

PROJET PEDAGOGIQUE

2014/2017



SOMMAIRE



LE BASSIN LUDIQUE

Plan

Organisation pédagogique (tous modules)

LE BASSIN SPORTIF

Organisation pédagogique (tous modules)

Matériel disponible

Aménagement

LES MODULES

Module 1 : Contenus et évaluation

Module 2 : Contenus et évaluation

Module 3 : Contenus et tests d'évaluation

Module 4 : Contenus et tests d'évaluation

LA SECURITE

Plan d'évacuation

Fiche d'évacuation de bassin

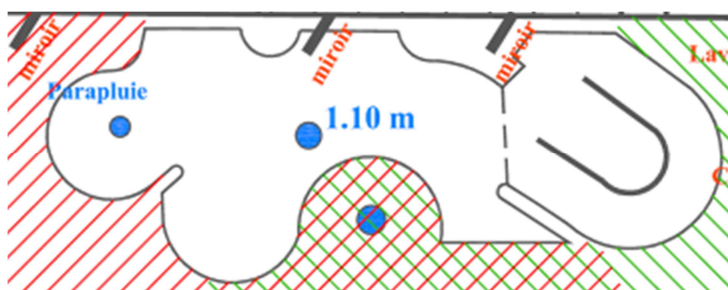
ANNEXES

Annexe 1 : Test nautique

Annexe 2 : Bibliographie – Sitographie



LE BASSIN LUDIQUE



MATERIEL DISPONIBLE

Même matériel que pour le bassin sportif.

ORGANISATION PEDAGOGIQUE DU BASSIN LUDIQUE

De nombreuses situations des différents modules peuvent être organisées dans ce bassin. Les informations apparaissent dans la partie « MODULES » du projet.

Les éducatifs

Les situations pouvant être mises en place dans le bassin ludique sont signalées dans les tableaux intitulés « Types d'activités : les éducatifs » (BL = Bassin Ludique)

Les jeux

Le lieu de pratique est laissé à l'appréciation de chacun.

Les parcours

Quelques exemples d'enchaînements d'actions sont proposés dans le bassin ludique.

LE BASSIN SPORTIF

ORGANISATION PEDAGOGIQUE DU BASSIN SPORTIF

Séance 1

Constitution des groupes de niveau.

Le bassin est aménagé à ce moment de manière minimale.

Les groupes sont constitués à partir de l'observation des actions suivantes : entrée dans l'eau + déplacement ventral et (ou) dorsal + immersion.

Les documents d'évaluation proposés peuvent servir de base d'observation.

Il est possible de constituer deux groupes par classe (MNS + Enseignant) voire trois si des parents ayant passé l'agrément sont disponibles.

Séances 2/3, 4/5

Le bassin est aménagé en zones, chacune permettant de travailler aussi bien les actions « élémentaires » (immersion, propulsion...) que leur enchaînement dans des parcours ou des situations « ludiques ». Les groupes peuvent passer d'une zone à l'autre au cours d'une séance.

Séances 6/7

L'aménagement de bassin est modifié pour permettre de nouvelles actions.

Séances 8/9.

Une partie du bassin est aménagée dans le sens de la longueur afin de travailler plus spécifiquement les déplacements (technique, vitesse, endurance) sans exclusive.

Des passages de tests (nautiques...) sont prévus durant les séances 8 et 9. Prévenir les MNS à l'avance si besoin.



MATERIEL DISPONIBLE AU BORD DU BASSIN SPORTIF

Petit matériel :

Frites



Ballons



Planches



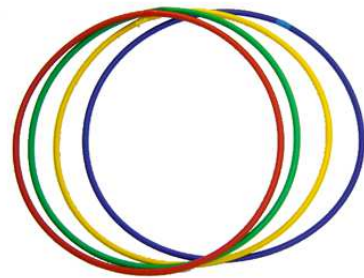
Ceintures



Anneaux lestés

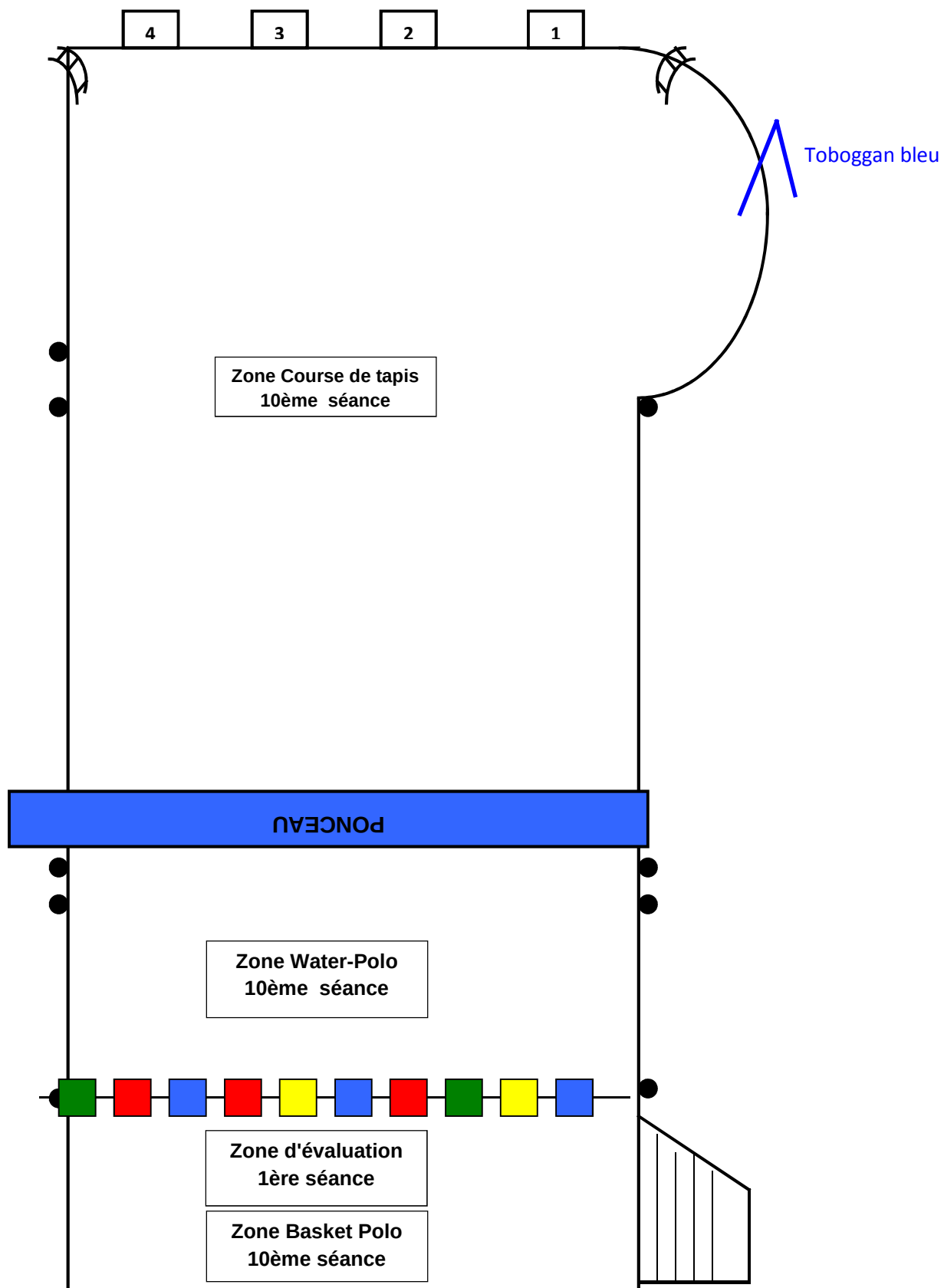


Cerceaux lestés

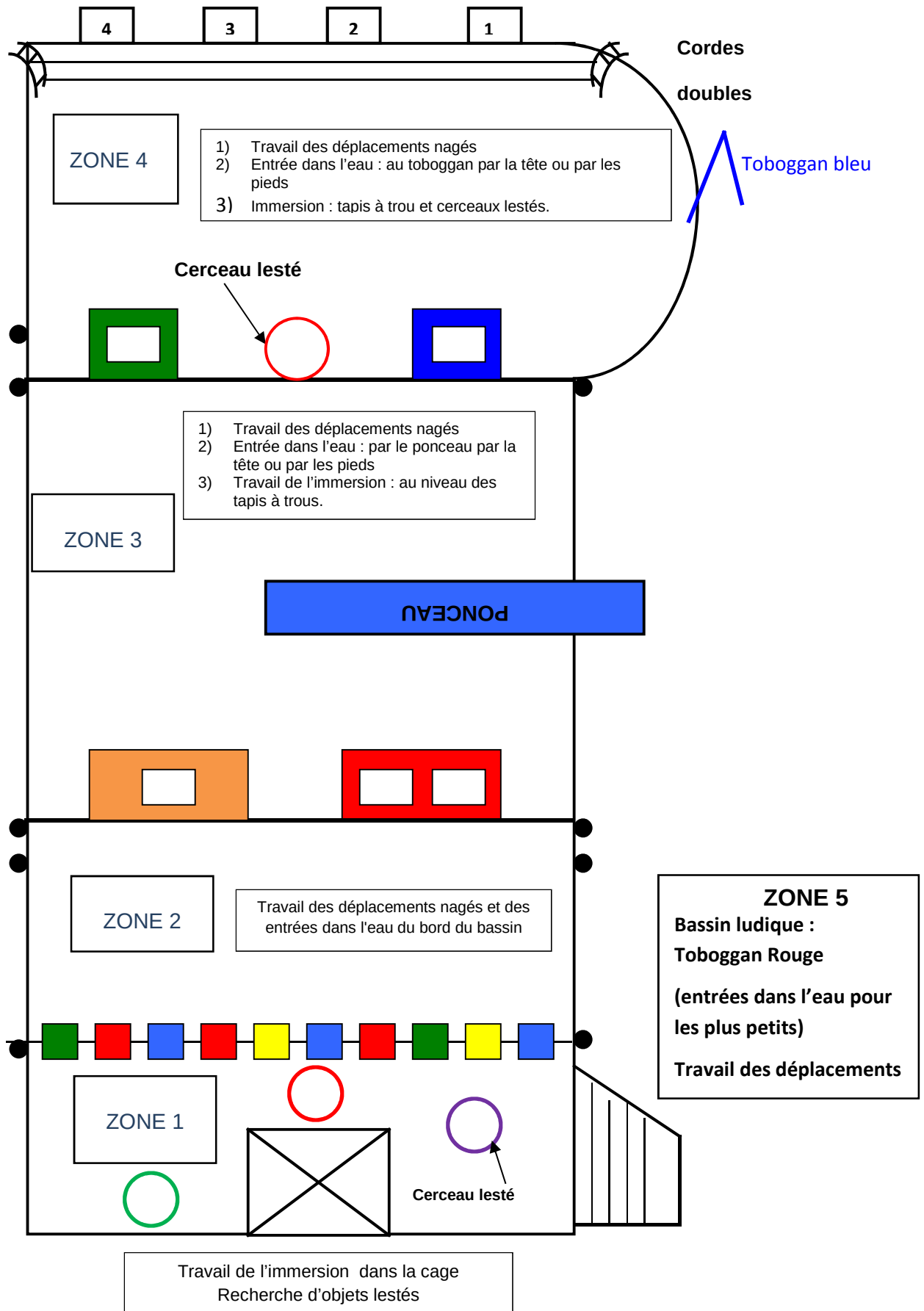


Et tout le matériel indiqué sur les parcours : cordes, tapis sans trous et avec trous, toboggan...

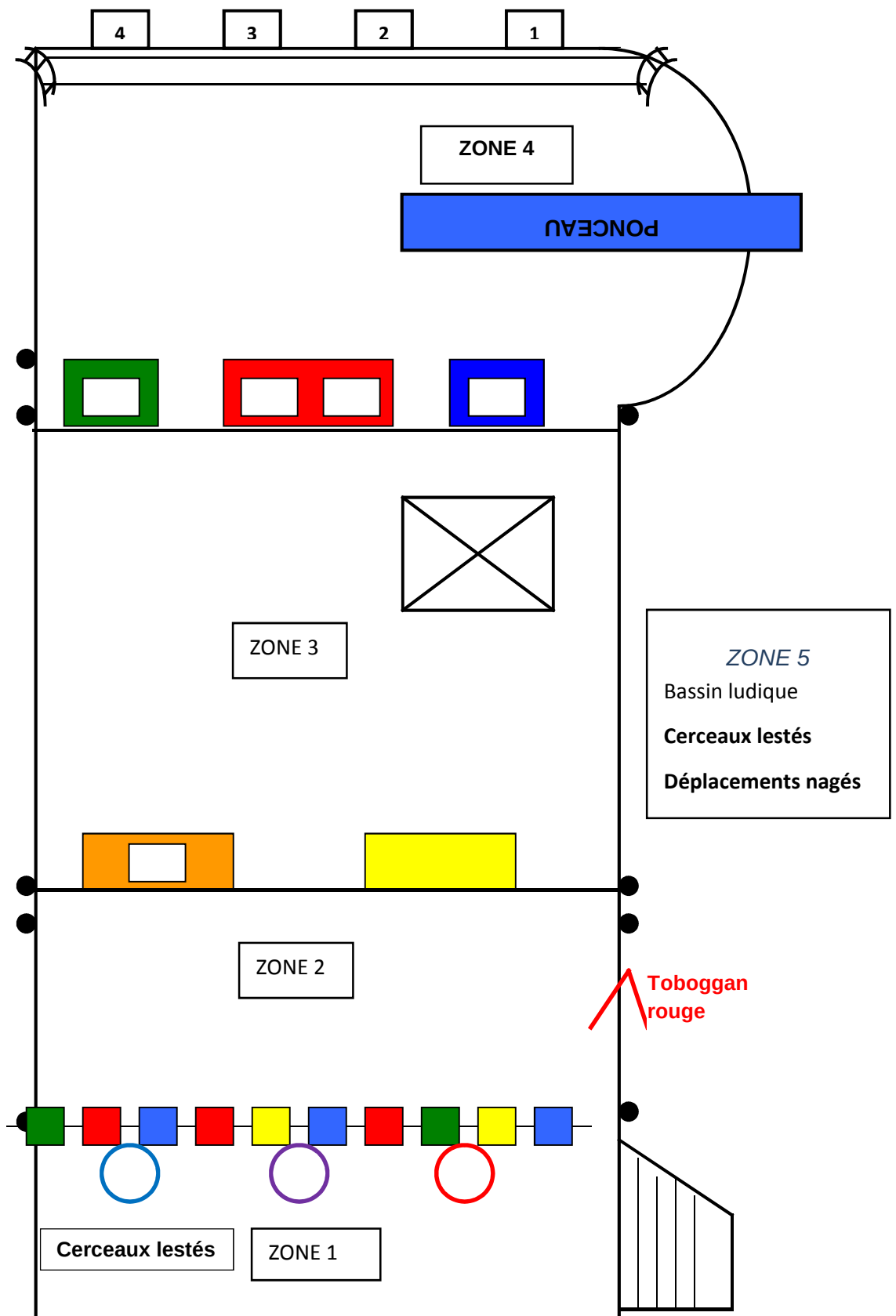
Aménagement des bassins - Parcours No 1 et No 10



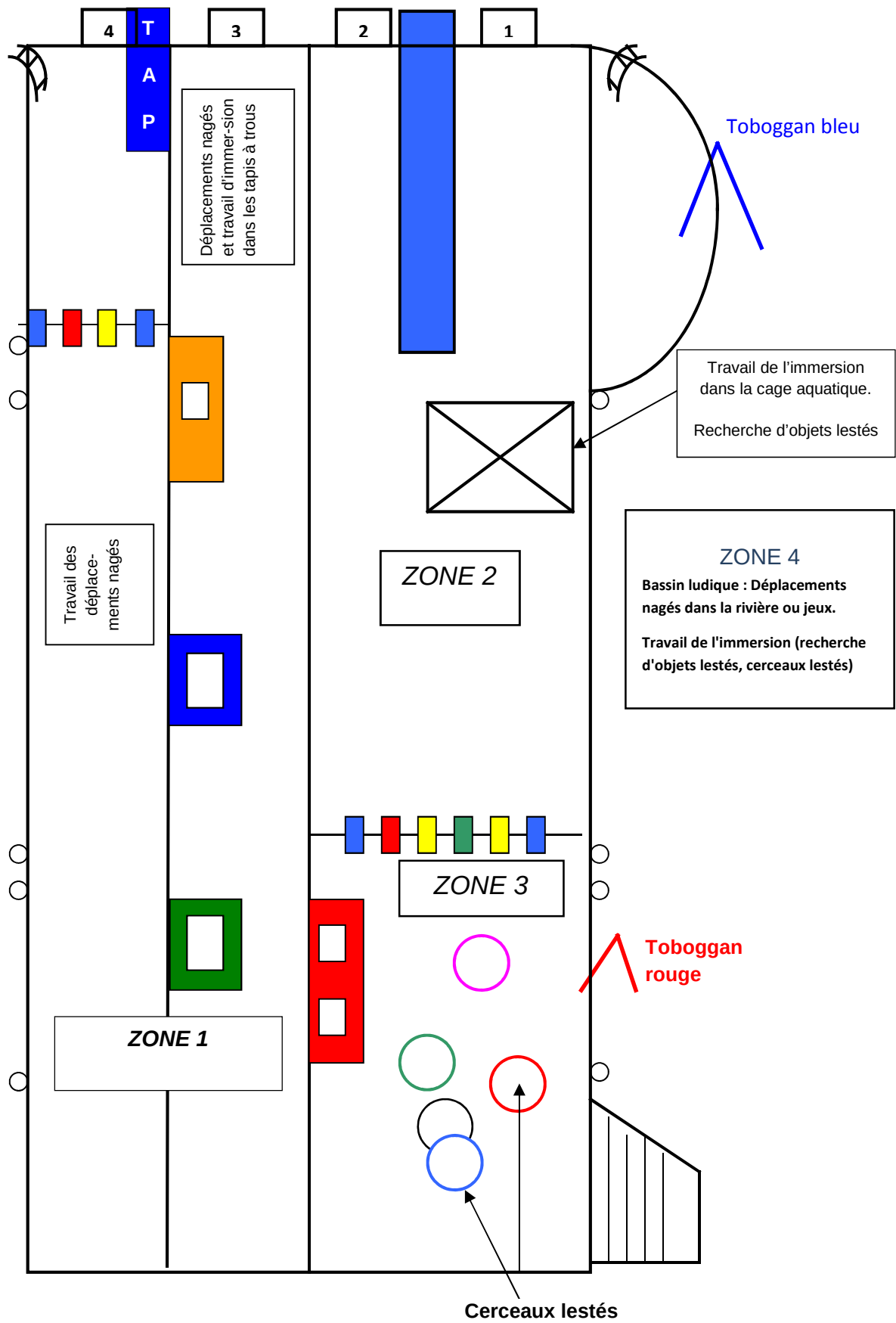
Parcours N°2-3-4-5



Parcours No 6 et No 7

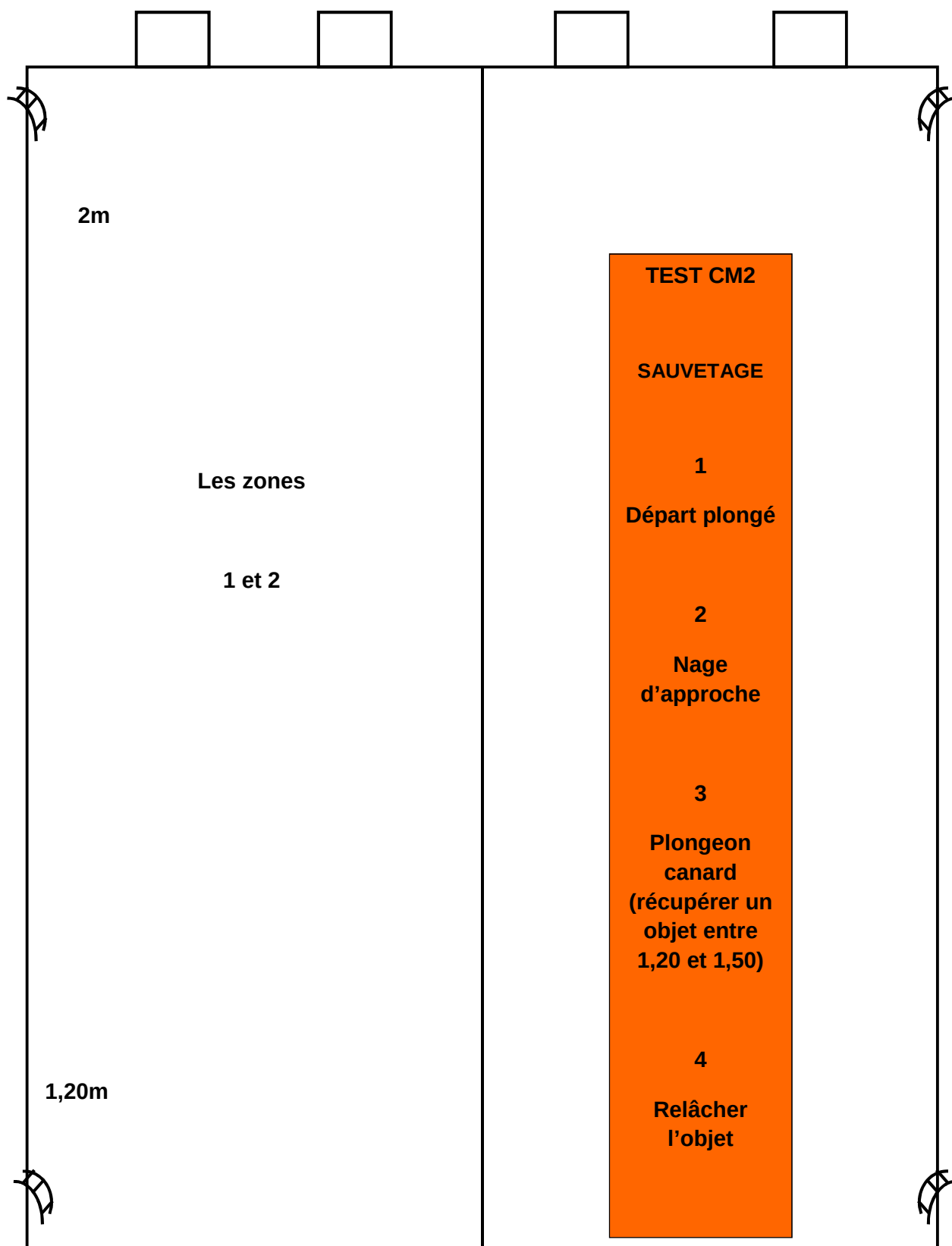


Parcours N° 8-9



Bassin sportif

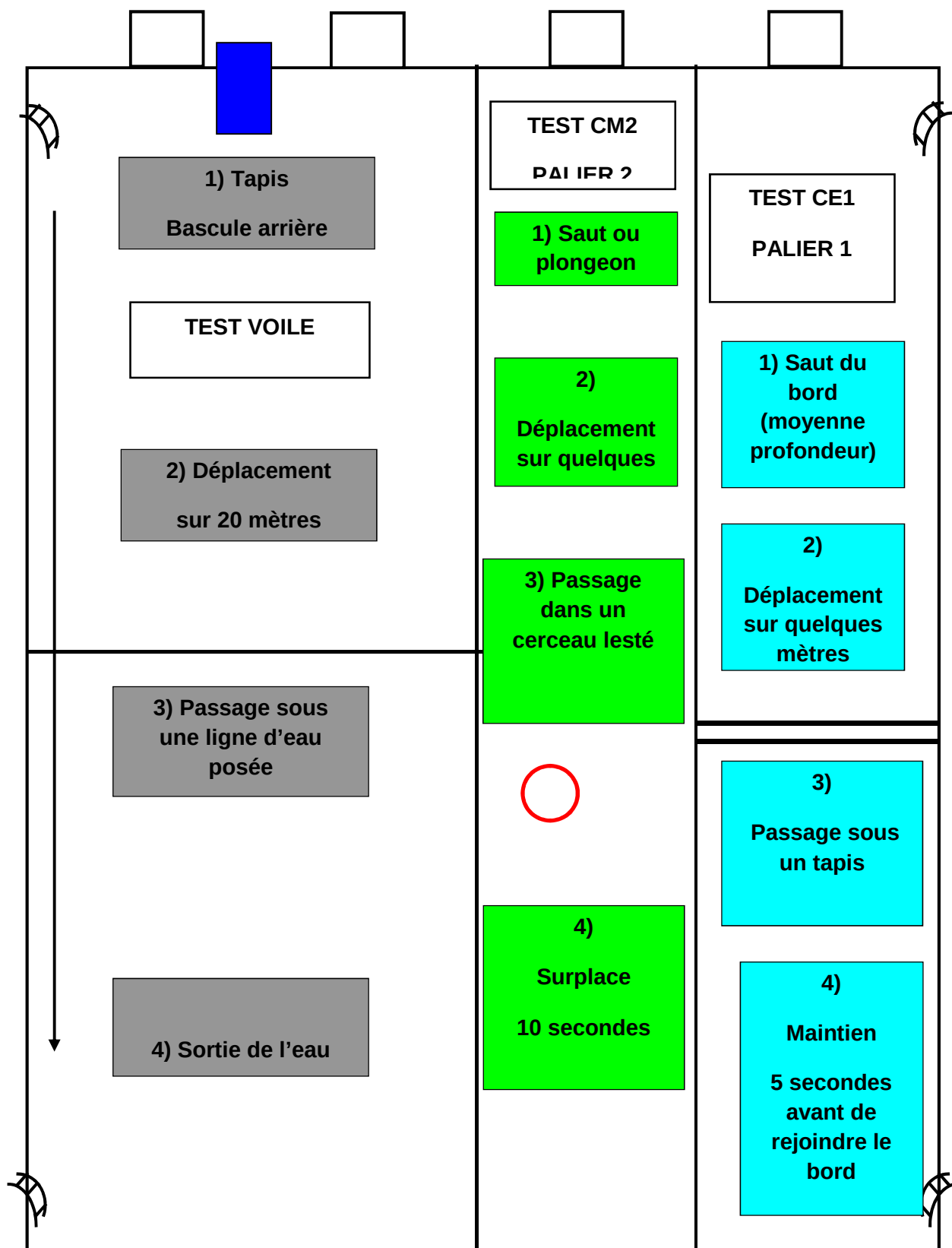
Descriptif du test CM2 Sauvetage



Bassin sportif - Descriptif des tests

« Nautisme » et « Effectuer un enchaînement d'actions Paliers 1 et 2 »

(durant les séances 8 et 9)



MODULE 1

PS MS GS

L'élève n'est jamais allé à la piscine, ne met pas la tête sous l'eau.

Priorités du module 1 :

Accent sur la familiarisation, la découverte du milieu

A : 1ères immersions complètes

B : Perte des appuis plantaires

C : Actions bras (PB) et jambes (GB)

En fin de module, l'élève sait mettre la tête sous l'eau.



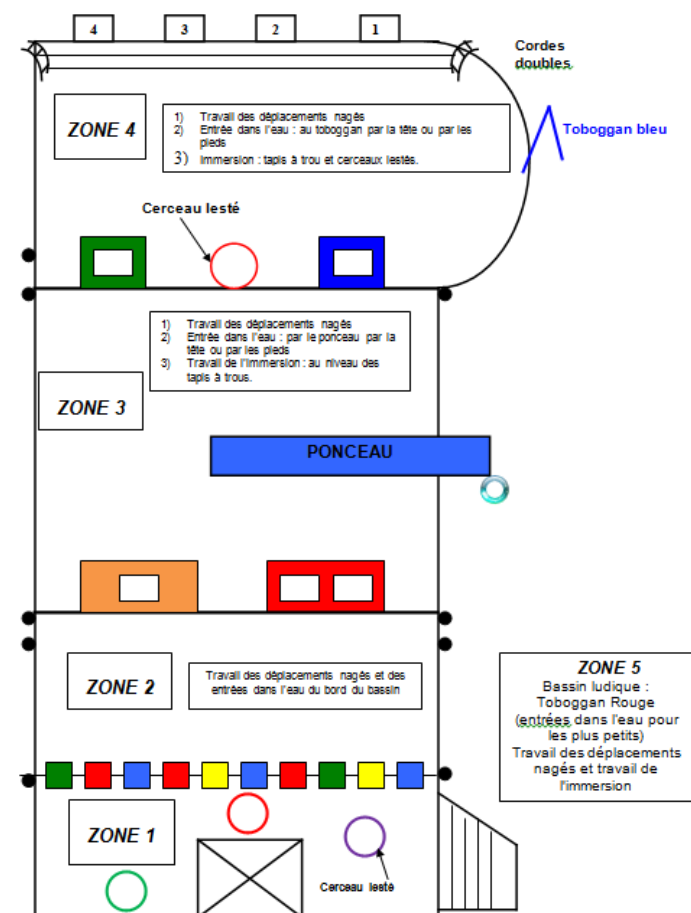
1^{er} type d'activités : les « éducatifs »

	Entrer dans l'eau (BL)	S'immerger (BL - marches)	S'équilibrer (BL)	Adapter sa respiration (BL – marches)	Se propulser
M O D U L E 1	Niveau 1 : Descendre dans l'eau avec l'aide de l'adulte, par l'escalier, par l'échelle Niveau 2 : Entrer dans l'eau à partir de la position « assis sur le bord » Niveau 3 : Sauter dans le « petit bain » avec une aide matérielle (hauteur d'eau : hauteur du cou) Niveau 4 : Sauter sans aide matérielle là où j'ai pied	Niveau 1 : Se faire couler de l'eau sur le visage, se faire asperger Niveau 2 : Plonger le visage dans l'eau Niveau 3 : Faire « le périscope » : immerger la bouche, le nez puis les yeux ; descendre et remonter doucement Niveau 4 : Entrer et sortir d'un cerceau et (ou) passer sous les barres de la cage immergée au ras de l'eau	Niveau 1 : Se balancer avec une frite ou une planche sous chaque bras (faire la « balançoire ») Niveau 2 : Chercher à s'allonger sur l'eau (remonter les jambes) En position ventrale et dorsale En variant la position du ou des « flotteur(s) » En variant la position de la tête (visage dans l'eau, regard vers le fond ou oreilles dans l'eau, regard vers le plafond) Niveau 3 : Se laisser porter par l'eau en position allongée avec aide	Niveau 1 : Souffler dans l'eau avec la bouche Niveau 2 : Souffler dans l'eau avec la bouche et (ou) le nez Niveau 3 : Souffler dans l'eau tête immergée	Niveau 1 : Marcher puis courir avec de l'eau jusqu'à la poitrine, jusqu'aux épaules Niveau 2 : Tracter un camarade Niveau 3 : Faire des bonds pour se déplacer Niveau 4 : S'appuyer sur une frite, un tapis puis avancer en poussant au sol Niveau 5 : S'allonger sur une frite, un tapis puis avancer en effectuant des battements de pieds (en profondeur puis à la surface, sur le ventre puis sur le dos)
	Conseils - Règles d'actions Immersion : L'élève acceptera de mettre la tête sous l'eau lorsqu'il aura pu prendre des repères visuels du fond du bassin, regarder ses pieds, des objets, un camarade, à l'aide de lunettes ou d'un masque juste posés sur les yeux. Essayer de contrer les idées reçues comme de fermer la bouche et de se boucher le nez : on descendra la bouche ouverte sous l'eau sans inspirer pour se rendre compte que l'eau reste uniquement dans la bouche. On soufflera par le nez pour éviter d'avaler de l'eau. Propulsion : Pour le mouvement des battements de jambes, les pieds doivent être légèrement tournés vers l'intérieur.				

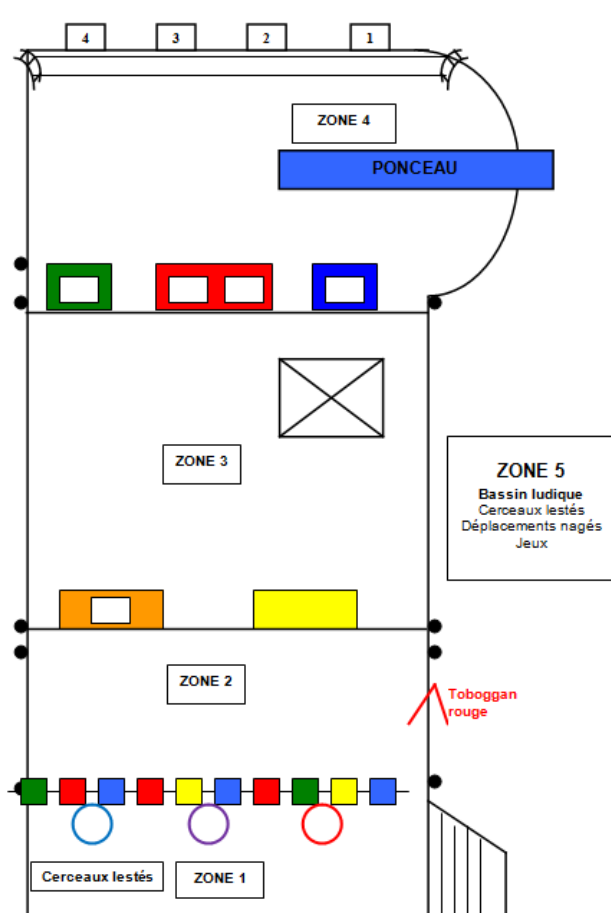
2^{ème} type d'activités : les parcours – bassin sportif

Conseils/Sécurité : Pour chaque situation de parcours où l'enfant évolue sans ceinture, il est nécessaire dans un premier temps d'avoir un adulte dans l'eau. Il faudra prévoir des parcours avec la possibilité de se rattraper à un objet flottant ou à un point fixe toujours accessible pour l'enfant (prévoir un tas de frites à proximité si nécessaire). Les parcours décrits dans chaque zone présentent une progression.

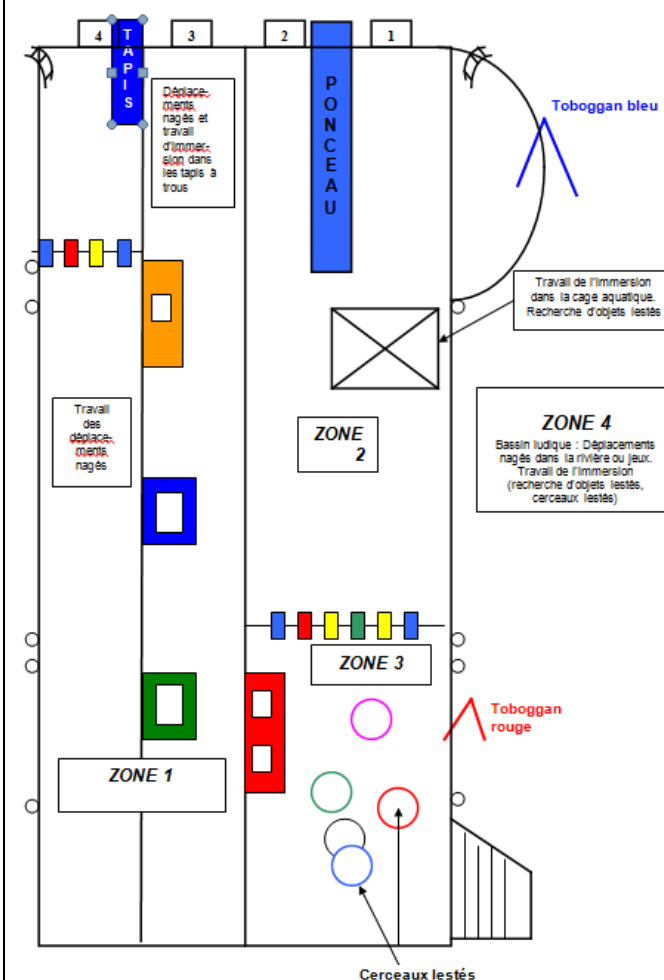
Séances 2, 3, 4 et 5



Séances 6 et 7

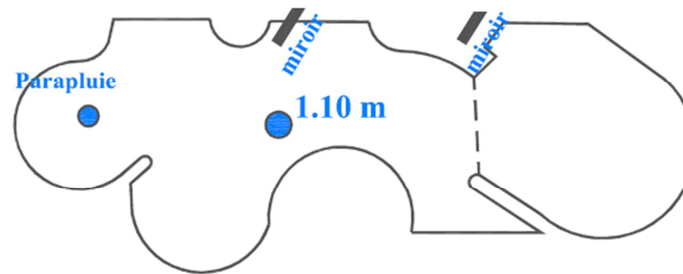


Séances 8 et 9



Séances 2, 3, 4 et 5	Séances 6 et 7	Séances 8 et 9
Zone 1 : Descendre progressivement des marches (crocodile en soufflant dans l'eau) puis traverser le bassin en marchant et en faisant des bulles dans l'eau. Se déplacer avec les mains sur les marches en soufflant dans l'eau (crocodiles sur les marches). Zone 1 : Sauter dans l'eau (immersion totale), passer sous les barres de la cage, tracter un camarade. Zone 1 : Descendre par les marches, passer dans les cerceaux lestés en marchant ou en nageant. Zone 1 : Jeux d'éclaboussures, faire la toilette du matin, souffler sur une balle de ping-pong pour la faire avancer ou souffler dans un tuyau pour faire des bulles.	Zone 1 : Travail en largeur, je m'allonge dans l'eau en soufflant par le nez et je passe dans le cerceau. Zone 1 : Immersion, par 2 : 1 enfant doit s'allonger sur le ventre et ouvrir grand la bouche, le copain vérifie que la bouche est grande ouverte. Zone 1 : 3 colonnes : Aller en courant jusqu'au cerceau. Passer dessous puis revenir au point de départ.	Zone 1 : Déplacements le long du mur, les deux mains dans la goulotte. L'enfant se déplace en appuis avec les pieds au mur, puis sans appuis. Ensuite lui demander d'être droit et de se déplacer les épaules dans l'eau, puis de se déplacer en mettant la tête sous l'eau. Travailler la respiration bouche/nez. Essayer de dépasser son camarade en passant derrière ses épaules.
Zone 2 : Sauter ou entrer dans l'eau assis sur le bord avec 1 frite sous chaque bras, se déplacer en avant ou en arrière. Zone 2 : Placer un tapis dans l'eau, sauter sans aide matérielle, s'allonger à plusieurs sur un tapis, traverser en poussant le tapis ou à l'aide de battements de jambes.	Zone 2 : Avec 1 frite sous les aisselles, descente du toboggan, l'enfant s'allonge tête dans l'eau et fait des battements de jambes. Zone 2 : Avec un adulte à l'arrivée du toboggan, l'enfant descend et se met en boule au contact de l'eau comme un hérisson qui a peur.	Zone 2 : Travail de l'immersion : on demande à l'enfant de descendre à l'aide des mains le long de la cage : « On cache son bonnet de bain sous l'eau et on souffle par le nez et la bouche ! » Zone 2 : Départ au ponceau, marche ou roulade avant : acceptation du déséquilibre. L'enfant rejoint ensuite le bord en s'allongeant tête dans l'eau et en soufflant, bras tendus devant + battements de jambes.
Zone 3 : Se déplacer à 4 pattes sur le ponceau puis, avec deux frites, regagner le bord en face en déplacement avant ou arrière. Passer dans les tapis à trou avec l'aide d'un adulte.	Zone 3 : Sauter dans l'eau puis se déplacer le long du bord. Faire le tour de la cage puis suivre la ligne d'eau sans passer dans les tapis jusqu'au bord opposé. Accroché au bord, faire des battements de jambes et des bulles dans l'eau avec le nez et la bouche.	Zone 3 : « Chutes » arrières au départ des marches, les deux mains derrière la tête. Passer à travers les cerceaux sans les toucher/ poussée à partir du mur « Être droit comme une flèche ». Zone 3 : Descendre le toboggan entre deux frites. Se déplacer jusqu'au tapis en avant et revenir jusqu'aux marches.
Zone 4 : Descendre par le grand toboggan ou par l'échelle et traverser le bassin à l'aide des cordes. Faire des bulles à la surface ou regarder le fond de la piscine en faisant des bulles. Essayer de s'allonger.	Zone 4 : Se déplacer à 4 pattes sur le ponceau, se déplacer en avant ou en arrière entre deux frites. Poser son matériel et traverser le bassin entre les cordes.	Zone 4 (BL) : Travail de déplacement avant et arrière avec du matériel de flottaison. Déplacement au mur. Travail du souffle dans l'eau en déplacement. Faire avancer une balle de ping-pong à la surface par exemple ou faire des bulles à l'aide d'un tuyau.

2^{ème} type d'activités : les parcours – bassin ludique



Travail du déplacement avant et arrière avec du matériel de flottaison.

Travail de la balançoire entres deux frites.

Déplacement au mur

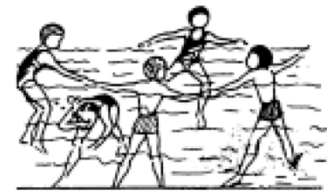
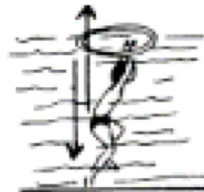
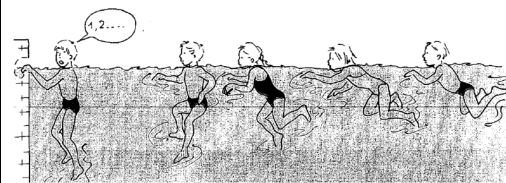
Travail du souffle dans l'eau en déplacement.

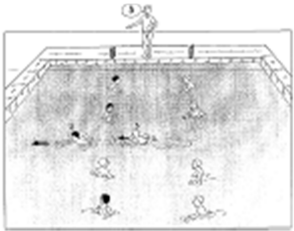
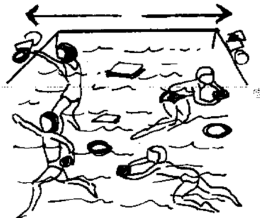
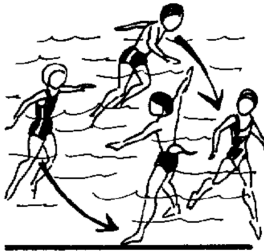
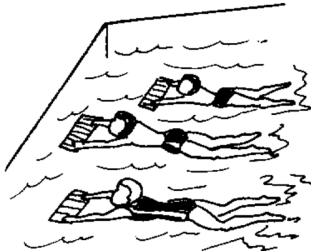
Faire avancer une balle de ping pong à la surface par exemple ou faire des bulles à l'aide » d'un tuyau.



3ème type d'activités : les «jeux»

BASSIN LUDIQUE ET/OU BASSIN SPORTIF

BASSIN LUDIQUE ET/OU BASSIN SPORTIF							
Objectif		Séances 2, 3, 4, 5		Objectif		Séances 6, 7, 8, 9	
C		Attrape-moi ! 	Par deux. Un élève se place à une longueur de bras devant un autre élève qui essaie de le toucher avant qu'il n'atteigne le bord opposé.	A		Le filet du pêcheur 	Plusieurs élèves forment une ronde. A l'intérieur se trouvent les « poissons ». Au signal, les poissons s'échappent en passant sous les bras ou entre les jambes des pêcheurs. S'ils réussissent, ils se joignent au filet
C		Le train 	Pendant que le train se déplace, la locomotive essaie d'accrocher le dernier wagon.	A		Le cerceau manquant 	Un cerceau en moins que le nombre d'élèves. Au signal, entrer dans l'un d'eux en passant par-dessous (principe des chaises musicales). Aucun élève n'est éliminé.
C		Le loup et l'agneau 	Les agneaux sont en colonne, se tiennent par les épaules. Le loup essaie de toucher le dernier agneau, les autres s'interposent.	A B C		1, 2, 3 soleil 	Les élèves ont pied. Ils doivent atteindre le mur le plus vite possible. Ils s'immobilisent ou s'immergent lorsque le meneur de jeu se retourne. Variante : Avec frite (battements de jambes)

C		Pile ou face 	Deux équipes dos à dos espacées de 1,50m. Au signal (pile ou face), chaque joueur de l'équipe désignée tente d'atteindre le bord avant d'être touché par son poursuivant.	A B C		Les épaves 	Deux équipes. Rapporter le plus d'objets flottants (variante : coulants) au bord de la piscine... Variante : retour en battements de jambes
A		La balle de ping pong 	Au signal, essayer d'amener la balle à un niveau donné, en soufflant dessus, menton dans l'eau.	A B C		L'épervier 	Un élève au milieu. Les autres essaient de traverser sans se faire toucher. Variante : S'immerger pour ne pas être touché.
A		La planche retournée 	Au signal donné, il faut retourner la planche le plus vite possible en n'utilisant que la tête.	B C		Courses 	Courses sous formes variées...

Outil d'évaluation du module 1

Le bernard-l'hermite

ENTRER DANS L'EAU (vaincre sa crainte)

- 1 Descendre dans l'eau avec l'aide de l'adulte, par l'escalier, par l'échelle
- 2 Entrer dans l'eau à partir de la position « assis sur le bord »
- 3 Sauter dans le « petit bain » avec une aide matérielle (hauteur d'eau : hauteur du cou)
- 4 Sauter sans aide matérielle là où j'ai pied

S'IMMERGER (en surface)

- 5 Se faire couler de l'eau sur le visage, se faire asperger
- 6 Plonger le visage dans l'eau
- 7 Faire « le périscope » : Immerger la bouche, le nez puis les yeux ; descendre et remonter doucement
- 8 Entrer et sortir d'un cerceau et (ou) passer sous les barres de la cage immergée au ras de l'eau

S'EQUILIBRER (Tendre vers une position horizontale avec deux aides à la flottaison, en petite profondeur)

- 9 Se balancer avec une frite ou une planche sous chaque bras (faire la « balançoire »)
- 10 Chercher à s'allonger sur l'eau (remonter les jambes)
 - en position ventrale et dorsale
 - en variant la position du ou des « flotteur(s) »
 - en variant la position de la tête (visage dans l'eau, regard vers le fond ou oreilles dans l'eau, regard vers le plafond)
- 11 Se laisser porter par l'eau en position allongée avec aide

ADAPTER SA RESPIRATION

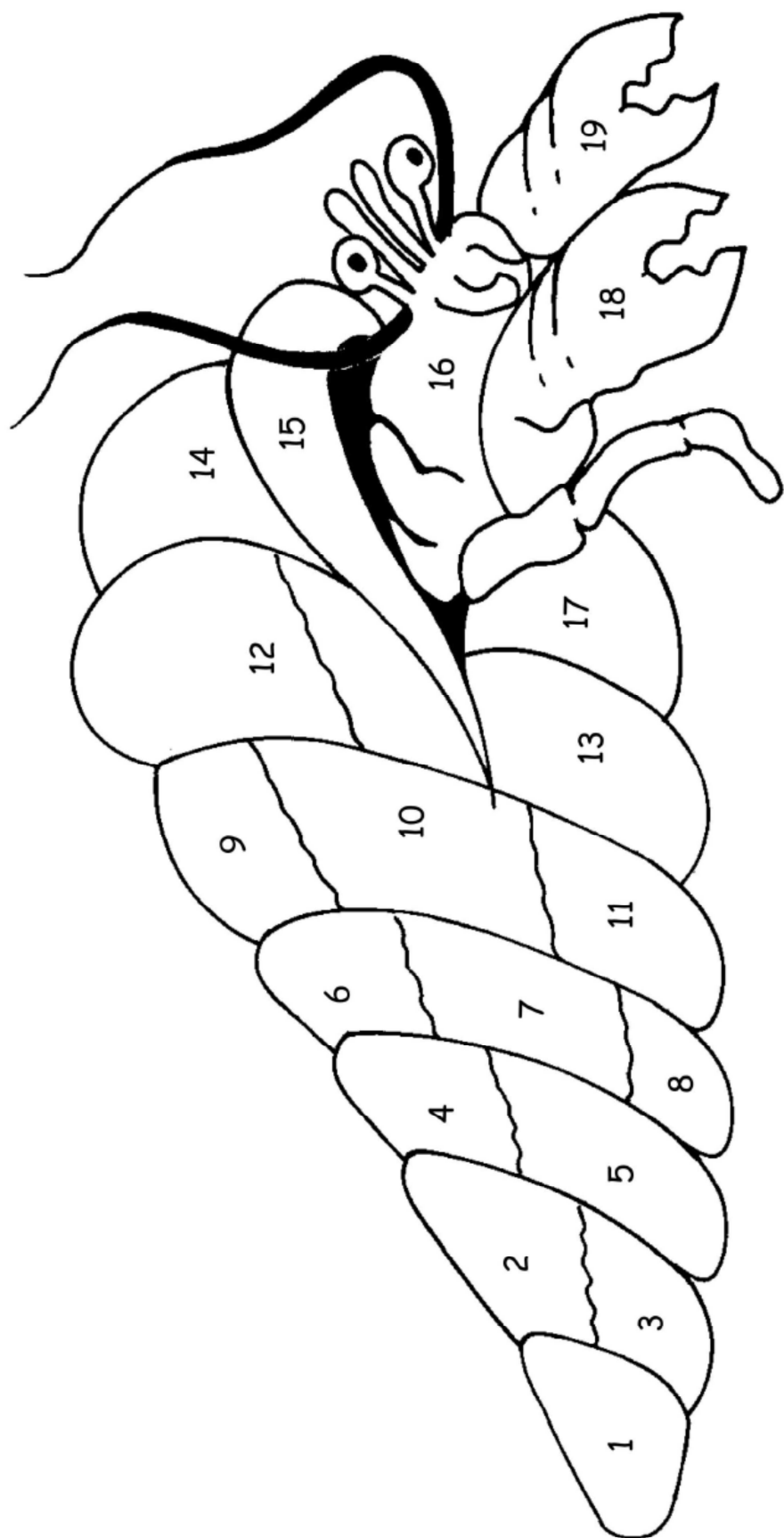
- 12 Souffler dans l'eau avec la bouche
- 13 Souffler dans l'eau avec la bouche et (ou) le nez
- 14 Souffler dans l'eau face immergée

SE PROPULSER

- 15 Marcher puis courir avec de l'eau jusqu'à la poitrine, jusqu'aux épaules
- 16 Tracter un camarade
- 17 Faire des bonds pour se déplacer (« les kangourous »)
- 18 S'appuyer sur une frite, un tapis puis avancer en poussant au sol
- 19 S'allonger sur la frite, le tapis puis avancer en effectuant des battements de pieds (en profondeur puis à la surface, sur le ventre puis sur le dos)



LE BERNARD-L'HERMITE

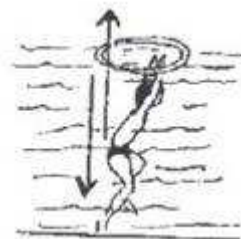
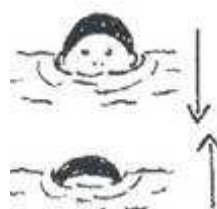


BANQUE D'IMAGES

Entrer dans l'eau : 1 - 2 - 3 - 4



S'immerger : 5 - 6 - 7 - 8



S'équilibrer : 9 - 10 - 11



Adapter sa respiration : 12 - 13 - 14



Se propulser : 15 - 16 - 17 - 18 - 19



MODULE 2

GS CP

L'élève sait mettre la tête sous l'eau.

Priorités du module 2

A : Explorer la profondeur

B : Remontées passives

C : Equilibres dans diverses positions (vers allongement : l'étoile)

D : Glissées ventrales et dorsales

En fin de module, l'élève maîtrise les équilibres et les glissées.



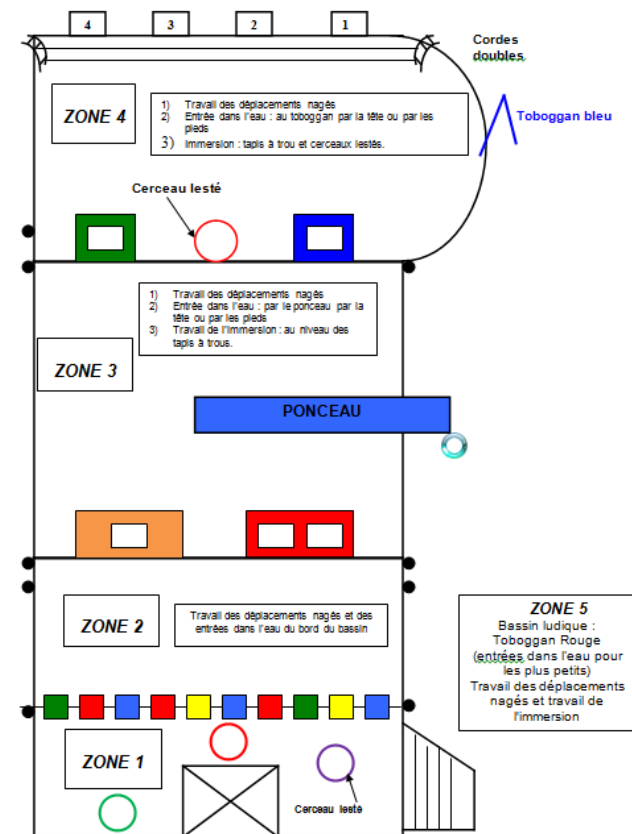
1^{er} type d'activités : les « éducatifs »

	Entrer dans l'eau	S'immerger	S'équilibrer	Adapter sa respiration	Se propulser
M O D U L E 2	Niveau 1 : Sauter avec une aide matérielle ou chuter dans des positions diverses avec aide à la flottaison (rouler, basculer en arrière, en avant, du bord, d'un tapis...) Niveau 2 : Sauter dans un cerceau (loin, près, sans le toucher...) Niveau 3 : Sauter avec impulsion (par-dessus un obstacle, groupé, corps tendu...)	Niveau 1 : Disparaître 5 à 10 secondes (1, 2, 3 soleil) Niveau 2 : Toucher le fond avec la main (avec une aide : camarade, cage...) en petite profondeur (eau à mi-poitrine...1,20m) Niveau 3 : Echanger des signes avec un camarade (ouvrir les yeux) Niveau 4 : Ramasser des objets lestés (petite profondeur) Niveau 5 : Descendre le long de la perche (grande profondeur : 1,50m à 2m) – remontée passive	Niveau 1 : S'allonger en étoile (avec une frite sous chaque bras) (sur le ventre et sur le dos) (5 secondes) Niveau 2 : Coulée ventrale en position « torpille » (bras et jambes allongés avec une frite dans les mains) sur le ventre Niveau 3 : S'équilibrer sur le dos avec la frite sous la nuque. Niveau 4 : Niveau 3 avec frite sur les cuisses Niveau 5 : Equilibre sur le ventre et le dos sans matériel	Niveau 1 : S'immerger progressivement à la verticale jusqu'à disparaître complètement puis souffler Niveau 2 : Souffler dans l'eau longuement en immersion complète (5 à 10 secondes) Niveau 3 : S'immerger doucement en soufflant puis remonter, inspirer. Recommencer plusieurs fois. (Petite profondeur ; « le périscope »)	Niveau 1 : Se déplacer en petite profondeur avec un objet flottant, de plus en plus loin (ventre et dos) Niveau 2 : Se déplacer en petite profondeur sans aide sur quelques mètres (ventre et dos) en battements de jambes Niveau 3 : Se déplacer en petite profondeur sans aide sur quelques mètres (ventre et dos) avec jambes et bras
	Conseils - Règles d'actions <u>Immersion</u> : Pour une descente verticale le regard doit être orienté droit devant ou vers le fond. <u>Equilibre</u> : Pour un équilibre sur le dos : 1/ Avoir de l'eau jusqu'aux épaules, 2/ Mettre les oreilles dans l'eau (sans impulsion sur les jambes) <u>Respiration</u> : Orienter le regard vers le fond du bassin (éviter ainsi l'eau dans le nez). <u>Propulsion</u> : Sur le dos, les jambes doivent être sous l'eau, seuls les orteils peuvent sortir de l'eau. Sur le ventre, tous les exercices doivent être réalisés en soufflant dans l'eau				

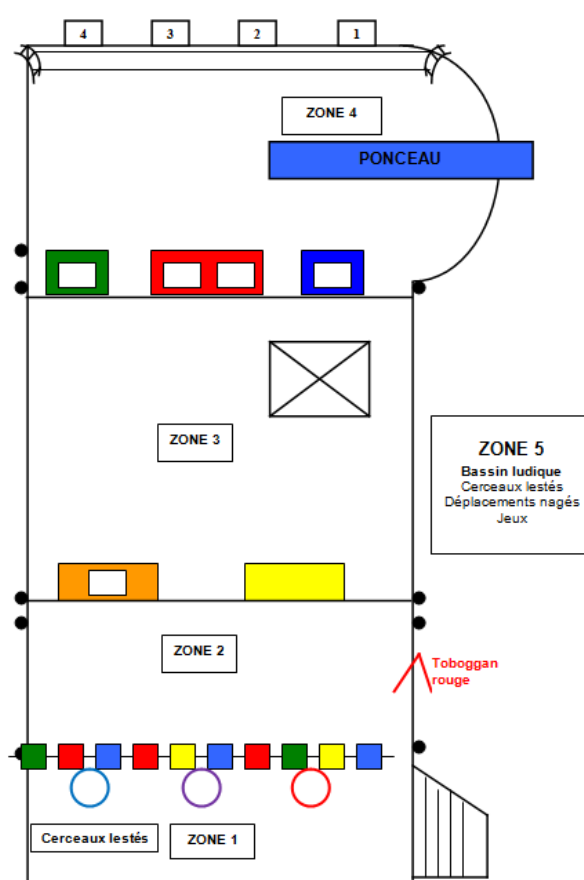
2^{ème} type d'activités : les parcours

Conseils/Sécurité : Pour chaque situation de parcours où l'enfant évolue sans ceinture, il est nécessaire dans un premier temps d'avoir un adulte dans l'eau. Il faudra prévoir des parcours avec la possibilité de se rattraper à un objet flottant ou à un point fixe toujours accessible pour l'enfant (prévoir un tas de frites à proximité si nécessaire). Les parcours décrits dans chaque zone présentent une progression.

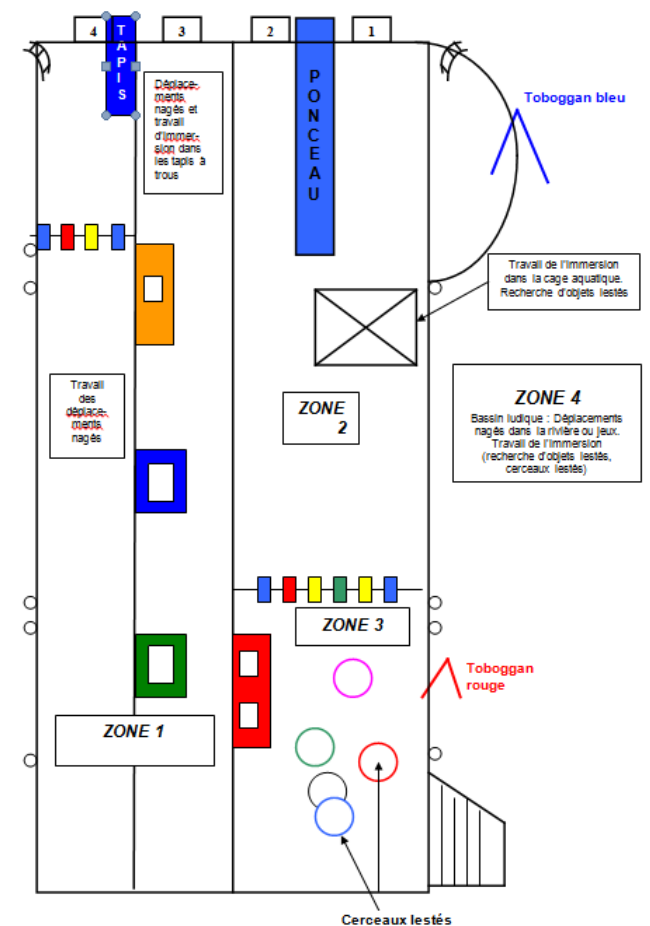
Séances 2, 3, 4 et 5



Séances 6 et 7

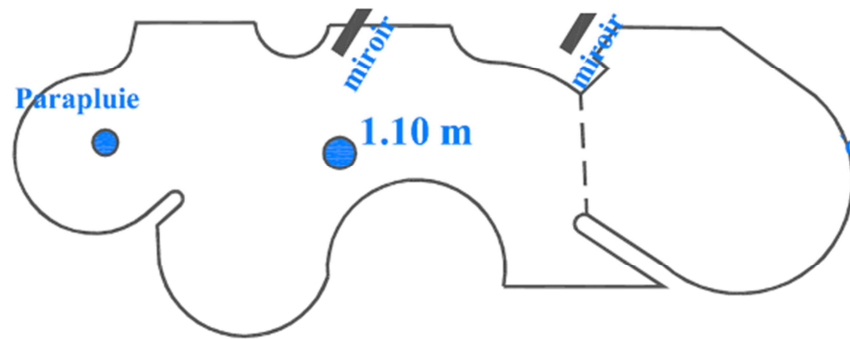


Séances 8 et 9



Séances 2, 3, 4 et 5	Séances 6 et 7	Séances 8 et 9
Zone 1 : Entrée dans l'eau autrement que par les marches et l'échelle, demander à l'enfant d'aller coller son ventre au fond de l'eau. Au bout de 3 essais lui demander « Que se passe-t-il ? ». Lui faire prendre conscience de l'exercice de la flottaison. Zone 1 : Déplacement sur le ventre et sur le dos sur quelques mètres sans matériel (que les jambes puis bras et jambes). Zone 1 : Faire le périscope.	Zone 1 : Sauter avec impulsion à l'intérieur du cerceau puis aller toucher le fond avec une main. Zone 1 : travailler par 2 : échanger des signes sous l'eau. Zone 1 : Faire le jeu 1,2,3 soleil.	Zone 1 : Sauter dans l'eau à gauche de l'échelle (petit bain) puis passer au travers des tapis en dessous puis par-dessus pour le tapis orange. Passer sous la ligne et suivre la ligne d'eau. Traverser le couloir à l'aide de la ligne en travers pour rejoindre le bord.
Zone 2 : Sauter avec impulsion dans un cerceau, s'allonger sur le ventre, bras tendus avec une frite et avancer avec ses jambes, tête dans l'eau en soufflant : retour en dos la frite sur les cuisses, regard orienté vers le haut.	Zone 2 : Descendre par le toboggan, traverser la largeur sur le dos avec une frite sous la nuque. Demander à l'enfant de battre des jambes sans sortir les genoux de l'eau.	Zone 2 : Passer par le ponceau en variant les modes de déplacement (marcher, courir en avant en arrière) puis rejoindre la cage avec ou sans matériel de flottaison. Descendre le long de la cage et aller toucher le fond avec les pieds. Essayer d'aller toucher le sol avec la main
Zone 3 : Parcours avec les tapis, passer dessus, dessous, penser à demander à l'enfant de s'allonger entre chaque tapis et de rester immergé pendant plus de 5 secondes. Zone 3 : Varier le mode de déplacement sur le ponceau (marcher, courir, en avant, en arrière) et sauter dans l'eau avec du matériel de flottaison pour rejoindre le bord en face.	Zone 3 : Travail de l'immersion dans la cage. Descendre les fesses en premier, puis toucher le fond avec une main puis les deux. Descendre la tête la première tout en soufflant le plus longtemps possible	Zone 3 : Descendre par le toboggan puis nager jusqu'au tapis avec ou sans aide matérielle , sur le ventre ou sur le dos. Passage dans le tapis puis dans les cerceaux.
Zone 4 : Au niveau des cordes, l'enfant traverse à l'aide des mains en se faisant le plus grand possible. Lui demander de regarder le fond et de souffler de l'air tout en avançant. Zone 4 : Descendre par le toboggan avec du matériel de flottaison et traverser le bassin en déplacement ventral et dorsal.	Zone 4 : Passer sur le ponceau en variant le mode de déplacement (marcher, courir, en avant, en arrière) puis à l'aide d'une frite se déplacer en utilisant les bras et les jambes jusqu'au bord. Revenir entre les cordes en adoptant une position bien allongée sur le ventre et en soufflant dans l'eau.	Zone 4 : Travail du déplacement ventral et dorsal avec du matériel de flottaison. Adopter une position bien allongée. Essayer de passer dans les cerceaux à l'aide des marches ou du mur. Passer à travers un cerceau disposé sous la surface de l'eau en effectuant la fusée = glissée (position bien allongée avec les deux bras devant).

2^{ème} type d'activités : les parcours – bassin ludique



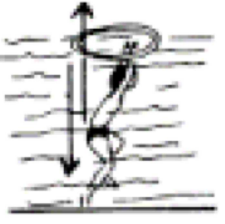
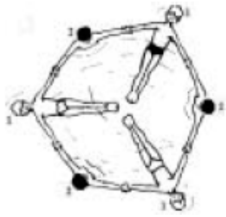
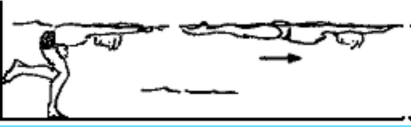
Zone 4 et 5 : Travail du déplacement ventral et dorsal avec du matériel de flottaison. Adopter une position bien allongée. Action uniquement des jambes puis bras et jambes.

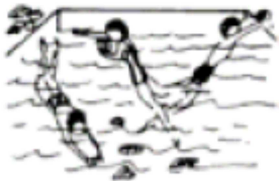
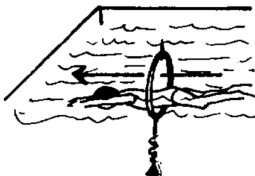
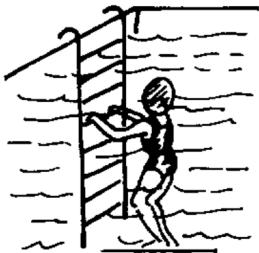
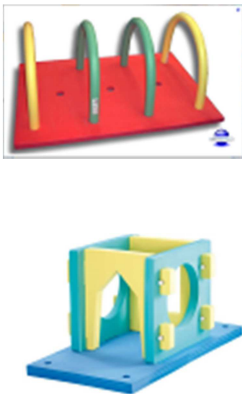
Essayer de passer dans les cerceaux à l'aide des marches ou du mur.

Passer à travers un cerceau disposé sous la surface de l'eau en effectuant une fusée (position bien allongée et travail de la glissée).



3ème type d'activités : les «jeux» - BASSIN LUDIQUE ET/OU BASSIN SPORTIF

Objectif		Séances 2, 3, 4, 5	Objectif		Séances 6, 7, 8, 9	
A		Le filet du pêcheur 	Plusieurs élèves forment une ronde. A l'intérieur se trouvent les « poissons ». Au signal, les poissons s'échappent en passant sous les bras ou entre les jambes des pêcheurs. S'ils réussissent, ils se joignent au filet	C	Vers l'étoile ventrale et dorsale avec matériel 	Chercher des solutions pour s'allonger sur le ventre ou le dos avec un objet flottant dans chaque main.
A		Le cerceau manquant 	Un cerceau en moins que le nombre d'élèves. Au signal, entrer dans l'un d'eux en passant par-dessous (principe des chaises musicales). Aucun élève n'est éliminé.	C	La fleur 	En ronde : un enfant sur deux s'allonge sur l'eau. Passer de la position dorsale à la position ventrale.
A		Couleurs et formes 	Reconnaître l'objet, la couleur, le nombre de doigts montré(e)s sous l'eau	D	La cible 	A la fin d'une glissée ventrale, poser ses deux pieds sur une des cibles (anneaux lestés) se trouvant entre 4 et 6 mètres.

A B C		Les pêcheurs de perles 	Des objets lestés sont répartis dans une zone. Rapporter le plus d'objets possible en 45 secondes.		C D	Le tunnel 	Traverser des cerceaux à demi-immergés tenus verticalement entre 3 et 5 mètres du bord. (ne pas redresser la tête lors de la glissée)
A		Toucher le fond 	En descendant le long de l'échelle, d'une perche, toucher le fond avec le pied, la main...		C	Les constructions 	Deux équipes réalisent deux constructions imaginaires identiques d'un côté d'un bassin. Les joueurs de chaque équipe doivent ensuite démonter leur structure pièce par pièce, transporter chaque pièce de l'autre côté du bassin et reconstruire la structure à l'identique...pénalité de temps en cas d'erreur !

Outil d'évaluation du module 2

L'otarie

ENTRER DANS L'EAU

- 1 Sauter avec une aide matérielle ou chuter dans des positions diverses avec aide à la flottaison (rouler, basculer en arrière, en avant, du bord, d'un tapis...)
- 2 Sauter dans un cerceau (loin, près, sans le toucher...)
- 3 Sauter avec impulsion (par-dessus un obstacle, groupé, corps tendu...)

S'IMMERGER

- 4 Disparaître 5 à 10 secondes (1, 2, 3 soleil)
- 5 Toucher le fond avec la main (avec une aide : camarade, cage...) en petite profondeur (eau à mi-poitrine...1,20m)
- 6 Echanger des signes avec un camarade (ouvrir les yeux)
- 7 Ramasser des objets lestés (petite profondeur)
- 8 Descendre le long de la perche (grande profondeur : 1,50m à 2m) – remontée passive

S'ÉQUILIBRER

- 9 S'allonger en étoile (avec une frite sous chaque bras) (sur le ventre et sur le dos) (5 secondes)
- 10 Coulée ventrale en position « torpille » (bras et jambes allongés avec une frite dans les mains) sur le ventre
- 11 S'équilibrer sur le dos avec la frite sous la nuque.
- 12 S'équilibrer sur le dos avec la frite sur les cuisses
- 13 S'équilibrer sur le ventre et le dos sans matériel

ADAPTER SA RESPIRATION

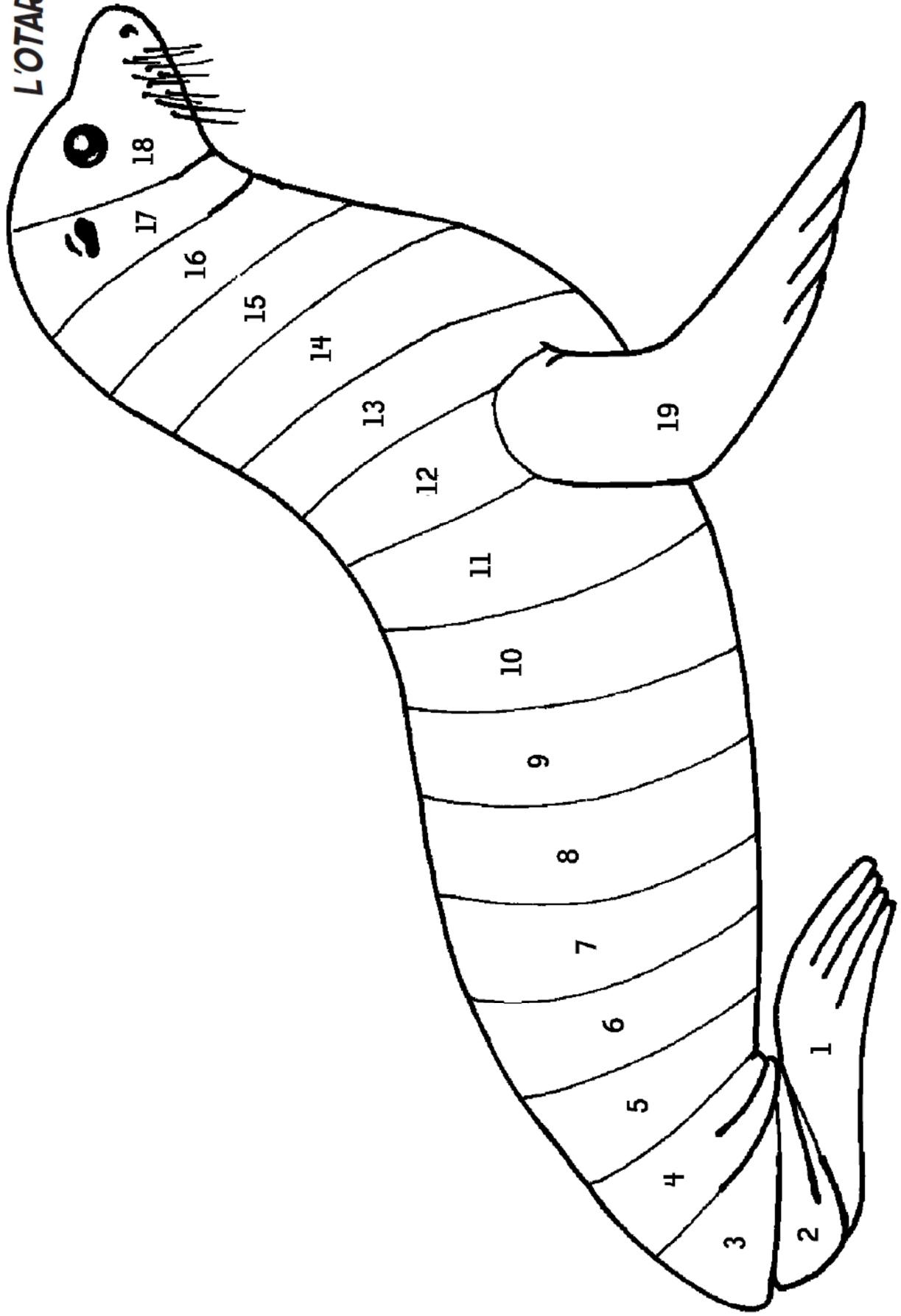
- 14 S'immerger progressivement à la verticale jusqu'à disparaître complètement puis souffler
- 15 Souffler dans l'eau longuement en immersion complète (5 à 10 secondes)
- 16 S'immerger doucement en soufflant puis remonter, inspirer. Recommencer plusieurs fois. (Petite profondeur ; « le périscope »)

SE PROPULSER

- 17 Se déplacer en petite profondeur avec un objet flottant, de plus en plus loin (ventre et dos)
- 18 Se déplacer en petite profondeur sans aide sur quelques mètres (ventre et dos) en battements de jambes
- 19 Se déplacer en petite profondeur sans aide sur quelques mètres (ventre et dos) avec jambes et bras.



L'OTARIE

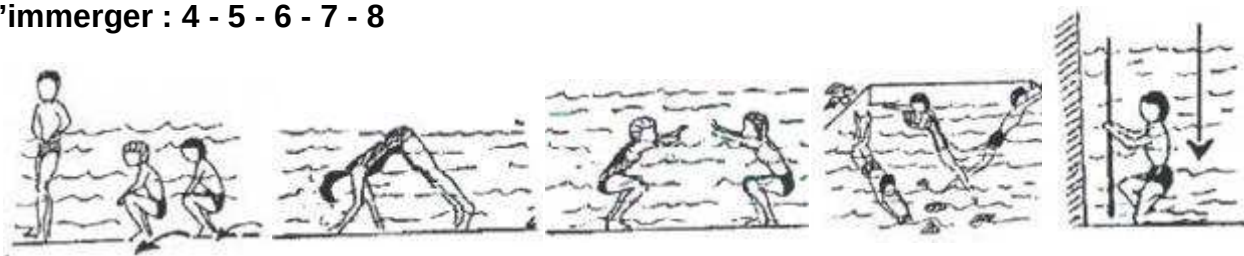


BANQUE D'IMAGES

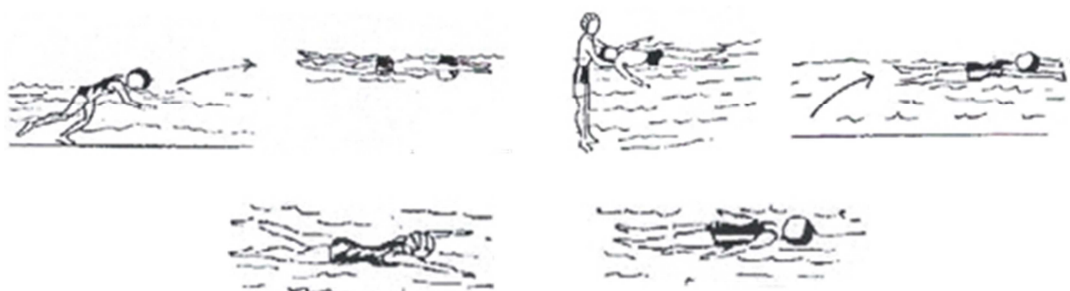
Entrer dans l'eau : 1 - 2 - 3



S'immerger : 4 - 5 - 6 - 7 - 8



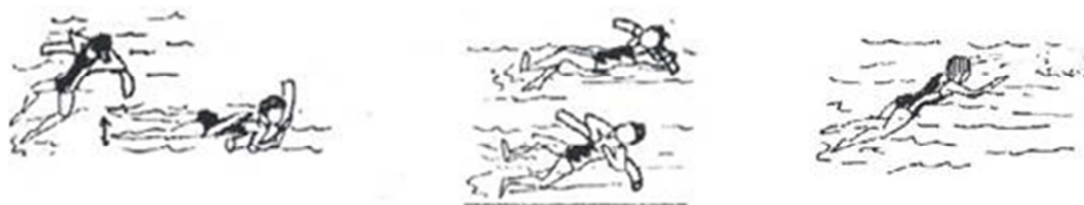
S'équilibrer : 9 - 10 - 11 - 12 - 13



Adapter sa respiration : 14 - 15 - 16



Se propulser : 17 - 18 - 19



MODULE 3 (CP) CE1

L'élève maîtrise les équilibres et les glissées.

Priorités du module 3 :

A : Propulsion/Battements de jambes équilibrateurs

B : Propulsion/Découverte de l'action propulsive des bras

C : Respiration/Enchaînement d'expirations complètes en lien avec la propulsion

En fin de module,

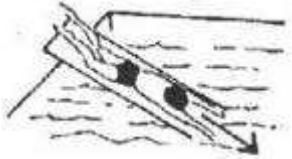
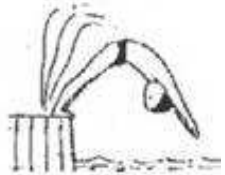
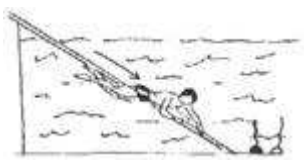
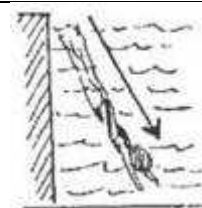
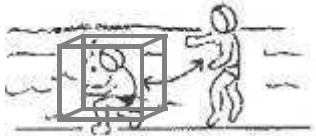
L'élève se déplace sur 15 mètres sans aide à la flottaison.



1^{er} type d'activités : les « éducatifs »

	Entrer dans l'eau	S'immerger	S'équilibrer	Adapter sa respiration	Se propulser
M O D U L E 3	Niveau 1 : Basculer dans l'eau en avant Niveau 2 : Glisser dans l'eau tête la première (à partir d'un tapis, d'un toboggan) Niveau 3 : Basculer dans l'eau tête la première à partir d'une position groupée, un genou au sol, bras tendus vers un repère au fond, tête rentrée entre les bras (menton dans le cou) Niveau 4 : Tête la première à partir de la même position qu'en 3, fesses relevées, basculer dans l'eau	Niveau 1 : Passer entre les jambes (petite profondeur : 1,20m) Niveau 2 : Descendre le long de la perche ou de l'échelle jusqu'au fond Niveau 3 : Descendre au fond (1,50m) sans aide et remonter un objet Niveau 4 : Descendre au fond (1,50m) avec l'aide de la perche oblique et s'y déplacer (suivre une ligne, ramasser un objet, passer dans un cerceau vertical...)	Niveau 1 : A la goulotte, en position verticale sans ceinture (passer un par un sous contrôle de l'adulte) : A : prendre une inspiration mettre la tête dans l'eau (sans prendre d'élan) B : lâcher une main puis les deux ; les agiter en surface (les marionnettes) Niveau 2 : Sans ceinture, se laisser équilibrer par l'eau : faire la boule (position groupée) et se laisser retourner par l'eau	Niveau 1 : Passer sous les barreaux de la cage, souffler sous chaque barreau Niveau 2 : Accroché à la goulotte, s'immerger doucement en soufflant puis remonter, inspirer et recommencer plusieurs fois Niveau 3 : S'immerger doucement en soufflant puis remonter, inspirer. Recommencer plusieurs fois régulièrement et en se déplaçant. (Petite profondeur ; « le kangourou ») Niveau 4 : En grande profondeur, avec une ceinture, se déplacer en nageant et en soufflant dans l'eau (sortir la tête de face), s'aider des bras pour inspirer (bras en brasse) Niveau 5 : Niveau 3 sans reprise d'appui sans ceinture sur place	Niveau 1 : Prolonger une glissée par des battements Niveau 2 : Avec une ceinture, découvrir les effets de mouvements de bras Niveau 3 : A l'aide d'une frite ou d'une ceinture : ralentir les mouvements, amplifier les mouvements, pousser/tirer fort et loin Niveau 4 : Après une glissée, aller le plus loin possible avec 4 mouvements de bras. Niveau 5 : Après une glissée ventrale, aller le plus loin possible en « tournant » les bras. Inspirer sur le côté quand nécessaire puis recommencer.
	Conseils - Règles d'actions Equilibre : Garder le menton collé sur la poitrine. Propulsion : Sur le dos et sur le ventre, battement de jambes avec début d'action des bras (dos crawlé et battement de jambes et bras de brasse sur le ventre). Respiration : L'inspiration se fait au début du mouvement de bras de brasse. Les mains ne doivent pas dépasser la ligne des épaules.				

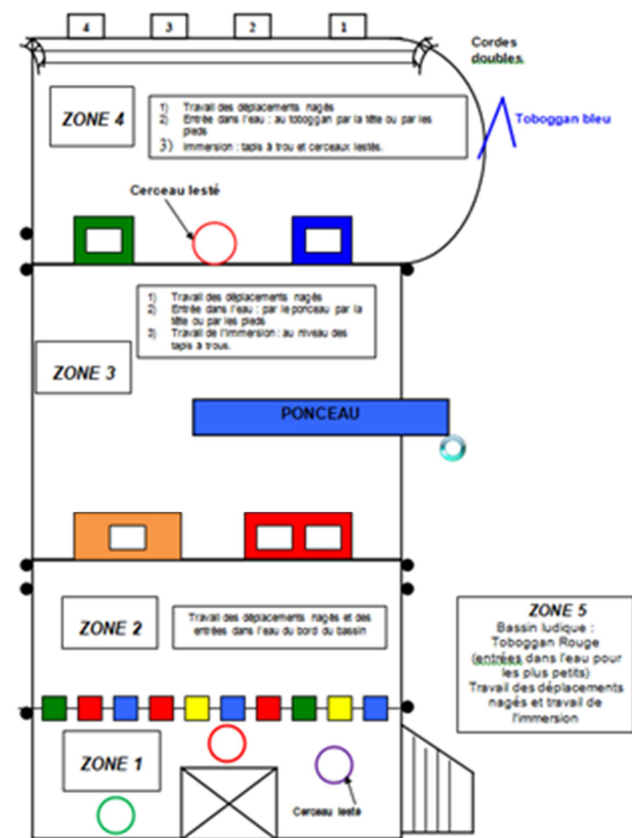
1^{er} type d'activité : les éducatifs – Illustration de la progression

Entrer dans l'eau					
S'immerger					
S'équilibrer					
Adapter sa respiration					
Se propulser					

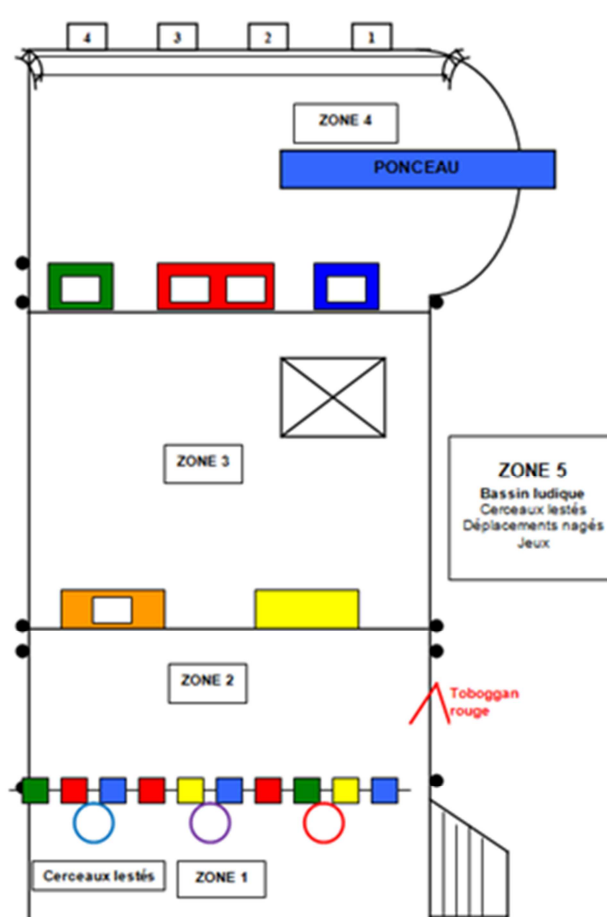
2^{ème} type d'activités : les parcours

Conseils/Sécurité : Pour chaque situation de parcours où l'enfant évolue sans ceinture, il est nécessaire dans un premier temps d'avoir un adulte dans l'eau. Il faudra prévoir des parcours avec la possibilité de se rattraper à un objet flottant ou à un point fixe toujours accessible pour l'enfant (prévoir un tas de frites à proximité si nécessaire). Les parcours décrits dans chaque zone présentent une progression.

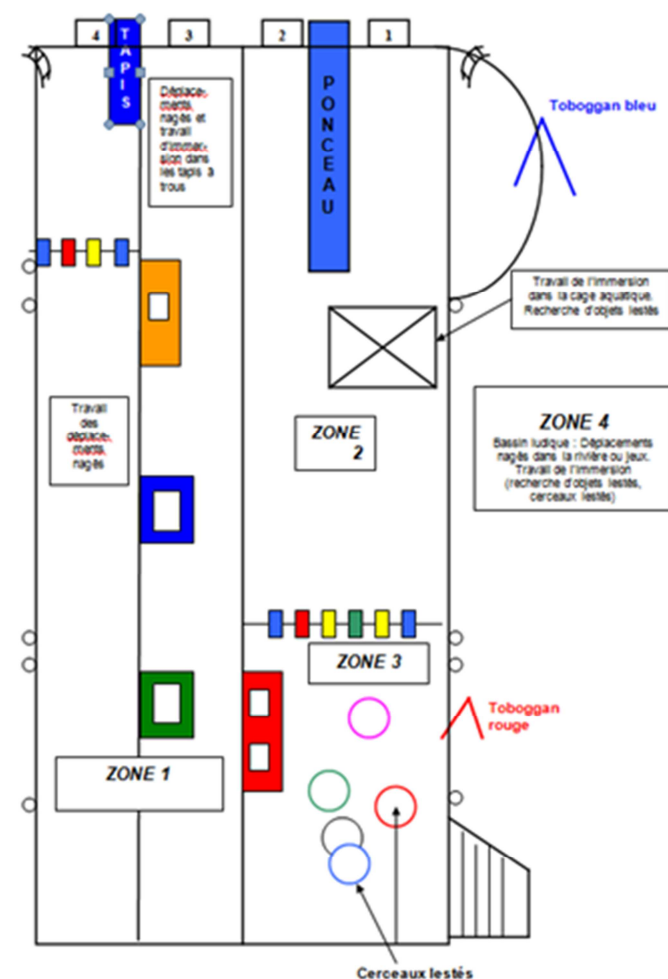
Séances 2, 3, 4 et 5



Séances 6 et 7

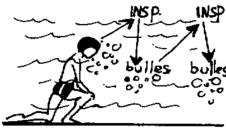
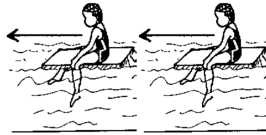


Séances 8 et 9



Séances 2, 3, 4 et 5	Séances 6 et 7	Séances 8 et 9
Zone 1 : Passer dans les cerceaux et sous les jambes de son camarade. Se mettre en boule et se laisser porter et déséquilibrer par l'eau. Passer sous les barreaux de la cage, souffler sous chaque barreau.	Zone 1 : Effectuer une glissée ventrale et aller le plus loin possible sans bouger avec ou sans planche. Aller jusqu'au bord en battement de jambes sur le ventre puis revenir en passant sous les cerceaux accrochés sur la ligne en soufflant dans l'eau à chaque passage.	Zone 1 : Se laisser tomber dans l'eau par la tête ou en arrière, puis nager à l'aide d'un matériel de flottaison. Déplacement sur le ventre ou sur le dos puis revenir en passant sous les tapis. Variante pour le tapis orange : monter dessus et effectuer un plongeon.
Zone 2 : Se laisser tomber dans l'eau en boule la tête la première puis travail du déplacement ventral et dorsal avec ou sans matériel de flottaison.	Zone 2 : Descendre du toboggan par la tête pour effectuer une glissée le plus loin possible puis avec une frite se déplacer sur le ventre avec action des bras en brasse pour inspirer. Varier ensuite le déplacement sur le dos.	Zone2 : Se déplacer sur le ponceau en variant le mode de déplacement (ramper, sauter, rouler, marcher, courir en avant, en arrière..) puis avec une ceinture se déplacer sur le ventre en battement et bras de brasse et ce jusqu'à la ligne de la zone 3. Varier en effectuant un déplacement sur le dos. Zone 2 : Descendre le long de la cage en soufflant et aller chercher un anneau lesté en utilisant la cage pour descendre la tête la première.
Zone 3 : Se déplacer sur le ponceau en variant le mode de déplacement (ramper, sauter, rouler, marcher, courir en avant, en arrière..) puis avec une frite, se déplacer sur le ventre en soufflant dans l'eau (s'aider de ses bras pour inspirer). Varier le déplacement sur le dos en mettant également en action les bras.	Zone 3 : Plonger en position accroupi, passer par le tapis jaune en montant dessus et faire une roulade puis par le tapis orange en essayant de faire un plongeon. Nager le long du bord sur le ventre, (possibilité de s'accrocher au bord). Revenir en passant sous les tapis et puis aller chercher un anneau lesté avec ou sans l'aide de la cage. Bien souffler pour descendre et utiliser la cage pour descendre la tête la première.	Zone 3 : Descendre par le toboggan tête la première pour passer dans un cerceau lesté puis nager sur le ventre jusqu'au tapis rouge. Passer dessous en soufflant, puis terminer en passant dans le plus de cerceaux possible sans remonter à la surface.
Zone 4 : Descendre par le toboggan en position assise ou sur le ventre, traverser le bassin sur le dos ou le ventre avec les bras et les jambes tout en soufflant dans l'eau avec ou sans ceinture. Zone 4 : Descendre par le toboggan en position assise ou sur le ventre, traverser le bassin sur le ventre avec les bras et les jambes tout en soufflant dans l'eau et en inspirant avec le mouvement des bras avec ou sans frite. Revenir entre les cordes sans matériel sur le dos. Inverser le déplacement entre le dos et le ventre. Zone 4 : Sauter ou descendre par le toboggan, passer dans les deux tapis et le cerceau puis nager sans matériel sur le ventre ou le dos le long du bord. Revenir entre les cordes sur le dos ou le ventre (inverser les modes de déplacement) .	Zone 4 : Se déplacer sur le ponceau en variant le mode de déplacement (ramper, sauter, rouler, marcher, courir en avant, en arrière..) puis traverser le bassin sur le dos ou le ventre avec les bras et les jambes tout en soufflant dans l'eau (avec ou sans ceinture). Zone 4 : Se déplacer sur le ponceau en variant le mode de déplacement. Traverser le bassin sur le ventre avec les bras et les jambes tout en soufflant dans l'eau et en inspirant avec le mouvement des bras avec ou sans frite. Revenir entre les cordes sans matériel (sur le dos). Inverser le déplacement entre le dos et le ventre. Zone 4 : Plonger/Sauter, passer à travers les trois tapis par dessous et nager sans matériel sur le ventre ou le dos le long du bord. Revenir entre les cordes sur le dos ou le ventre. Terminer par le passage sur le ponceau pour traverser le bassin sur le ventre ou le dos avec ou sans matériel.	Zone 4 : « Chutes » arrières au départ des marches les deux mains derrière la tête. Passer à travers les cerceaux sans les toucher/ poussée à partir du mur « Être droit comme une flèche » Zone 4 : Travailler le mode de déplacement ventral et dorsal sans matériel •sur le dos : battements de jambes avec ou sans les bras du dos crawlé •sur le ventre : battements de jambes avec bras de brasse pour inspirer. Zone 4 : Essayer de s'asseoir au fond de la piscine et d'y rester 3secondes.
	Zone 5 : Travail du déplacement ventral avec les jambes et les bras. Travail de l'expiration longue et inspiration courte (utilisation de planche, ceinture, frites, flotteurs dans les mains). Passage dans les cerceaux lestés.	

3ème type d'activités : les «jeux» - BASSIN LUDIQUE ET/OU BASSIN SPORTIF

Objectif		Séances 2, 3, 4, 5		Objectif		Séances 6, 7, 8, 9	
A		Le bateau 	Par deux, pousser un tapis en effectuant des battements (sur le ventre). Tirer une « frite » tenue au niveau des cuisses (sur le dos).	C		Concours de bulles : 	Faire des bulles le plus longtemps possible, les plus grosses possible, la plus grosse bulle...
A		Le gagne-terrain 	Face à face. Au signal, faire des battements pour essayer de repousser l'autre.	C		Jeu du piston : 	S'accroupir alternativement en soufflant dans l'eau et se redresser pour inspirer. Ne jamais être debout en même temps.
B			L'arroseur arrosé : Dos à dos, s'arroser le plus possible. Comment déplacer le plus d'eau possible ?	B			Les joueurs sont assis sur des frites. Un joueur sans frite est le chasseur. Au signal, chaque « cavalier » change de monture et le chasseur essaie d'en capturer un ! Un « cavalier » touché prend la place du chasseur.
B		La chaise aquatique : 	Assis sur une planche, une frite, imiter un camarade qui fait un parcours.	A B			Ballon prisonnier
A B			Les radeaux Reconstruire un modèle de radeau dans l'eau, le plus vite possible puis le mener jusqu'à la ligne d'arrivée (travail d'équipe – course)	B			L'assortiment de planches Coincer une planche entre les pieds et la transporter ainsi jusqu'à un point donné (sous forme de course, relais...)

LES TESTS - Premier palier

Connaissances et capacités à évaluer en fin de cycle 2

- 1) Se déplacer sur une quinzaine de mètres.
- 2) S'immerger, se déplacer sous l'eau, se laisser flotter.

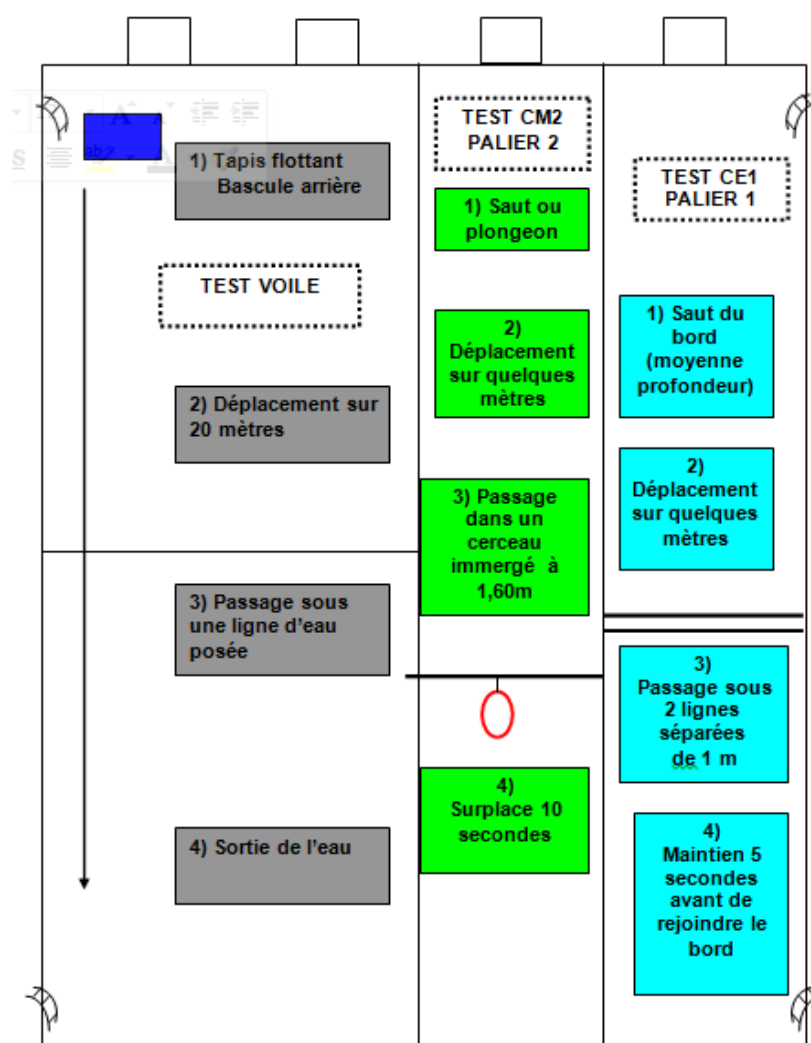
Indications pour l'évaluation

L'évaluation s'effectue en deux parties séparées par un temps de récupération.

- 1) Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis.
- 2) 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.

MODALITES D'ORGANISATION

Suivant les groupes, les tests sont passés au moment le plus opportun au cours du cycle de natation. Si un aménagement de bassin est nécessaire (voir plan ci-dessous), l'enseignant aura anticipé en prévenant les MNS la séance précédente. Changer le plan ci-dessous si modifié.



MODULE 4

Cycle 3

L'élève nage 15 mètres.

Priorités :

A : Coordonner respiration et propulsion (pour augmenter la distance de nage)

B : Plonger

En fin de module,

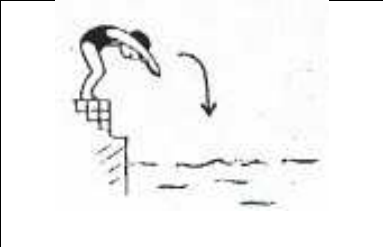
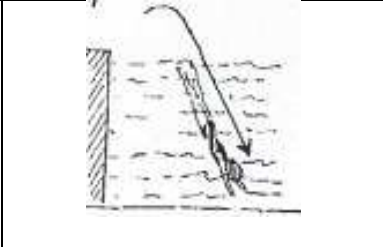
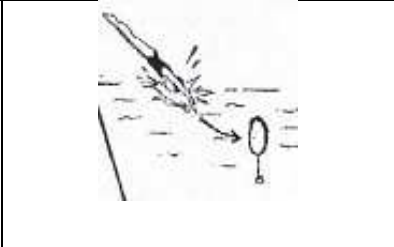
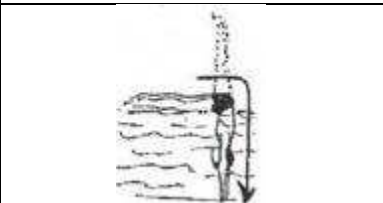
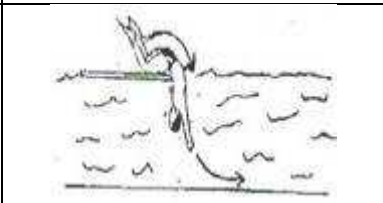
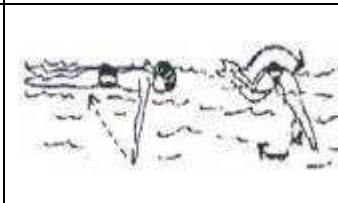
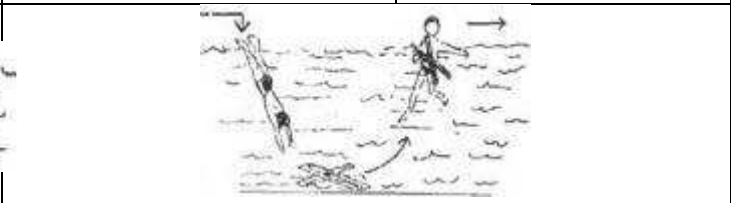
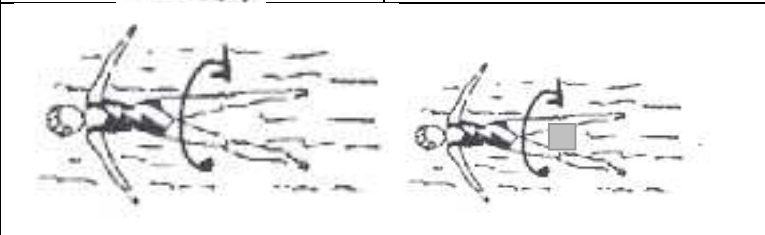
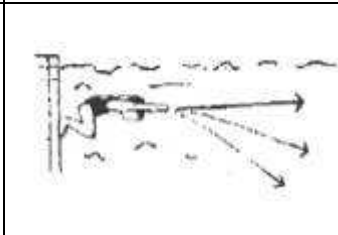
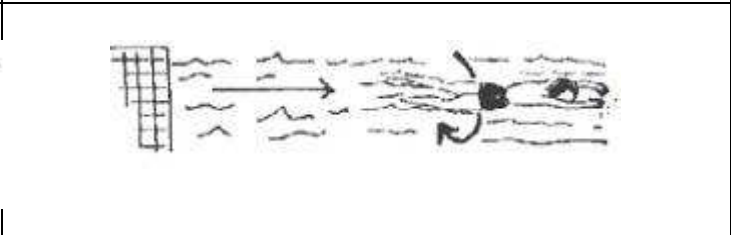
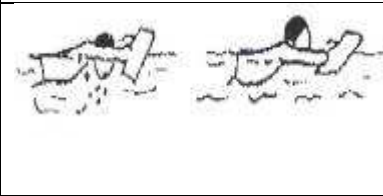
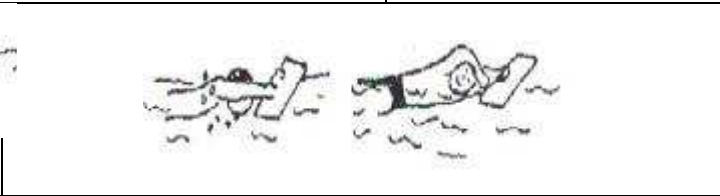
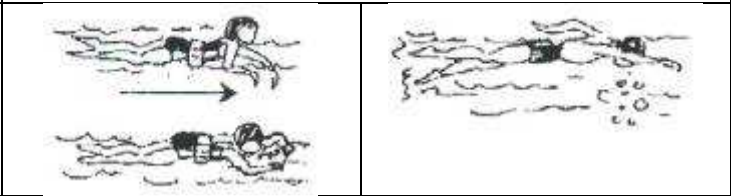
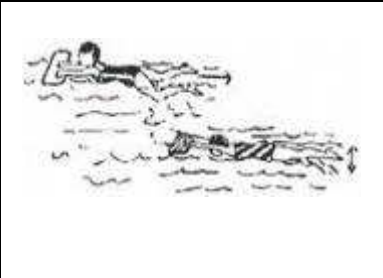
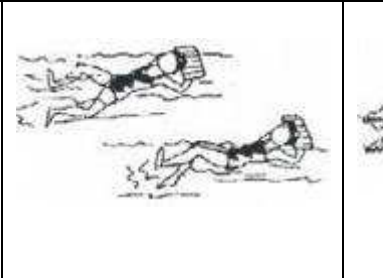
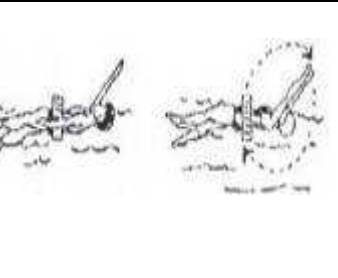
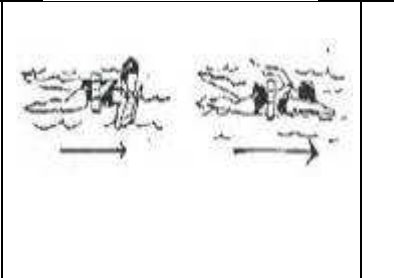
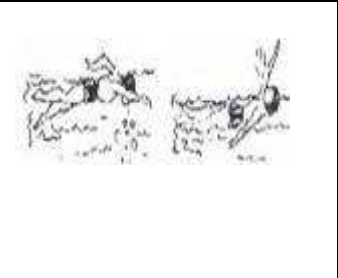
l'élève se déplace sur 30 mètres sans aide à la flottaison.



1^{er} type d'activités : les « éducatifs »

	Entrer dans l'eau	S'immerger	S'équilibrer	Adapter sa respiration	Se propulser
M O D U L E 4	Niveau 1 : Plonger à partir d'une position debout Niveau 2 : Plonger pour aller toucher le fond avec la main Niveau 3 : Plonger avec impulsion par-dessus une perche pour entrer dans un cerceau placé à la surface Niveau 4 : Plonger avec impulsion pour passer dans un cerceau éloigné du bord et immergé verticalement	Niveau 1 : En petite puis en grande profondeur, basculer d'un tapis puis glisser vers le fond Niveau 2 : En petite profondeur, basculer vers l'équilibre sur les mains puis glisser vers le fond Niveau 3 : Se déplacer en surface sur une courte distance puis basculer vers le fond (plongeon canard) Niveau 4 : Effectuer un plongeon canard pour remonter un objet encombrant (grande profondeur)	Niveau 1 : Passer d'une étoile ventrale à une étoile dorsale et inversement (en petite profondeur/en grande profondeur) Niveau 2 : Avec pull buoy ou planche entre les jambes, passer d'une étoile ventrale à une étoile dorsale et inversement (en petite profondeur/en grande profondeur) longitudinalement Niveau 3 : Réaliser des coulées (s'immerger pour pousser) Niveau 4 : Réaliser une « vrille » : pousser au mur pour aller le plus loin possible corps tendu, bras au-dessus de la tête en effectuant un ou plusieurs demi-tours longitudinalement	Niveau 1 : Avec une planche tenue à bout de bras, se déplacer en soufflant dans l'eau. Sortir la tête et respirer de face ou de côté Niveau 2 : Avec une ceinture et une planche, se déplacer en soufflant dans l'eau avec un rythme de plus en plus régulier (inspiration tous les « X » mouvements de bras) Niveau 3 : Avec le pull buoy entre les jambes, souffler dans l'eau allongé sur le ventre et se retourner longitudinalement pour prendre de l'air sur place Niveau 4 : Avec une ceinture mais sans planche, se déplacer en soufflant dans l'eau avec un rythme de plus en plus régulier (inspiration tous les « X » mouvements de bras en brasse et en crawl) Niveau 5 : Sans aide à la flottaison, se déplacer en utilisant une respiration aquatique	Niveau 1 : Jambes seules, avec planche ou ceinture, sur le ventre : mouvements de brasse ou de crawl (amplifier les mouvements, accélérer la poussée, allonger le corps et placer la tête - regard vers le fond) Niveau 2 : Jambes seules, avec planche ou ceinture, sur le dos : mouvements de brasse ou de crawl (amplifier le mouvement, accélérer la poussée, allonger le corps et placer la tête - regard vers le plafond) Niveau 3 : Technique crawl rattrapé* avec respiration à chaque mouvement de bras avec une planche Niveau 4 : Bras seuls (avec une ceinture et si nécessaire un pull buoy) sur le dos rattrapé cuisse puis bras en opposition (regard vers le plafond) Niveau 5 : En alternant travail avec ceinture (diminuer progressivement le nombre de flotteurs)/sans ceinture, a) sur le ventre en crawl : rattrapé + touché cuisse à chaque mouvement de bras (respiration sur 2 ou 3 temps) ; b) sur le ventre en brasse : 2 mouvements de jambes puis un mouvement de bras... Niveau 6 : En alternant travail avec ceinture (diminuer progressivement le nombre de flotteurs)/sans ceinture, sur le dos : coordonner les mouvements de bras et de jambes + placer la respiration

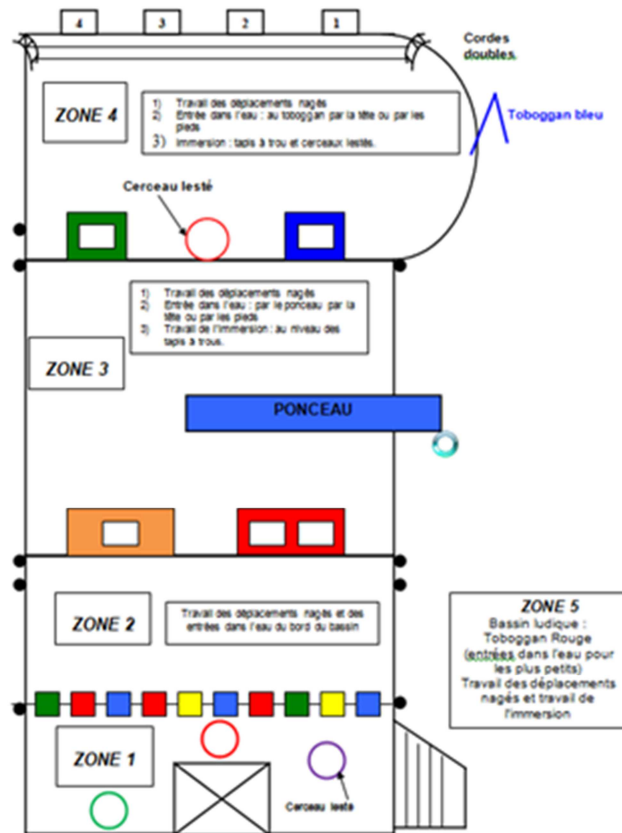
1^{er} type d'activité : les éducatifs – Illustration de la progression

Entrer dans l'eau					
S'immerger					
S'équilibrer					
Adapter sa respiration					
Se propulser					

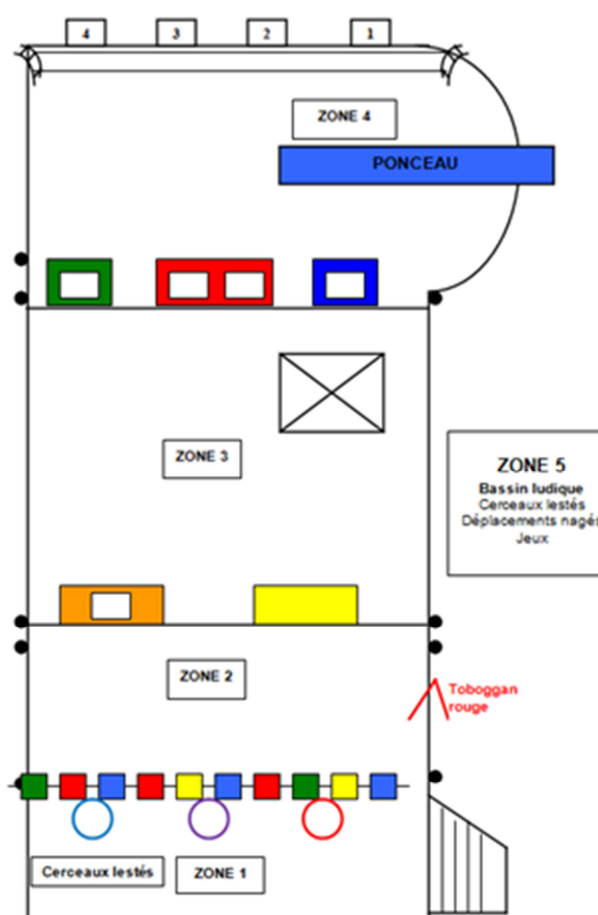
2^{ème} type d'activités : les parcours

Conseils/Sécurité : Pour chaque situation de parcours où l'enfant évolue sans ceinture, il est nécessaire dans un premier temps d'avoir un adulte dans l'eau. Il faudra prévoir des parcours avec la possibilité de se rattraper à un objet flottant ou à un point fixe toujours accessible pour l'enfant (prévoir un tas de frites à proximité si nécessaire). Les parcours décrits dans chaque zone présentent une progression.

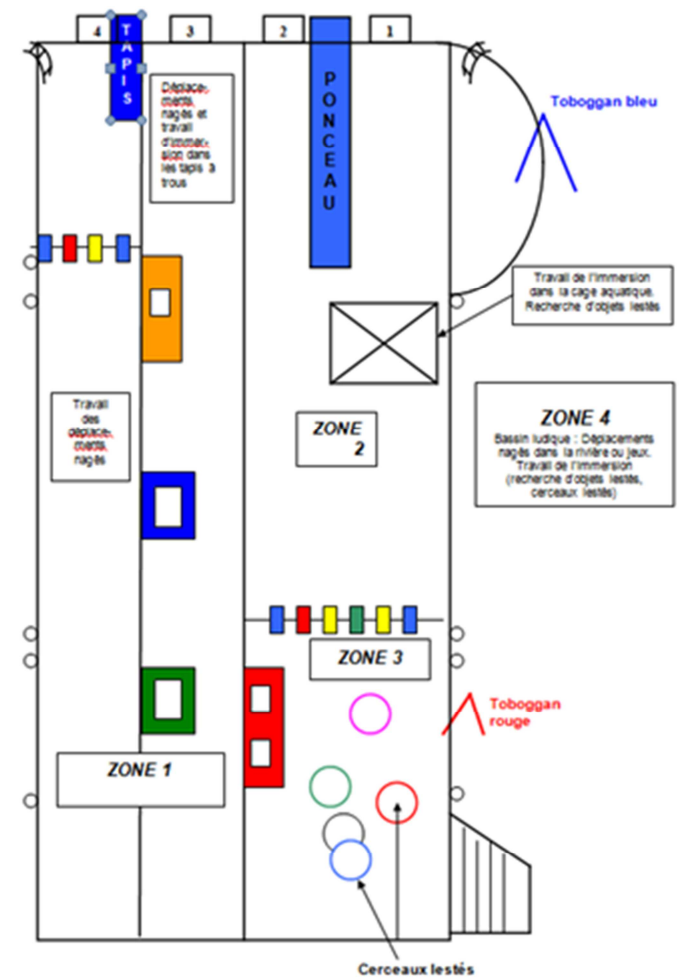
Séances 2, 3, 4 et 5



Séances 6 et 7

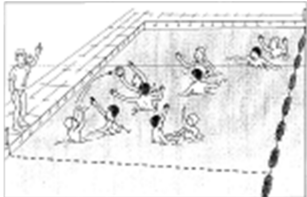
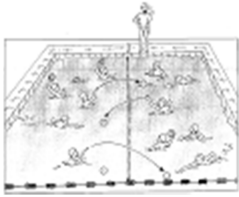
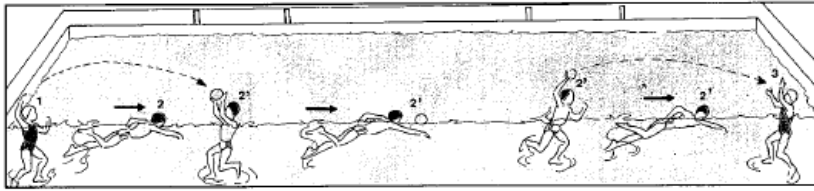
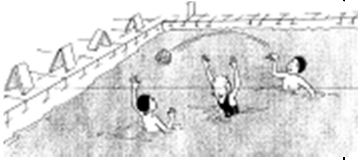
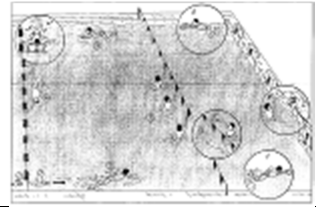
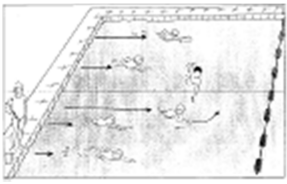
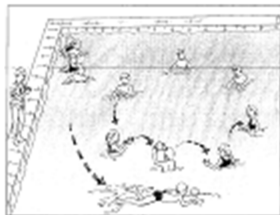


Séances 8 et 9



Séances 2, 3, 4 et 5	Séances 6 et 7	Séances 8 et 9
Zone 1 : Coulée ventrale en poussant sur le mur pour passer dans un cerceau lesté. Même exercice en essayant de vriller. Même exercice en partant des marches et passer dans le maximum de cerceaux sans remonter à la surface.	Zone 1 : Glissée à partir des marches, puis effectuer un déplacement avec une planche ou une frite en crawl ou en dos (travail en rattrapé pour placer la respiration en crawl) et revenir en passant dans les cerceaux lestés. Zone 1 : Passage dans les cerceaux lestés et revenir en battement de jambes sur le ventre ou sur le dos (sur le ventre en soufflant dans l'eau).	Zone 1 : Bascule arrière du tapis puis passage sous la ligne. Travail sur la technique de nage avec planche et ceinture : Sur le ventre : battements de jambes et bras du crawl en rattrapé, placement de la tête sur le côté pour respirer Dos : battements de jambes avec bras en rattrapé (planche sur les cuisses ou derrière la tête) ; revenir par les tapis sans la planche (plonger du tapis orange) Zone 1 : Saut du plot, passage dans les tapis à trous, puis revenir en variant le déplacement (niveaux 1-6)
Zone 2 : Départ genou au sol, bascule dans l'eau tête la première. Traversée en battements avec planche. Retour sans aide à la flottaison avec passage sur et sous les tapis flottants.	Zone 2 : Descendre par le toboggan sur le ventre pour effectuer une glissée ventrale puis déplacement avec une planche ou frite en jambes de brasse sur le dos et sur le ventre.	Zone 2 : Passage sur le ponceau en variant le mode de déplacement (avant, arrière, courir, ramper, sauter, rouler...) puis travail du déplacement ventral et dorsal avec ou sans matériel de flottaison (niveaux 1-6) Zone 2 : Passer par le ponceau et effectuer un plongeon au bout du tapis, nager jusqu'à la cage. Descendre le long de la cage par un plongeon canard pour ramasser un anneau lesté et le ramener jusqu'à l'échelle ou jusqu'à à ligne d'eau (zone 3).
Zone 3 : Du ponceau, basculer pour glisser vers le fond. Rejoindre le bord ; prendre une planche. Revenir en battements de jambes sur le dos (1/2 largeur) puis sur le ventre. Varier les déplacements (niveaux 1-6) Zone 3 : Plonger pour aller toucher le fond. Récupérer 2 objets sur le ponceau (frite + planche ou 2 frites) et rejoindre le bord pour déposer les objets. Descendre le long de la perche pour remonter un objet lesté.	Zone 3 : Plonger. Nager jusqu'au 1^{er} tapis orange. Réaliser un plongeon canard pour remonter un objet à déposer sur le tapis jaune. Rejoindre le point de départ en déplacement ventral ou dorsal (bras et jambes). Zone 3 : Plonger à partir d'une position debout (du bord côté tapis orange). Rejoindre le tapis jaune en déplacement ventral. Bascule arrière du tapis, déplacement jusqu'à la cage en déplacement dorsal puis passage dans la cage. Retour en nage « libre » avec transport d'objets (plusieurs planches ou frites ou...) Zone 3 : Descendre le long de la cage pour aller chercher un objet. Le transporter sur le bord opposé. Revenir en passant sur/sous les tapis.	Zone 3 : Glisser du toboggan par la tête et effectuer une coulée pour passer dans un cerceau lesté. Regagner le tapis rouge en nageant. Passer sous le tapis rouge et revenir en passant dans le maximum de cerceaux lestés sans remonter à la surface.
Zone 4 : Plonger puis passer sur et sous les tapis à trous. Revenir par les cordes doubles (déplacements variés niveaux 1-6 – cf « Educatifs ») Zone 4 : Descendre par le toboggan sur le ventre, puis traverser le bassin en crawl ou dos crawlé (travail avec une frite en rattrapé).	Zone 4 : Plonger. Passer sur/sous les divers tapis à trous. Récupérer un « objet » sur le ponceau. Le transporter jusqu'au bord en crawl rattrapé à l'aide d'une planche. Zone 4 : Passer dans les cordes doubles. Rejoindre un tapis à trous. Effectuer un plongeon canard pour remonter un objet lesté. Le hisser sur le tapis puis rejoindre le bord.	Zone 4 : Travail sur la technique de nage : – crawl : battements de jambes avec planche en rattrapé des bras en plaçant la tête sur le côté pour l'inspiration – crawl : travail avec ceinture et flotteurs mains : tourner trois fois et respirer sur le côté – Brasse : travail des bras et des jambes (deux mouvements de jambes et un de bras) – dos : bras et jambes Jeux
	Zone 5 : Travail sur la technique de nage : – crawl : battement de jambes avec planche en rattrapé des bras en plaçant la tête sur le côté pour l'inspiration – crawl : travail avec ceinture et flotteurs mains : tourner trois fois et respirer sur le côté – brasse : travail des bras et des jambes (deux mouvements de jambes et un de bras) – dos : bras et jambes –	

3^{ème} type d'activités : les jeux - BASSIN LUDIQUE ET/OU BASSIN SPORTIF

Ob-jectif	Séances 2, 3, 4, 5		Objectif	Séances 6, 7, 8, 9	
A	Jeu traditionnel : Passe à 10 	Jeu traditionnel : balles brûlantes 	A	Tous types de relais... 	
A	Jeu traditionnel : jeu de massacre 	Faire tomber toutes les cibles adverses 	A	Tous types de relais : En aller- retour ; Avant transport d'objet ; Avec un type de nage imposé ; Avec objet maintenu au-dessus de la tête ; Sur parcours aménagé.	Relais sur parcours aménagé 
A	Jeu traditionnel : l'épervier 	Le compte-tours 	A	Les élèves se répartissent par duo. Chaque duo s'accorde pour réaliser en synchronisation et en enchaînement deux types de mouvements de bras (ventral ou dorsal en simultanés ; ventral ou dorsal en alternatifs. La propulsion des jambes est libre. On vote pour le duo qui réalise le mieux le contrat.	Les sosies 
A	Sports : water-polo, basket-polo... 		A	Par 3, 4 ou 5, élaborer une figure de son choix avec les contraintes suivantes : partir de points différents, émerger ensemble et réaliser une « figure » (équilibre/déplacement) en harmonie. On s'entraîne autant de fois que nécessaire avant d'être « jugé ».	La palanquée 

LES TESTS - Deuxième palier

Connaissances et capacités à évaluer en fin de cycle 3

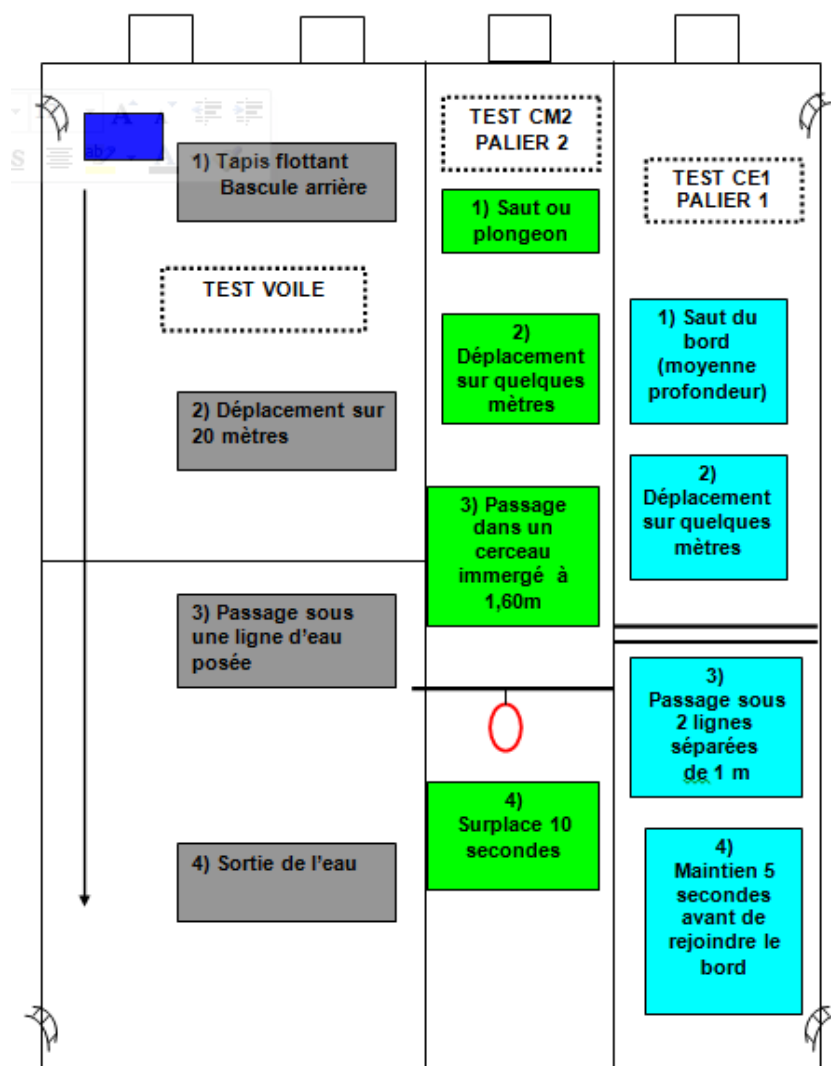
- 1) Se déplacer sur une trentaine de mètres.
- 2) Plonger, s'immerger, se déplacer.

L'évaluation s'effectue en deux parties séparées par un temps de récupération.

- 1) Se déplacer sur une trentaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis.
Ex : Se déplacer sur 25 mètres, effectuer un virage, une coulée et une reprise de nage pour gagner le bord.
- 2) Enchaîner, sans reprise d'appuis, un saut ou un plongeon en grande profondeur, un déplacement orienté en immersion (par exemple pour passer dans un cerceau immergé) et un sur-place de 5 à 10 secondes avant de regagner le bord.

MODALITES D'ORGANISATION

Suivant les groupes, les tests sont passés au moment le plus opportun au cours du cycle de natation. Si un aménagement de bassin est nécessaire (voir plan ci-dessous), l'enseignant aura anticipé en prévenant les MNS la semaine précédente. Les élèves qui se présenteront aux tests auront eu l'occasion de les « découvrir » lors des séances précédentes. Les tests ne devraient a priori que valider des « réussites antérieures ».



Pour information - LES TESTS - Troisième palier

Connaissances et capacités à évaluer au collège (si possible dès la 6ème, au plus tard en fin de 3ème)

Premier degré du savoir nager :

Compétence à nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce).

Connaissances et attitudes essentielles à vérifier :

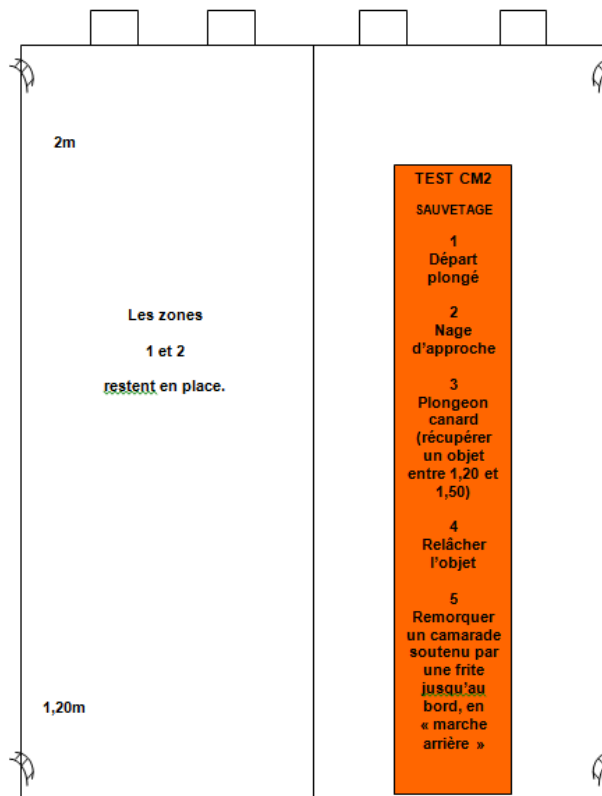
- 1) connaître les règles d'hygiène corporelle,
- 2) connaître les contre-indications,
- 3) prendre connaissance du règlement intérieur de l'installation nautique,
- 4) connaître et respecter le rôle des adultes encadrants.

Indications pour l'évaluation. L'évaluation s'effectue en réalisant le parcours complet.

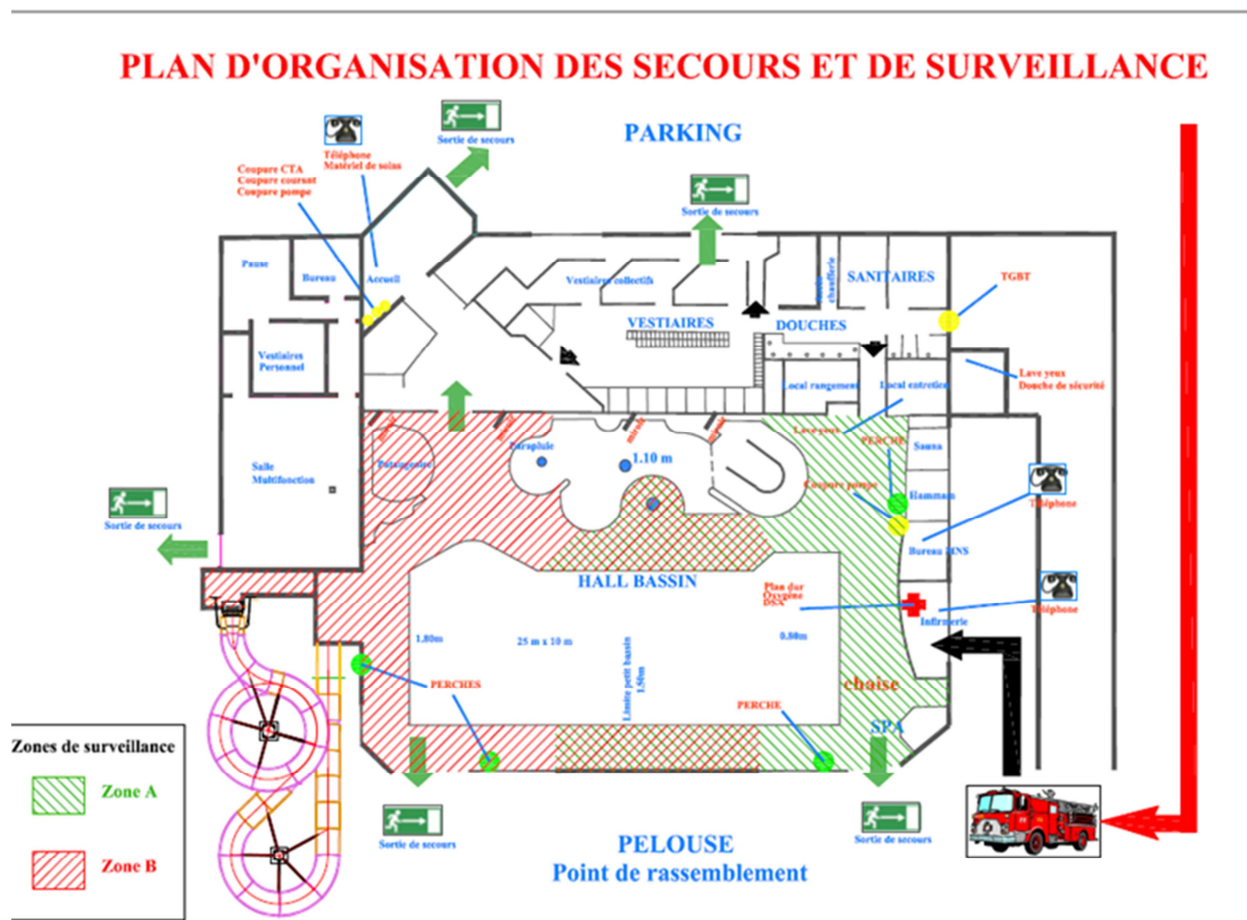
Parcours de capacités, composé de 5 tâches à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin :

- 1) sauter en grande profondeur,
- 2) revenir à la surface et s'immerger pour passer sous un obstacle flottant,
- 3) nager 20 mètres : 10 mètres sur le ventre et 10 mètres sur le dos,
- 4) réaliser un surplace de 10 secondes,
- 5) s'immerger à nouveau pour passer sous un obstacle flottant

Test annexe - Fin C3 – Proposition



Un exercice d'évacuation de bassin peut être effectué en fin de séance à l'initiative des MNS (vous serez alors prévenus) ou à l'initiative de l'enseignant (prévenir la semaine précédente).
Ne pas hésiter à s'informer.



				IEN Landivisiau Natation scolaire – Exercice d'évacuation ECOLE : Exercice d'évacuation no Année scolaire : <i>(Compléter le formulaire, adresser une copie à l'IEN)</i>	
Date :		Heure de déclenchement :		Durée d'évacuation :	
		Oui	Non	Observations	
Modalités d'organisation					
inopiné					
Application des consignes générales					
Tout le monde a entendu le signal d'alarme					
Tout le monde a évacué					
Tout le monde a respecté la consigne de ne pas revenir en arrière sans autorisation					
Tout le monde a rejoint le point de rassemblement : 1) selon consignes MNS ou 2) vestiaires (incident) ou 3) extérieur (incendie).					
Le comptage des personnes a été effectué sans problème par les enseignants avant de rejoindre les vestiaires					
Comportement des personnes évacuées					
Evacuation immédiate à l'alarme					
Evacuation en bon ordre (absence de panique, gestion du stress et de l'attente)					
Bonne prise en compte des personnes handicapées					
Application des consignes particulières					
Locaux techniques : coupure des fluides effectuée					
Installations techniques particulières					
Les équipements asservis à l'alarme ont fonctionné (sifflet à roulette...)					
Nombre d'élèves concernés					
Nombre d'adultes présents (enseignants, BEESAN, parents, ATSEM...)					
En fonction des résultats, penser immédiatement à remédier aux anomalies constatées pour orienter la préparation de l'exercice suivant (repenser les consignes, informer le personnel, réparer les installations défectueuses, etc.).					
Conclusions et mesures éventuelles :					

Annexe 1 : Test pour la pratique des sports nautiques

ENSEIGNEMENTS ÉLÉMENTAIRE ET SECONDAIRE

SORTIES SCOLAIRES

Test nécessaire avant la pratique des sports nautiques

NOR : MENE0001350C

RLR : 554-1

CIRCULAIRE N°2000-075 DU 31-5-2000

MEN DESCO B6

Texte adressé aux rectrices et aux recteurs ; aux inspectrices et inspecteurs d'académie, directrices et directeurs des services départementaux de l'éducation nationale, aux inspectrices et inspecteurs de l'éducation nationale ; aux directrices et directeurs d'école ; aux préfètes et préfets de département

□ La circulaire n° 99-136 du 21 septembre 1999, publiée au B.O. hors-série n° 7 du 23 septembre 1999, relative à l'organisation des sorties scolaires dans les écoles maternelles et élémentaires publiques, est modifiée comme suit :

Les dispositions du premier paragraphe du II.4.3. Les conditions particulières à certaines pratiques, sont **remplacées** par les dispositions suivantes :

"La pratique des sports nautiques est subordonnée à la réussite d'un test permettant d'apprécier la capacité de l'élève à se déplacer dans l'eau, sans présenter de signe de panique, sur un parcours de 20 mètres, habillé de vêtements propres (tee-shirt et, si possible, pantalon léger, de pyjama par exemple) et muni d'une brassière de sécurité conforme à la réglementation en vigueur, avec passage sous une ligne d'eau, posée et non tendue.

En piscine, le départ est réalisé à partir d'un tapis disposé sur l'eau, par une chute arrière volontaire. Si le test est réalisé en milieu naturel, le départ est effectué de la même manière à partir d'un support flottant.

Le parcours est réalisé dans la partie d'un bassin ou d'un plan d'eau d'une profondeur au moins égale à 1m 80.

La réussite à l'épreuve est attestée par le conseiller pédagogique en éducation physique et sportive, de circonscription ou départemental, ou un professionnel des activités physiques et sportives du lieu où se passe le test : en piscine, ce professionnel pourra être un maître nageur sauveteur (1), ou bien un éducateur ou conseiller territorial des activités physiques et sportives titulaire ou bien, dans les piscines parisiennes, un professeur de la ville de Paris. Sur une base de plein air, ce professionnel pourra également être un titulaire du brevet d'État de l'activité concernée (voile, canoë-kayak, aviron)."

Ces dispositions sont applicables immédiatement.

Les élèves qui ont, avant la publication de ce texte, réussi les épreuves du test défini par la circulaire du 21 septembre 1999 n'ont pas à passer cette nouvelle épreuve pour une sortie se déroulant avant la fin de la présente année scolaire.

Pour le ministre de l'éducation nationale
et par délégation,

Le directeur de l'enseignement scolaire

Jean-Paul de GAUDEMAR

- (1) Le titre de maître-nageur sauveteur est conféré par la possession d'un diplôme d'État de maître-nageur sauveteur ou du brevet d'État d'éducateur sportif premier degré des activités de natation (BEESAN).



DSDEN 29/ sept 12/ 06

**TEST DE NATATION POUR LA PRATIQUE
DES ACTIVITES NAUTIQUES
PAR LES ELEVES DU PREMIER DEGRE**

« Apprécier la capacité de l'élève à se déplacer dans l'eau, sans présenter de signe de panique, sur un parcours de 20 mètres, habillé de vêtements propres (tee-shirt et, si possible, pantalon léger, de pyjama par exemple,) et muni d'une brassière de sécurité conforme à la réglementation en vigueur avec passage sous une ligne d'eau, posée mais non tendue. En piscine, le départ est réalisé à partir d'un tapis flottant disposé sur l'eau, par une chute arrière volontaire. En milieu naturel, le départ est effectué de la même manière à partir d'un support flottant. Le parcours est réalisé dans la partie d'un bassin ou d'un plan d'eau d'une profondeur au moins égale à 1m80. »

Ecole :

Classe :

Effectif :

Nom Prénom

Observations éventuelles

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28

Je soussigné.....qualité

certifie que les enfants inscrits sur cette liste ont passé avec succès le test de natation défini ci-dessus.

Date :

Enseignant référent :

Signature :

Signature :

Annexe 2 : Bibliographie - Sitographie

1) Circulaire natation scolaire 2011

<http://www.education.gouv.fr/cid56824/mene1115402c.html>

2) Natation pour les 6-12 ans, 72 étapes 72 jeux, B. Maury, C. Coudrier, Revue EPS

3) <http://www.natationpourtous.com/debuter/>

4) Activités aquatiques

http://www.ia49.ac-nantes.fr/html/ia49/ecole/eps/ressources_pedagogiques/activites-aquatiques/index.html

5) Haut Rhin

<http://www.circ-ien-saint-louis.ac-strasbourg.fr/spip.php?article254>

6) Nager de la découverte à la performance

Patrick SCHMITT Ed. Vigot