Objectif pour l'enseignant</u> : connaître le « niveau » des élèves</p>	
<p>Après la séance 3</p>	<p>Bilan de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Commentaires et bilan de la séance : raconter, exprimer ses sentiments : réussites, échecs, difficultés, souhaits, projets... : oral et/ou écrit (dessin ou production d'écrits) • Apprentissage du lexique de la natation (matériel, verbe d'actions) • Evaluation de « ce que je sais faire » et mise en place du projet d'apprentissage : « je sais faire..., j'aimerais apprendre à... » <hr/> <p>Préparation de la séance suivante</p> <p>Voir plans séances 4 à 6</p>	

But de la séance :

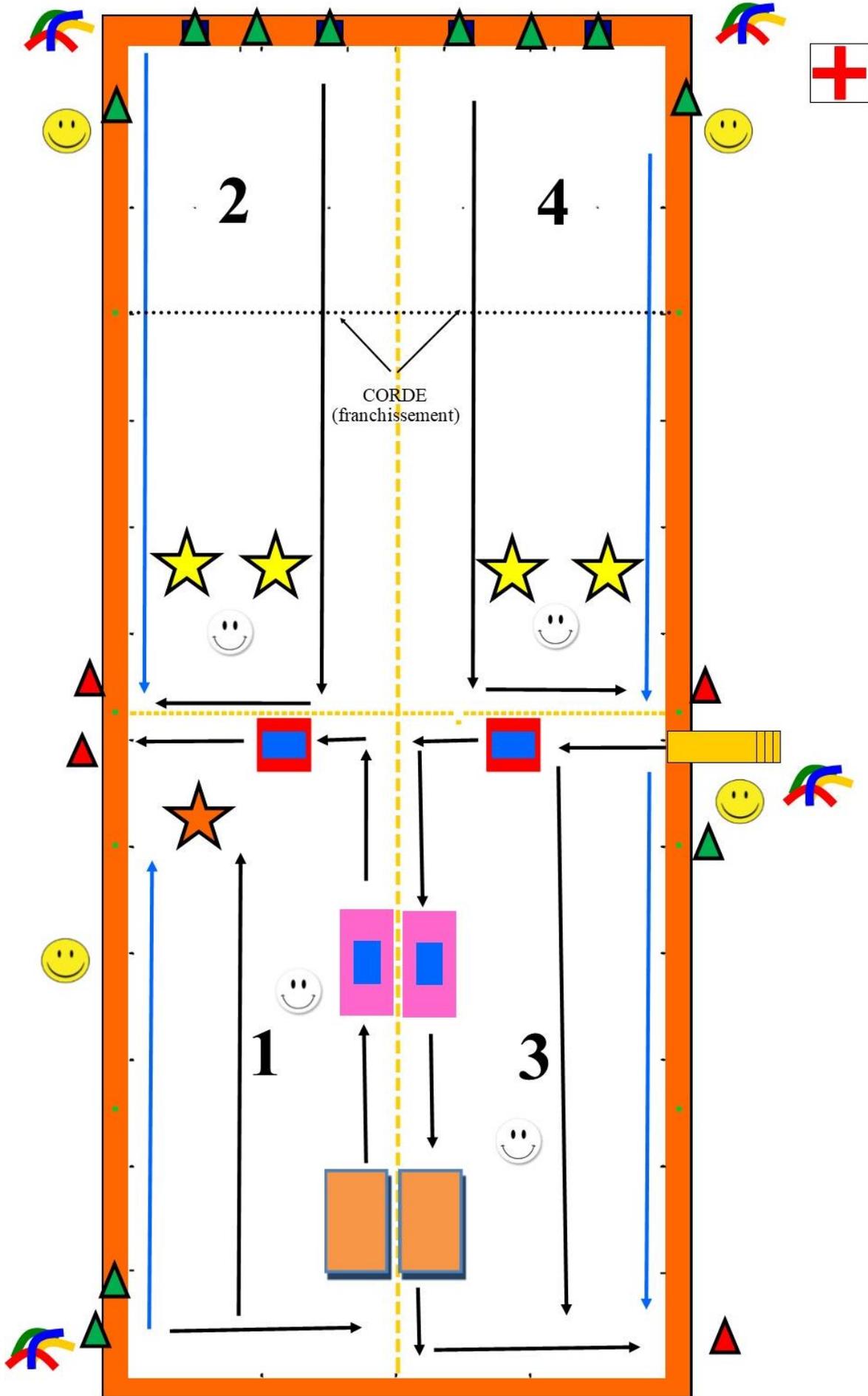
Se situer en regard du test d'aisance aquatique. (Ateliers 2 et 4)

Poursuivre le travail de découverte des séances 1 et 2 (Ateliers 1 et 3)

Documents d'aides : possibilité d'utiliser l'annexe 2 avant la séance pour mettre les élèves en projet.

Classe A : ateliers 1 et 2

Classe B : ateliers 3 et 4 (2 X 20 minutes)



Activités en classe, liées aux séances de natation

<p>Avant</p> <p>les séances 4 à 7</p>	<p>Préparation de la séance en classe.</p> <p><u>Objectif</u> : rappeler aux élèves le sens des activités qui vont être proposées, leur présenter le plan du bassin, les différents parcours, les consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> → Pourquoi ? Apprendre à s’immerger, à se propulser, à entrer dans l’eau... → Quoi ? Présenter les ateliers, donner les consignes précises, en s’appuyant sur des dessins ou maquettes. → Comment ? Donner aux élèves les critères de réussite. <p>Effectuer ce travail par petits groupes favorisera une plus grande implication des élèves (reformulation des consignes...)</p>
<p>Après</p> <p>les séances 4 à 7</p>	<p>Retour sur les parcours, en prenant appui sur le cahier du nageur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Réussites - Difficultés rencontrées <p>Régulation éventuelle du projet en fonction des résultats obtenus.</p> <hr/> <p>Préparation de la séance suivante</p> <p>Aménagements possibles, fiches ateliers</p> <p>Séance 6: présentation de la séance 8</p>

But des séances :

Progresser dans les différentes actions liées au savoir nager : entrées, équilibres/flottaisons, immersions, déplacements/propulsions.

Les ateliers sont à faire évoluer et à adapter en fonction des élèves et de leurs progrès (cf annexe 1).

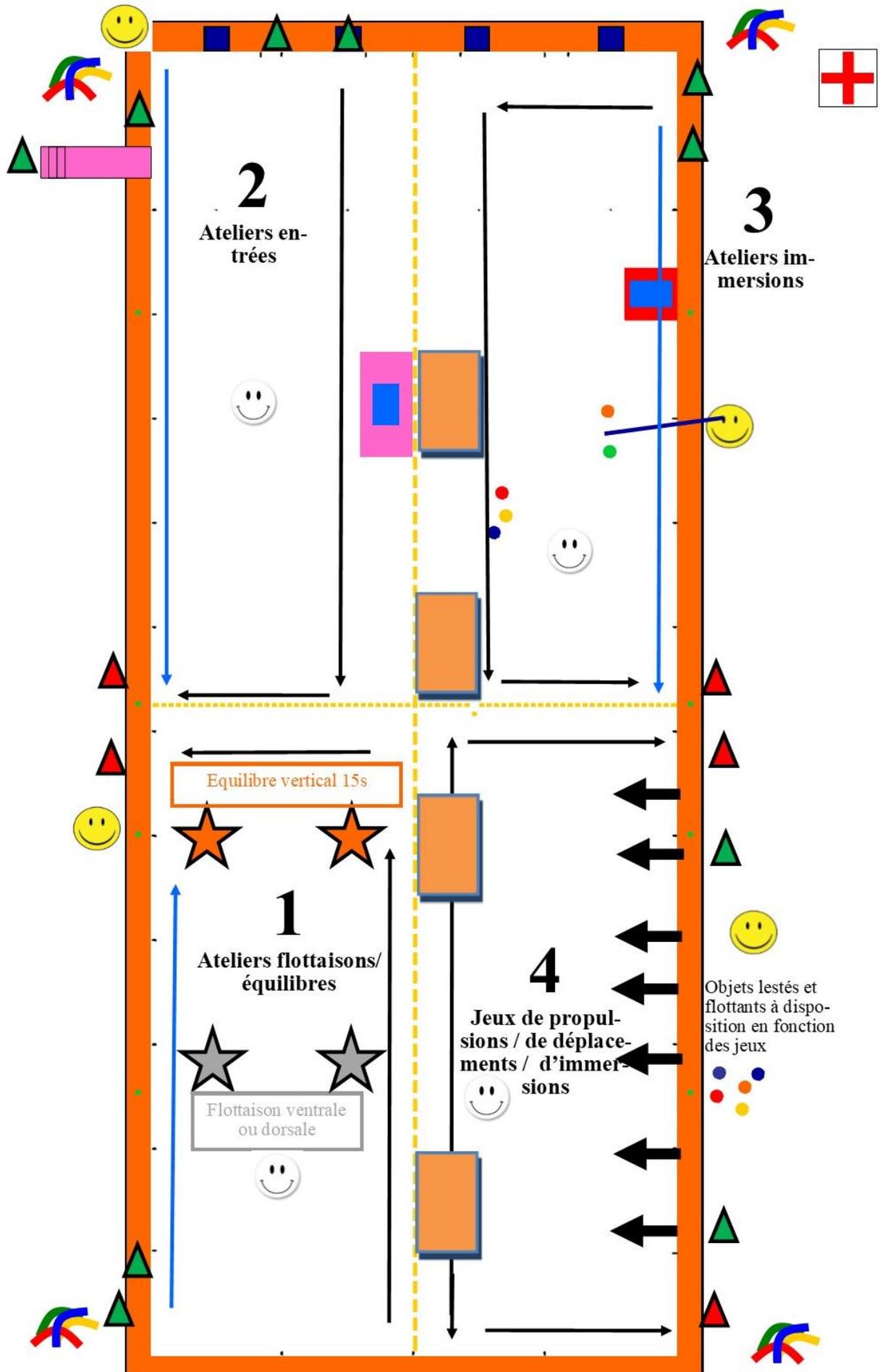
Atelier 1 : varier les types de déplacements. Pour les équilibres dorsaux, veiller à la bonne position du corps et notamment de la tête.

Atelier 2 : varier les entrées et les déplacements. Possibilité de proposer des jeux sur les entrées.

Atelier 3 : Varier les déplacements, adapter les immersions en fonction des élèves. Jeux de relais.

Atelier 4 : possibilité de travailler spécifiquement la propulsion (torpilles) pour s’horizontaliser et rechercher une efficacité de pénétration dans l’eau. Proposer des jeux collectifs type « déménageurs » avec objets immergés ou non.

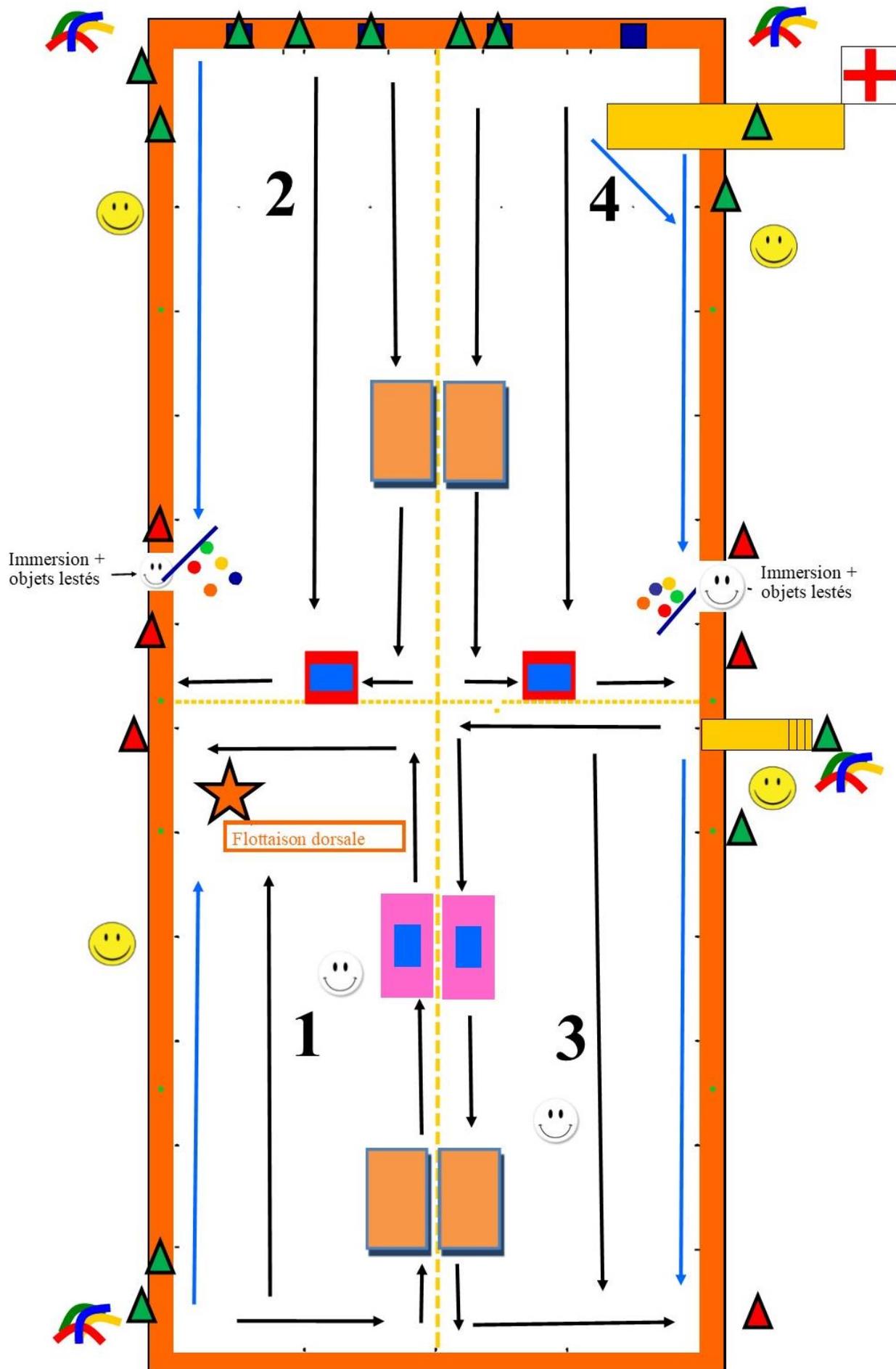
Séance 4 à 7 : rotation sur 2 ateliers au bout de 20 minutes par demi classe



Séance 8		Apprendre et progresser	Phase de structuration
Activités en classe, liées aux séances de natation			
Avant la séance 8	<p>Préparation de la séance en classe.</p> <p><u>Objectif</u> : rappeler aux élèves le sens des activités qui vont être proposées, leur présenter le plan du bassin, les différents parcours, les consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Pourquoi ? Apprendre à s’immerger, à se propulser, à entrer dans l’eau... ➔ Quoi ? Donner les consignes précises, en s’appuyant sur des dessins ou maquettes. ➔ Comment ? Donner aux élèves les critères de réussite. <p>Effectuer ce travail par petits groupes favorisera une plus grande implication des élèves (reformulation des consignes...)</p>		
Après la séance 8	<p>Retour sur les parcours, en prenant appui sur le cahier du nageur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Réussites - Difficultés rencontrées <p>Régulation éventuelle du projet en fonction des résultats obtenus.</p>		
	<p>Préparation de la séance suivante</p> <p>Après la séance 8 : Plan séances 9 et 10, présentation du test d’aisance aquatique</p>		

But des séances :

Réinvestir le travail effectué dans les ateliers des séances 4 à 7 sur différents parcours.



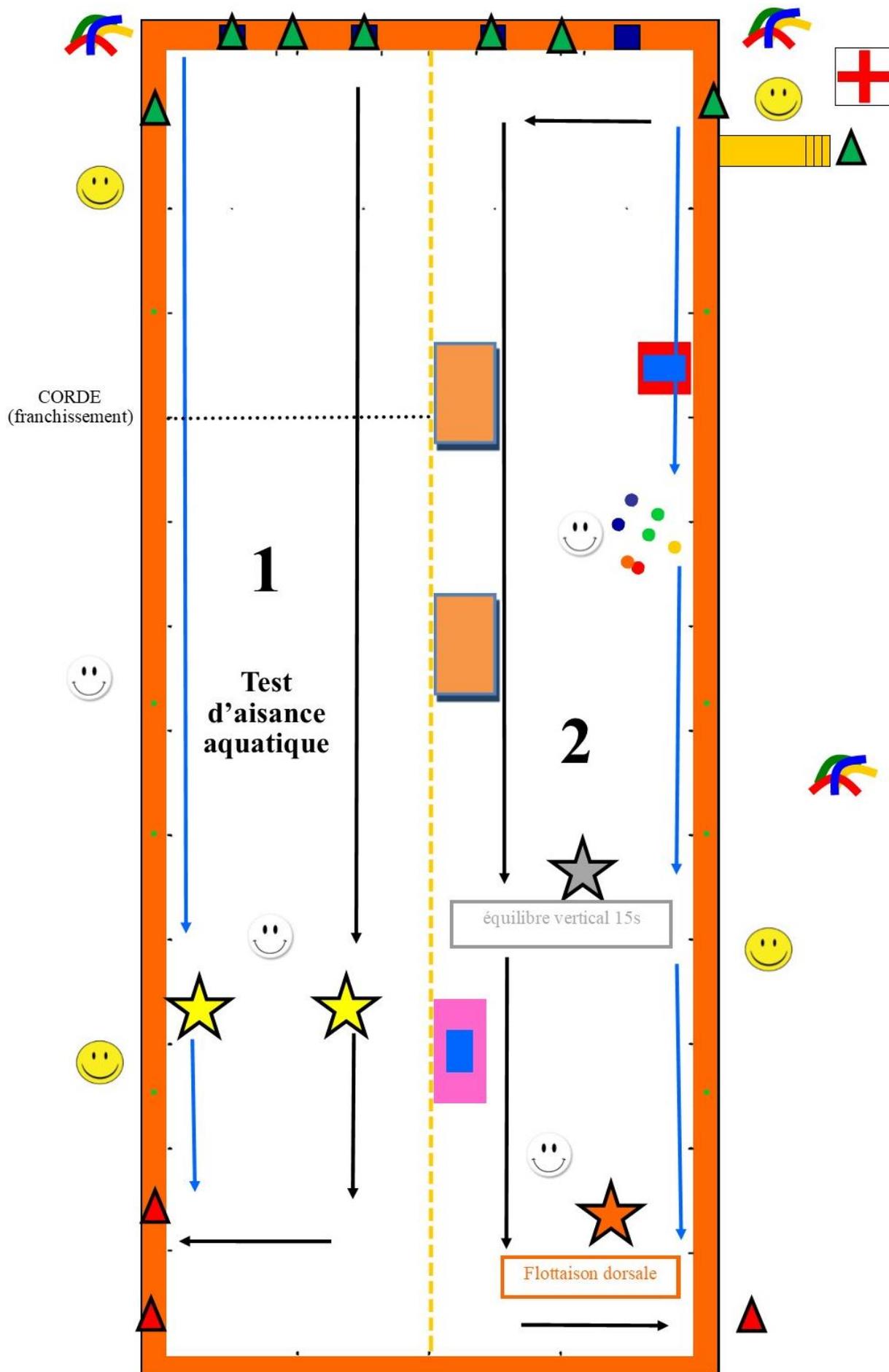
Séances 9 et 10	Mesurer ses progrès bilan	Phase de référence/
Activités en classe, liées aux séances de natation		
<p style="text-align: center;">Avant la séance 10</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Présenter et expliquer les objectifs de la séance : mesurer les progrès réalisés et connaître son niveau de compétences à la fin du module d'apprentissage. • Présenter le dispositif d'évaluation (plan séances 9 et 10) et les règles de fonctionnement. 	
<p style="text-align: center;">Après la séance 10</p>	<p>Bilan de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Commentaires et bilan • Evaluation de « ce que je sais faire » et donc de « ce que j'ai appris cette année à la piscine » : mesurer et se représenter les progrès réalisés par rapport à la séance 3 • Remise des diplômes en classe après les séances. 	

But des séances :

Passage du test d'aisance aquatique

Réinvestissement des acquis sur les parcours 2 et 3

Séance 9 et 10 : 1 atelier par classe, rotation au bout de 20 minutes.



ANNEXES

ANNEXE 1 : le répertoire d'actions pour les séances 1 et 2, 4 à 6

Les entrées

- Entrer par l'échelle
- Entrer par le bord
- Entrer assis avec frite
- Entrer assis sans frite
- Entrer en sautant avec frite
- Entrer en sautant sans frite
- Entrer en plongeant
- Entrer par le toboggan avec frite
- Entrer par le toboggan sans frite
- Entrer par le toboggan tête en avant
- Entrer par le toboggan sur le dos
- Entrer par le plot en sautant ou en plongeant

Les immersions

- Immersions de la bouche en restant accroché au mur
- Immersions de la bouche et du nez en restant accroché au mur
- Immersions du visage, en restant accroché au mur
- Passer sous un obstacle
- Descendre à l'aide d'un matériel (perche, échelle...)
- Rechercher des objets immergés à l'aide d'un matériel (perche, cage...)
- Rechercher des objets immergés sans aide

Les déplacements

- se déplacer le long du bord en tenant la goulotte
- se déplacer le long d'une ligne d'eau
- se déplacer avec matériel (frite, planche...)
- se déplacer sans matériel
- se déplacer sur le ventre
- se déplacer sur le dos
- se déplacer sur le ventre et sur le dos
- se déplacer et franchir un obstacle en passant dessous

Les déplacements sont assez libres et peuvent utiliser les nombreux supports plus ou moins stables offerts par le dispositif (mur, ligne d'eau, tapis, frites). Le déplacement le long de la goulotte, sans qu'il ait le moindre caractère obligatoire, semble le plus évident et peut-être le plus à même de correspondre à des élèves en difficulté. De la même façon, un déplacement en prenant appui sur la même ligne d'eau représente une progression par rapport à la possibilité précédente accessible à de nombreux élèves.

Dans ces déplacements, une attention toute particulière devra être portée au respect des consignes de sécurité. Ainsi, les lignes d'eau menant aux tapis centraux ne doivent pas être empruntés par plus de 2 élèves simultanément. Les tapis ne doivent pas être occupés par plus d'1 élève par tapis. Les élèves ne doivent pas s'attarder sur les tapis.

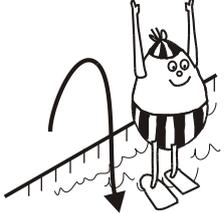
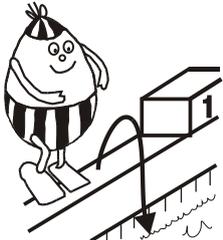
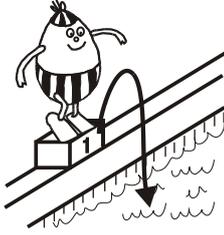
Equilibre

- S'équilibrer en tenant le bord à la verticale en tendant les bras
- S'équilibrer en tenant une frite à la verticale et sans tenir le bord
- S'équilibrer en tenant une frite à l'horizontale (étoile de mer) sur le ventre
- S'équilibrer en tenant le bord à l'horizontale en tendant les bras
- S'équilibrer en tenant une frite à l'horizontale (étoile de mer) sur le dos. La frite reste au niveau de la poitrine.
- S'équilibrer sans matériel sur le ventre
- S'équilibrer sans matériel sur le dos

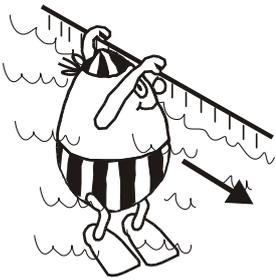
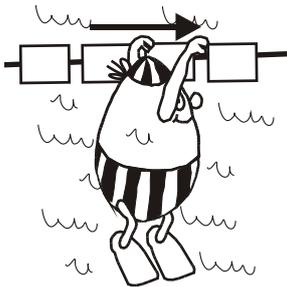
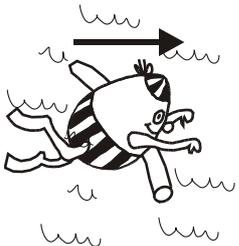
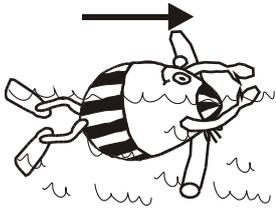
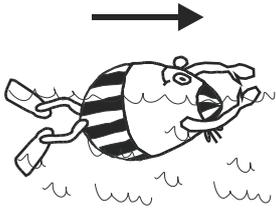
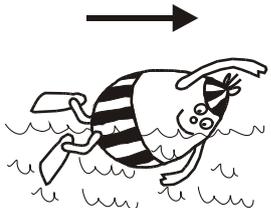
Respiration

- souffler dans l'eau
- souffler longtemps dans l'eau (environ 5 secondes)
- souffler dans l'eau puis inspirer fortement hors de l'eau
- souffler dans l'eau puis inspirer fortement hors de l'eau plusieurs fois de suite
- souffler longtemps dans l'eau et inspirer brièvement

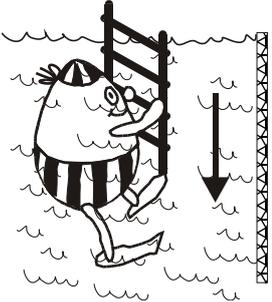
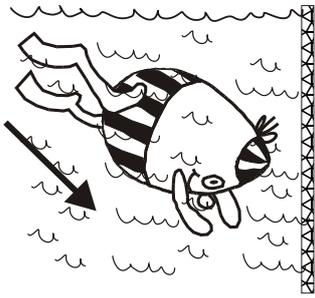
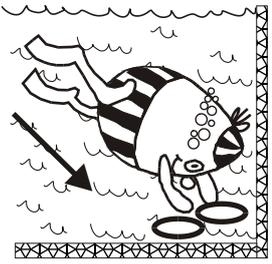
Les vignettes à découper pour indiquer comment tu vas **entrer dans l'eau** :

<p>Je descends en m'asseyant sur le bord</p> 	<p>Je descends par l'échelle</p> 	<p>Je saute du bord</p> 	<p>Je saute du bord en faisant « l'allumette »</p> 
<p>Je saute depuis le rebord</p> 	<p>Je saute depuis le plot</p> 	<p>Je descends en glissant du toboggan</p> 	<p>J'entre en plongeant</p> 

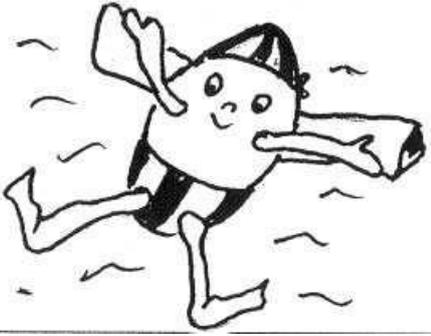
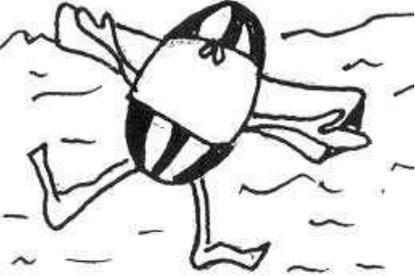
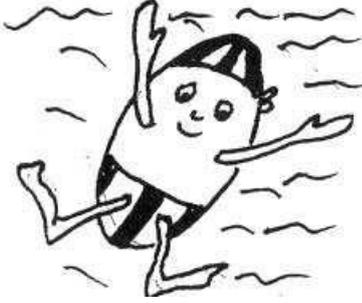
Les vignettes à découper pour indiquer comment tu vas te **déplacer** :

<p>Je me déplace en me tenant au bord</p> 	<p>Je me déplace en utilisant la ligne d'eau</p> 	<p>Je me déplace sur le ventre avec une frite</p> 
<p>Je me déplace sur le dos avec une frite</p> 	<p>Je me déplace sur le dos sans frite</p> 	<p>Je me déplace sur le ventre sans frite</p> 

Les vignettes à découper pour indiquer comment tu **vas aller sous l'eau** :

<p>Je mets la bouche sous l'eau</p> 	<p>Je mets la bouche et le nez sous l'eau</p> 	<p>Je descends entièrement sous l'eau à l'aide de l'échelle</p> 
<p>Je vais chercher un objet à l'aide de la perche ou des barreaux de la structure immergée</p> 	<p>Je vais sous l'eau sans aucune aide</p> 	<p>Je vais chercher des objets sous l'eau sans aide</p> 

Les vignettes à découper pour indiquer comment tu vas te **déplacer** :

<p>Je flotte sur le dos à l'aide d'une frite</p> 	<p>Je flotte sur le ventre à l'aide d'une frite</p> 
<p>Je flotte sur le dos sans aide</p> 	<p>Je flotte sur le ventre sans aide</p> 

