

PROJET DEPARTEMENTAL

MISE EN ŒUVRE DE L'ENSEIGNEMENT DE LA NATATION SCOLAIRE POUR LE 1^{er} DEGRÉ 2017-2021





éduscol
Portail national des professionnels de l'éducation

Les ressources institutionnelles

Ressources maternelle Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique

Objectif 2 : Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et des contraintes variées

La progressivité– Autour de 5 ans

Explorer le milieu aquatique

- Explorer le milieu aquatique et participer à des jeux adaptés avec plaisir,
- Immerger la tête dans l'eau, avec des yeux ouverts qui prennent des informations dans le volume d'eau (objets immergés, cerceaux...),
- Réussir à retenir sa respiration dans l'eau (apnée respiratoire) mais aussi pouvoir souffler dans l'eau (alterner une inspiration aérienne et une expiration subaquatique),
- Flotter dans l'eau, se laisser porter par l'eau sur le ventre et également sur le dos en utilisant des objets (matériel de flottaison : frites, planches), puis sans objets,
- Réaliser des coulées ventrales avec la tête dans l'eau, et le regard dirigé vers le fond, après une poussée sur le bord de la piscine et en se laissant flotter dans l'eau,
- Explorer des déplacements aquatiques avec la tête dans l'eau en s'aidant des bras et des jambes (propulsions diverses expérimentées et recherche d'appuis solides dans l'eau),
- Explorer la profondeur et le volume aquatique pour aller chercher des objets immergés.



Ce qui est à construire en fin de cycle (lorsque les conditions d'accès à la piscine sont réunies)

- Explorer le milieu aquatique, participer à des jeux aquatiques adaptés et y prendre plaisir
- Immerger la tête dans l'eau, avec des yeux ouverts qui prennent des informations dans le volume d'eau (objets immergés, cerceaux...)
- Réussir à retenir sa respiration dans l'eau (apnée respiratoire) mais aussi pouvoir souffler dans l'eau (alterner une inspiration aérienne et une expiration subaquatique)
- Flotter dans l'eau, se laisser porter par l'eau sur le ventre et également sur le dos en utilisant des objets (matériel de flottaison : frites, planches), puis sans objets
- Réaliser des coulées ventrales avec la tête dans l'eau, le regard dirigé vers le fond, après une poussée sur le bord de la piscine et en se laissant flotter dans l'eau
- Explorer des déplacements aquatiques avec la tête dans l'eau en s'aidant des bras et des jambes (propulsions diverses expérimentées et recherche d'appuis solides dans l'eau)
- Explorer la profondeur et le volume aquatique pour aller chercher des objets immergés.



ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Les ressources pour construire l'enseignement

Champ d'apprentissage « Adapter ses déplacements à des environnements variés »

Bâtir un module d'apprentissage pour le savoir nager

DIFFICULTÉS DES ÉLÈVES	CE QU'IL Y A À APPRENDRE	REPÈRES D'EXPRESSION DE LA COMPÉTENCE
<p>Pour le premier degré : Accepter l'immersion des voies respiratoires.</p> <p>Accepter l'horizontalité du nageur.</p> <p>Se doter des mouvements bras et jambes pour se déplacer dans l'eau.</p> <p>Construire l'expiration aquatique.</p> <p>Pour le second degré : Enchaîner plusieurs actions selon un ordre imposé sans discontinuité.</p> <p>Mémoriser le parcours exigé par le test du savoir nager.</p> <p>Identifier ses points faibles dans la réalisation de l'épreuve pour les travailler.</p>	<p>Construire une aisance dans l'eau :</p> <ul style="list-style-type: none"> accepter l'immersion des voies respiratoires et des yeux ; accepter d'ouvrir les yeux pour prendre des informations ; accepter l'apnée car on se repère sous l'eau en gardant des appuis au sol. <p>Construire une position horizontale :</p> <ul style="list-style-type: none"> accepter le déplacement vertical sous l'eau en appuis ; accepter de s'allonger sur le ventre et se relever aidé ; accepter de s'allonger sur le dos en eau peu profonde ; accepter de faire une « torpille poussée sous l'eau en petit bain » ; accepter d'aller récupérer en petit bain un objet immergé. <p>Construire un déplacement dans l'eau :</p> <ul style="list-style-type: none"> orienter ses appuis à contre sens du déplacement ; optimiser la surface d'appui des membres supérieurs comme inférieurs ; gérer l'amplitude et la profondeur d'appui selon les besoins ; accélérer ses appuis dans l'eau ; glisser pour minimiser les freins générés par le déplacement du corps et par les retours des membres ; coordonner les actions propulsives des membres supérieurs et inférieurs ; synchroniser une respiration aquatique avec le mouvement de propulsion. <p>Construire une respiration en déplacement :</p> <ul style="list-style-type: none"> accepter de faire « la torpille qui expire » ; se déplacer avec flotteur (planche) avec des expirations aquatiques ; se déplacer en nages ventrale et dorsale avec expiration ; se déplacer avec expiration sur mouvement de propulsion. 	<p>Comportements observables :</p> <ul style="list-style-type: none"> l'allongement sur et dans l'eau reste bref ; l'immersion et le déplacement sous l'eau sont observables ; le déplacement ventral est réalisé en petit bain ; l'immersion sous l'eau est suivie d'un déplacement ; le déplacement sur 25 m est réalisé avec fatigue ; la respiration contrôlée, stabilisée et calme le déplacement ; les composantes de l'ASSN sont réalisées une à une ; <p>Repère final : test de l'ASSN :</p> <ul style="list-style-type: none"> entrer dans l'eau en chute arrière ; se maintenir volontairement à la surface en position verticale ; se déplacer sous la surface de l'eau en immersion sans appui solide ; ouvrir les yeux dans l'eau pour accomplir une tâche complexe, un parcours, un changement de direction ; réaliser un déplacement dorsal puis ventral en continuité ; coordonner et synchroniser les mouvements des bras et des jambes dans 1 nage ventrale et 1 dorsale ; coordonner et synchroniser sa respiration avec sa propulsion ventrale et dorsale ; identifier la personne à alerter en cas de problème ; connaître les règles de base liées à l'hygiène et à la sécurité ;

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Les ressources pour construire l'enseignement

Champ d'apprentissage « Adapter ses déplacements à des environnements variés »

Savoir nager : repères d'évaluation

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (VALIDATION DU TEST SCOLAIRE DU SAVOIR NAGER)						
A1 : entrer dans l'eau en chute arrière.	A2 : se déplacer sur le dos et sur le ventre sur deux distances de 15 mètres pour chaque déplacement.	A3 : réaliser un surplace vertical de 15 secondes.	A4 : s'immerger totalement pour franchir un obstacle de 1,5 mètre.	A5 : passer en position dorsale. Maintenir la position dorsale 15 secondes.	A6 : faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale.	A7 : mettre en œuvre les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé.
<p>CE QU'IL Y A À APPRENDRE</p> <p>A1 - Entrer dans l'eau</p> <ul style="list-style-type: none"> Accepter la chute arrière. Prendre des appuis pour s'équilibrer dans la position désirée à la surface. <p>A2 - Se déplacer</p> <ul style="list-style-type: none"> Orienter ses appuis à contre sens du déplacement. Optimiser la surface d'appui des membres supérieurs et inférieurs. Gérer l'amplitude et la profondeur d'appui selon les besoins. Accélérer ses appuis dans l'eau. Glisser pour minimiser les freins générés par le déplacement du corps et par les retours des membres. Coordonner les actions propulsives des membres supérieurs et inférieurs. Synchroniser une respiration aquatique avec le mouvement de propulsion. <p>A3 - S'équilibrer sur place à la verticale</p> <ul style="list-style-type: none"> Rétropédaler pour maintenir son corps à la position verticale. <p>A4 - S'immerger totalement pour agir</p> <ul style="list-style-type: none"> Prendre des informations visuelles sous l'eau sans lunette. Se laisser remonter passivement et / ou remonter activement à la surface. <p>A5 - Passer en position dorsale. Maintenir la position dorsale 15 secondes.</p> <ul style="list-style-type: none"> Aligner son corps pour augmenter les points d'appuis dans l'eau. Regarder de manière orientée vers le plafond, oreilles immergées. Utiliser ses bras pour stabiliser la position. 						

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE (VALIDATION DU TEST SCOLAIRE DU SAVOIR NAGER)	
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<p>A6 - S'équilibrer pour changer de position</p> <ul style="list-style-type: none"> S'équilibrer dans la nage pour éviter des phénomènes parasites (roulis, oscillations, serpentine...). Prendre des appuis pour passer de la position ventrale à dorsale ou inversement. Combinaison changement de position et prises d'appuis pour faire demi-tour. <p>A7 - Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> Savoir identifier le personnel de surveillance. Savoir prendre une douche avant et après la baignade. Identifier les risques liés aux activités dans l'établissement de bain ou le milieu naturel fréquenté. Connaitre ses compétences pour décider d'un engagement en toute sécurité.
ÉTAPES ET REPERES DE PROGRESSION	<p>Vers le savoir nager</p> <p>Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints</p> <p>Entre dans le bassin en grande profondeur par l'échelle ou le bord et s'équilibre à la surface. Se déplace sur une courte distance (environ 15 mètres) sans reprendre d'appuis solides. S'immerge pour passer sous une corde, une ligne d'eau à la surface. S'équilibre en position dorsale à la surface. Sait se doucher et appliquer les règles de sécurité à la piscine.</p> <p>Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints</p> <p>Saute du bord en grande profondeur et s'équilibre à la surface. Se déplace en grande profondeur sur moins de 25 m et sans reprendre d'appui solide. S'immerge pour passer dans un cerceau placé sous la surface de l'eau. S'équilibre dans toutes les positions à la surface comme en profondeur. S'allonge pour réaliser une glisse ventrale ou dorsale. Sait appliquer les règles de sécurité de la piscine et exercer une surveillance active d'un camarade. Connait les procédures d'alerte et d'urgence.</p> <p>Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints (savoir nager)</p> <p>Accepte la bascule arrière. Se déplace en nage ventrale comme dorsale sur 25 mètres sans s'arrêter ni reprendre d'appui solide. Se déplace en immersion en prenant des repères pour agir. S'équilibre dans toutes les positions et passe d'une nage ventrale / dorsale sans s'arrêter. Sait appliquer les règles de sécurité de la piscine et exercer une surveillance active d'un camarade. Fait un demi-tour sans reprise d'appui.</p> <p>Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés</p> <p>Plonge dans le grand bain à partir d'un plot. Enchaîne 25 mètres ventral et 25 mètres dorsal. Fait demi-tour par un virage en passant d'une nage ventrale à une nage dorsale ou réciproquement. Remorque un objet flottant en réalisant un rétropédalage. S'équilibre de manière verticale pendant plus de 15 secondes. Va chercher un mannequin enfant immergé à 1,80 mètre et le remonte à la surface. Observe et conseille un camarade. Fait des liens entre ses compétences en natation et les activités aquatiques et leurs usages dans d'autres sports.</p>



ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Les ressources pour construire l'enseignement

Champ d'apprentissage « Adapter ses déplacements à des environnements variés »

Illustration 1 : travail plus spécifique de l'attendu « Nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé »

ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ	
A2 : se déplacer en sécurité sur le dos et sur le ventre.	<p>D2/CG2 : « Des méthodes et outils pour apprendre »</p> <p>Il s'agit pour l'élève d'émettre des hypothèses pour réaliser le parcours le mieux adapté :</p> <ul style="list-style-type: none"> tester, éprouver ses hypothèses pour les valider ou non ; utiliser les médias numériques au service de l'observation et du déplacement.
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	<ul style="list-style-type: none"> Orienter ses appuis à contre sens du déplacement. Optimiser la surface d'appui des membres supérieurs comme inférieurs. Gérer l'amplitude et la profondeur d'appui selon les besoins. Accélérer ses appuis dans l'eau. Glisser horizontalement pour minimiser les freins générés par le déplacement du corps et par les retours des membres. Coordonner les actions propulsives des membres supérieurs et inférieurs. Synchroniser une respiration aquatique avec le mouvement de propulsion.

ATTENDU DE FIN DE CYCLE SPÉCIFIQUEMENT TRAVAILLÉ	
ÉTAPES ET REPÈRES DE PROGRESSION	<p>Le nageur</p> <p>Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints</p> <ul style="list-style-type: none"> Se déplace sur une courte distance en utilisant une technique de nage non identifiée (exemple : petit chien). Se propulse avec une faible amplitude. Les retours de bras se font dans l'eau. Respire en gardant la tête hors de l'eau. Le corps n'est pas réellement allongé dans l'eau. Les actions de bras et de jambes sont réalisées. <p>Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints</p> <ul style="list-style-type: none"> Se propulse en utilisant une technique simple de bras (crawl ou brasse) qui inclut les retours adaptés. Respire en sortant la tête hors de l'eau. S'équilibre à l'aide des jambes par un battement, un mouvement de brasse de faible amplitude. S'allonge bien à l'horizontal et à la surface de l'eau. Les coordinations de bras et de jambes sont peu définies. <p>Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints (savoir nager)</p> <ul style="list-style-type: none"> Le gainage du corps permet de maintenir l'équilibre dynamique qui s'appuie sur les jambes. Les actions de jambes et de bras sont coordonnées et synchronisées. Des temps de glisse sont éventuellement inclus dans la nage. L'expiration dans l'eau est réelle mais non complète. L'inspiration perturbe encore la nage. Les actions propulsives manquent encore d'amplitude. <p>Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés</p> <ul style="list-style-type: none"> Le style de nage est différencié et choisi en fonction du déplacement à réaliser. Les appuis propulsifs sont amples et dynamiques. La respiration et les actions des bras et des jambes sont synchronisées et coordonnées. La respiration est quasi facilitatrice des actions propulsives : expiration complète et aquatique, inspiration courte.
	SITUATION D'ÉVALUATION POSSIBLE
	<p>La méthode</p> <p>Étape 1 : objectifs d'apprentissage non atteints</p> <ul style="list-style-type: none"> Le choix du « contrat » est réalisé au hasard. L'observation de la nage est non référencée à des critères objectifs ou uniquement les critères quantitatifs du contrat. Le regard porté sur son image est uniquement affectif ou ludique. Aucune hypothèse n'est réalisée. <p>Étape 2 : objectifs d'apprentissage partiellement atteints</p> <ul style="list-style-type: none"> Choisit son contrat à partir d'une pratique de référence non analysée. Observe la nage à partir d'indicateurs précis uniquement quantitatifs. Émet une hypothèse sans la relier à un indicateur observé. Ne discute pas de son choix d'hypothèse avec ses pairs. Ne prends pas toujours pas en compte les résultats de l'expérimentation. <p>Étape 3 : objectifs d'apprentissage atteints (savoir nager)</p> <ul style="list-style-type: none"> L'observation de la nage est faite à partir d'indicateurs précis quantitatifs et qualitatifs. Émet une hypothèse qui met en relation une cause à un effet. Choisit son « contrat » en fonction de l'hypothèse émise. Discute avec ses pairs de l'hypothèse et des tests à réaliser. A du mal à extraire de la connaissance de son expérimentation. <p>Étape 4 : objectifs d'apprentissage dépassés</p> <ul style="list-style-type: none"> Émet une hypothèse qui met en relation des causes et des effets. Choisit son contrat de travail en fonction de l'hypothèse émise. Utilise les critères d'analyse précis, qualitatifs et quantitatifs, dans l'observation de la vidéo. Discute avec ses pairs de l'hypothèse et des tests à réaliser. Définit les critères de validation ou d'invalidation de l'hypothèse. Met en œuvre le protocole avec rigueur. Extrait la connaissance utile aux progrès.

EXEMPLE DE MISE EN ŒUVRE	
OBJECTIF DE LA TÂCHE POUR LE PROFESSEUR	Construire une respiration aquatique en crawl qui devienne facilitatrice des actions propulsives et qui diminue les freins.
DEMARCHE D'ENSEIGNEMENT	Placer l'élève en situation de résolution de problème avec un pair observateur. Médiation de l'image (tablette vidéo). Guidage des élèves plus ou moins important par l'enseignant et l'outil numérique (Kinovis par exemple - apport de connaissances spécifiques).
CE QU'IL Y A À APPRENDRE	Synchroniser une respiration aquatique avec le mouvement de propulsion : inspirer de manière brève sur le temps mort propulsif ; expirer longuement et de manière forcée sur le temps moteur propulsif. Allonger la nuque, tourner la tête pour conserver la bouche dans le creux de la vague.
BUT DE LA TÂCHE POUR L'ÉLÈVE	Réduire les effets perturbants de l'inspiration sur l'équilibre du corps dans l'eau par un meilleur alignement de la tête au moment de l'inspiration.
DISPOSITIF	En duo, les élèves réalisent un déplacement selon un contrat déterminé à l'avance. Exemple : inspirer 20 fois sur la longueur en crawl. Le camarade est sur le bord pour observer et filmer la prestation. Après essai, les élèves dialoguent pour émettre des hypothèses sur les améliorations à apporter et font un nouvel essai. Possibilité de mettre des palmes aux élèves pour amplifier les sensations.
CONSIGNES	Nager deux fois 25 mètres. Entre deux, analyser la nage et émettre une hypothèse d'amélioration. Réaliser le second 25, puis inverser les rôles. Centrer l'attention des élèves sur ce qu'ils font pour inspirer (par rotation - tête dans l'eau ; par extension - tête hors de l'eau).
CONTENU OU QUESTIONNEMENT INDUCTIF	Comparer les prestations des différents élèves en organisant un recueil des résultats par groupe ou collectif. Favoriser les échanges de méthodes (réaliser une fois avec 2 ou 3 méthodes différentes).
CRITÈRES DE RÉUSSITE	<p>Critères qualitatifs :</p> <ul style="list-style-type: none"> Durée de l'expiration longue / inspiration brève sur temps mort propulsif. Oreille dans l'eau ou sortie de l'eau. Dehors du bannet de bain « sec » ou « humide » pendant l'inspiration. Vitesse de déplacement et qualité des appuis permettent d'inspirer avec une simple rotation de la tête. <p>Critères quantitatifs</p> <ul style="list-style-type: none"> Le nombre d'inspiration par extension de la tête diminue au profit d'une inspiration par rotation de la tête.
OUTIL À DISPOSITION	Utilisation d'une tablette numérique windows et du logiciel Kinovis (retard max) permettant aux élèves de se revoir sans enregistrer la vidéo. Palmes.

Annexe 2
Modèle d'attestation scolaire du savoir-nager

Recto

Académie de _____	Cachet de l'établissement et signature du directeur de l'école ou du chef d'établissement	<i>Attestation scolaire « savoir-nager »</i>	PHOTO
		NOM : _____	
		Prénom : _____	
		Date de naissance : __ / __ / _____	
		École / collège : _____	

 MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION NATIONALE,
DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR
ET DE LA RECHERCHE

Verso

Attestation scolaire « savoir-nager »

Le professeur des écoles et le _____, ou le professeur
d'éducation physique et sportive⁽¹⁾, certifient que l'élève
_____ maîtrise le savoir-nager défini par l'arrêté du 8
juillet 2015 (parcours de capacités, connaissances et attitudes).
le __ / __ / _____

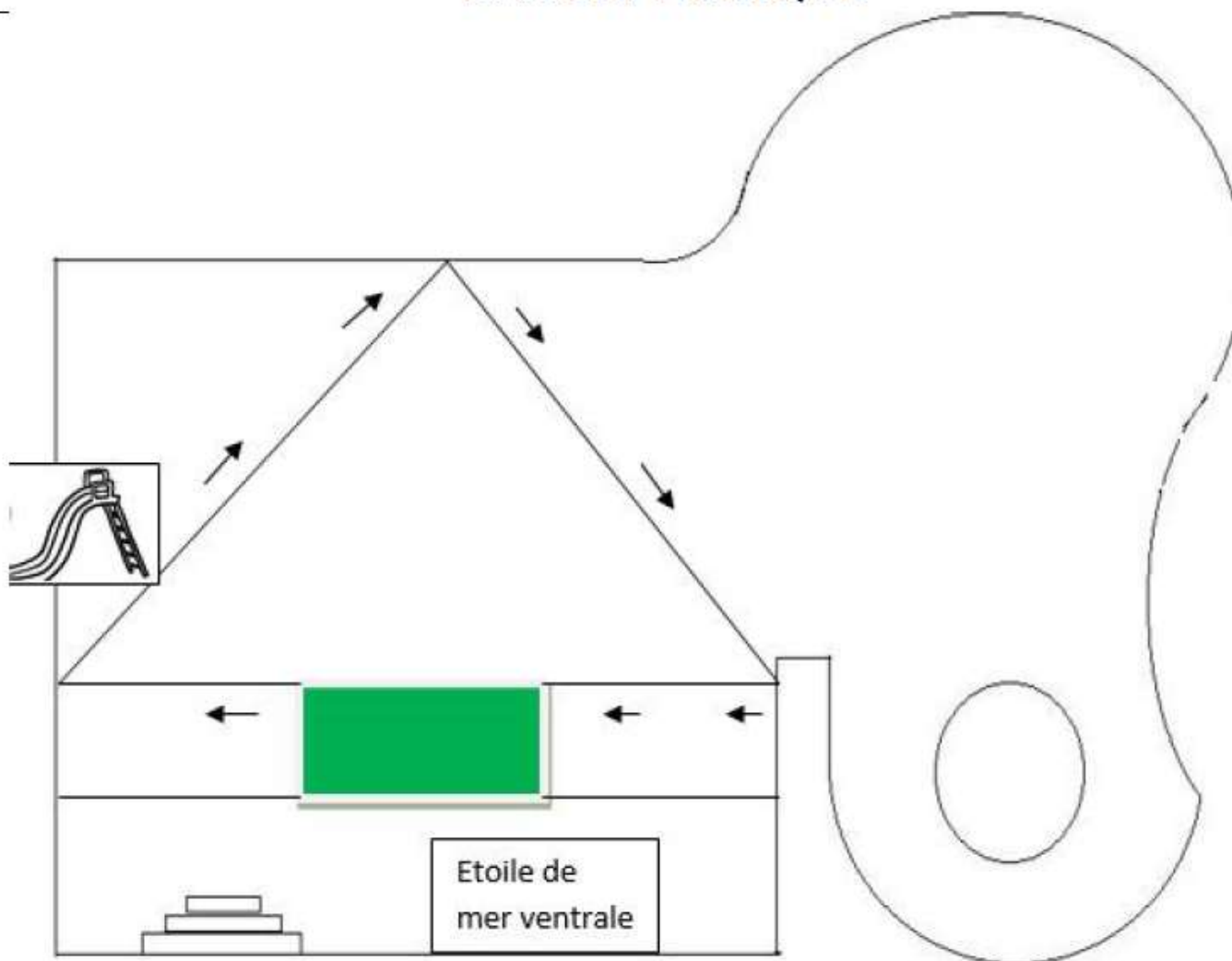
Noms et signatures du

Professionnel agréé (et titre)	Professeur
--------------------------------	------------

(1) compléter ou rayer la mention inutile

Les ressources pour la maternelle

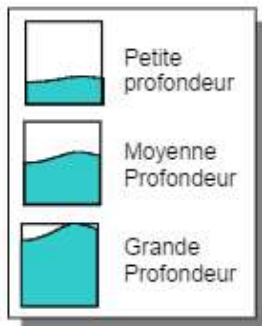
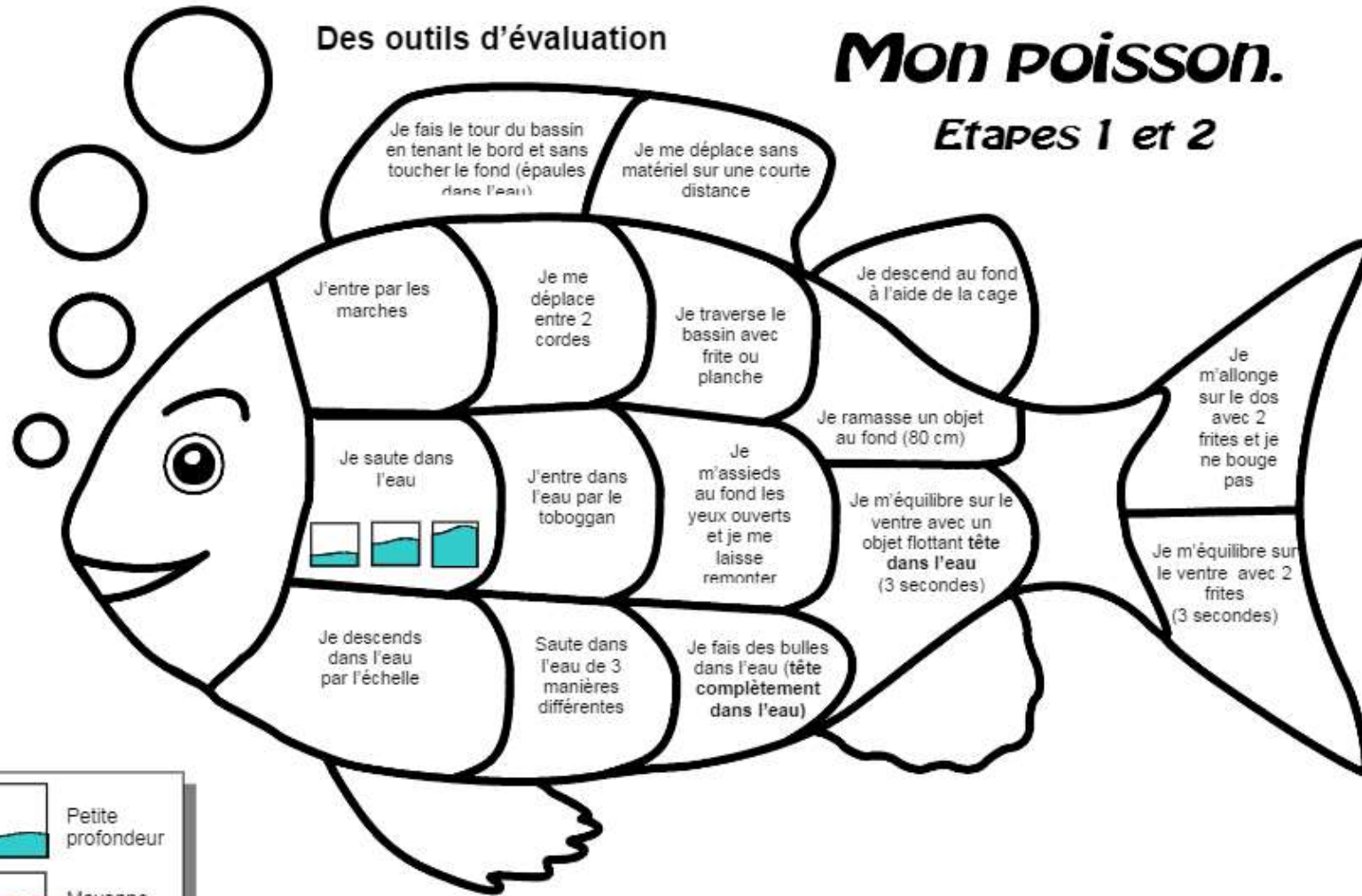
PARCOURS EVALUATION POUR LES GRANDES SECTIONS DANS LE BASSIN LUDIQUE



Des outils d'évaluation

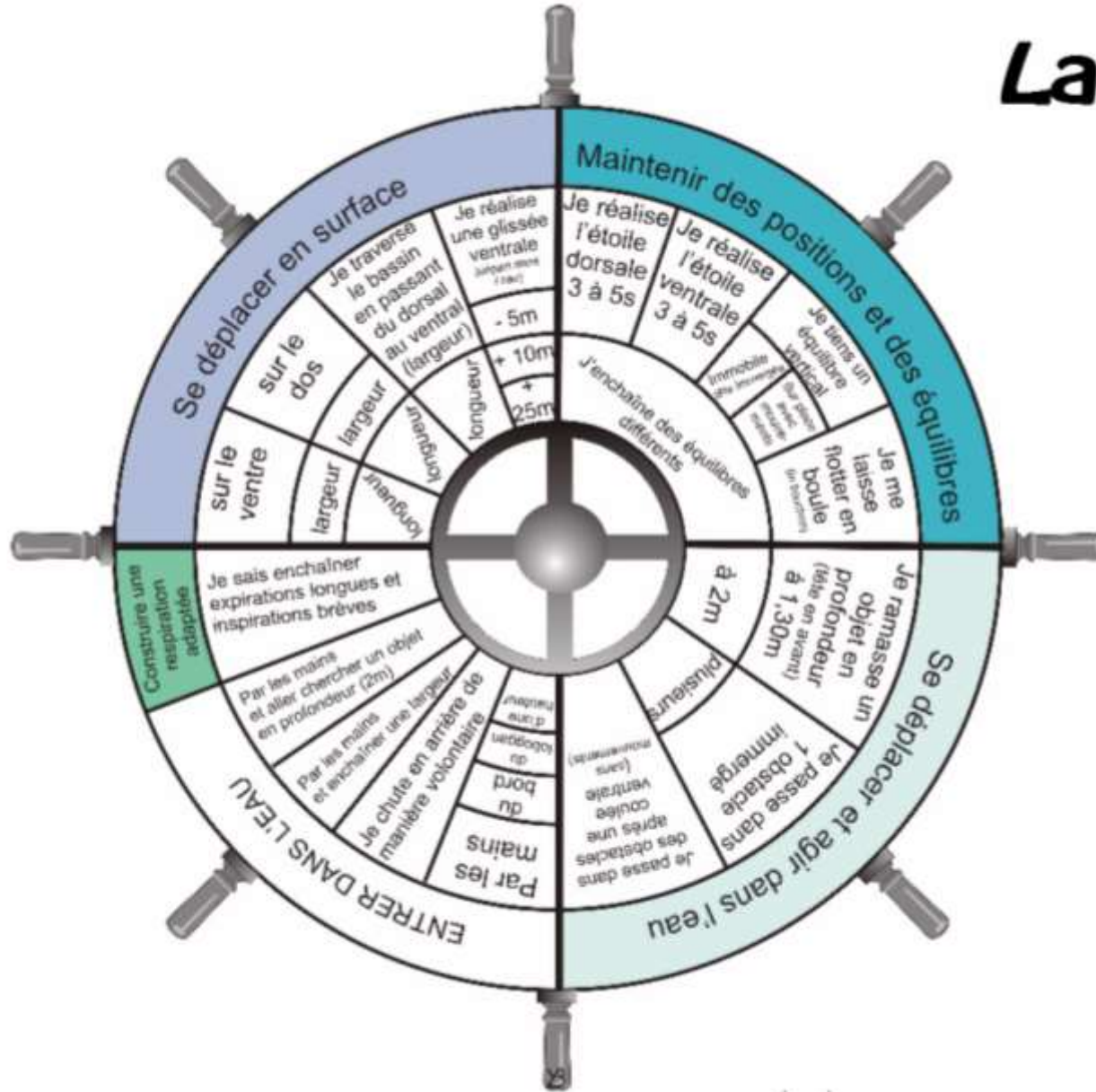
Mon poisson.

Etapes 1 et 2



La Barre du capitaine

Etapes 3 et 4



Module de 10 séances GS

Tableau de répartition des ateliers pour chaque séance

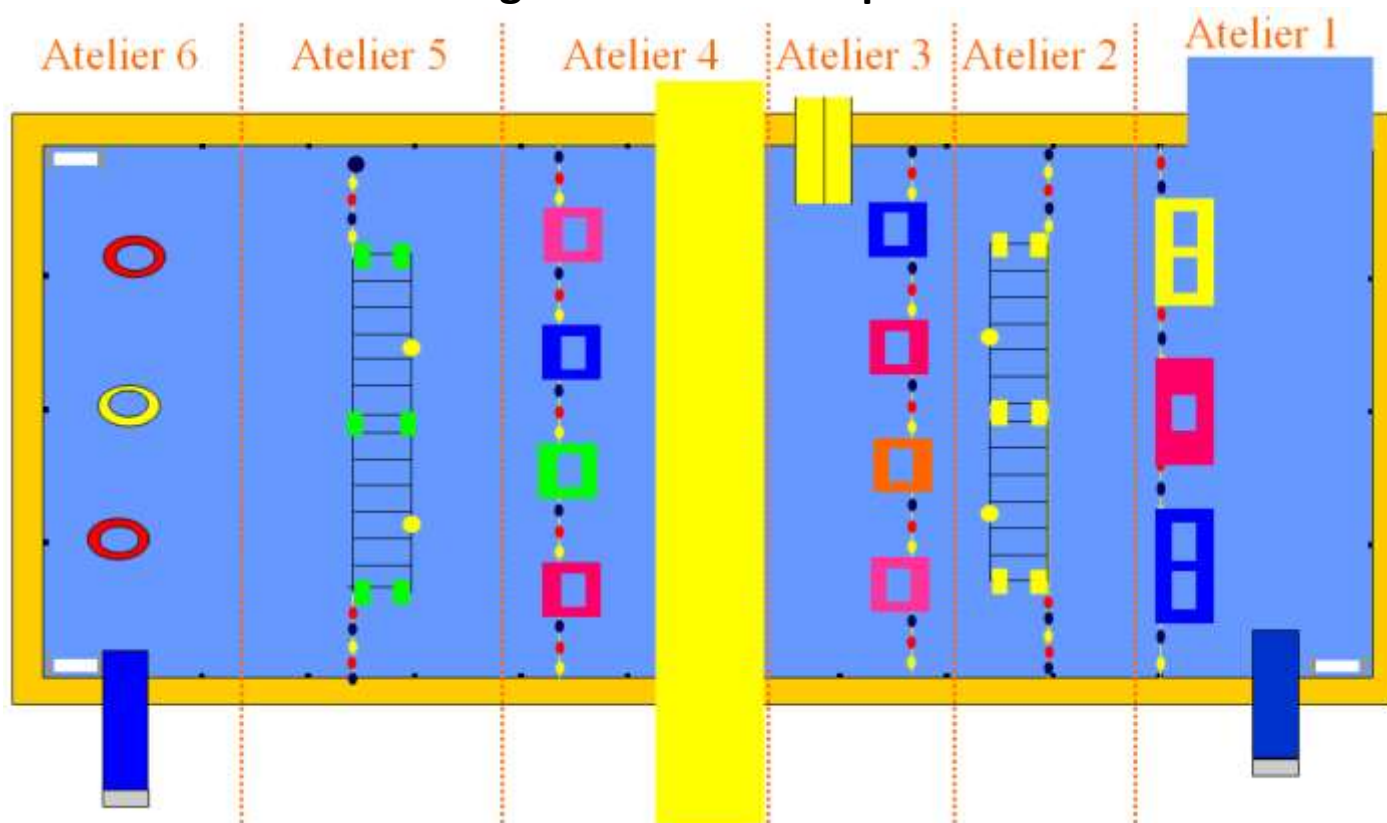
Chaque séance dure 40 minutes.

Séances	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Groupes										
JAUNE	1/2	2/3	3/4	4/5	5/6	6/1	1/2	2/3	3/4	JEUX
ROUGE	2/3	3/4	4/5	5/6	6/1	1/2	2/3	3/4	4/5	JEUX
VERT	3/4	4/5	5/6	6/1	1/2	2/3	3/4	4/5	5/6	JEUX
NOIR	4/5	5/6	6/1	1/2	2/3	3/4	4/5	5/6	6/1	JEUX
BLANC	5/6	6/1	1/2	2/3	3/4	4/5	5/6	6/1	1/2	JEUX
BLEU	6/1	1/2	2/3	3/4	4/5	5/6	6/1	1/2	2/3	JEUX

Chaque groupe accède à 2 ateliers par séance (20 minutes par atelier).

Par exemple, le groupe des bonnets rouges lors de la 5^e séance accède à l'atelier 6 pendant 20 minutes puis à l'atelier 1 pendant 20 minutes.

Aménagement du bassin pour les GS



MES PREMIERES BULLES A LA PISCINE



Je descends dans
le petit bain avec
l'échelle



Je mets mon visage
dans l'eau



Je m'allonge en
tenant le bord



Je me déplace
le long du mur



Je saute dans
le petit bain avec
des brassards



Je mets ma tête
dans l'eau et je fais
des bulles



Je m'allonge
en tenant deux
planches



Je me déplace
entre les deux
cordes bien
allongé



Je saute dans
le petit bain



Je vais chercher
un objet dans
le petit bain



Je fais une étoile de
mer sur le ventre
avec une ceinture



Je me déplace
avec une frite
et une ceinture



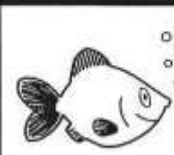
Je saute dans le
grand bain avec
une ceinture



Je passe sous
un tapis



Je fais une étoile
de mer sur le dos
avec une ceinture



Je me déplace
sur le ventre avec
une ceinture



Je glisse sur
le grand toboggan
avec des
brassards



Je passe dans
le tunnel



Je fais une
étoile de mer
sur le ventre



Je me déplace
sur le dos avec
une ceinture



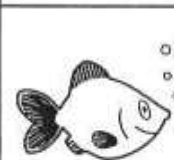
Je saute dans
le grand bain



Je vais au fond
du grand bain en
m'aidant de la
perche



Je fais une
étoile de mer
sur le dos



Je me déplace
sans ceinture

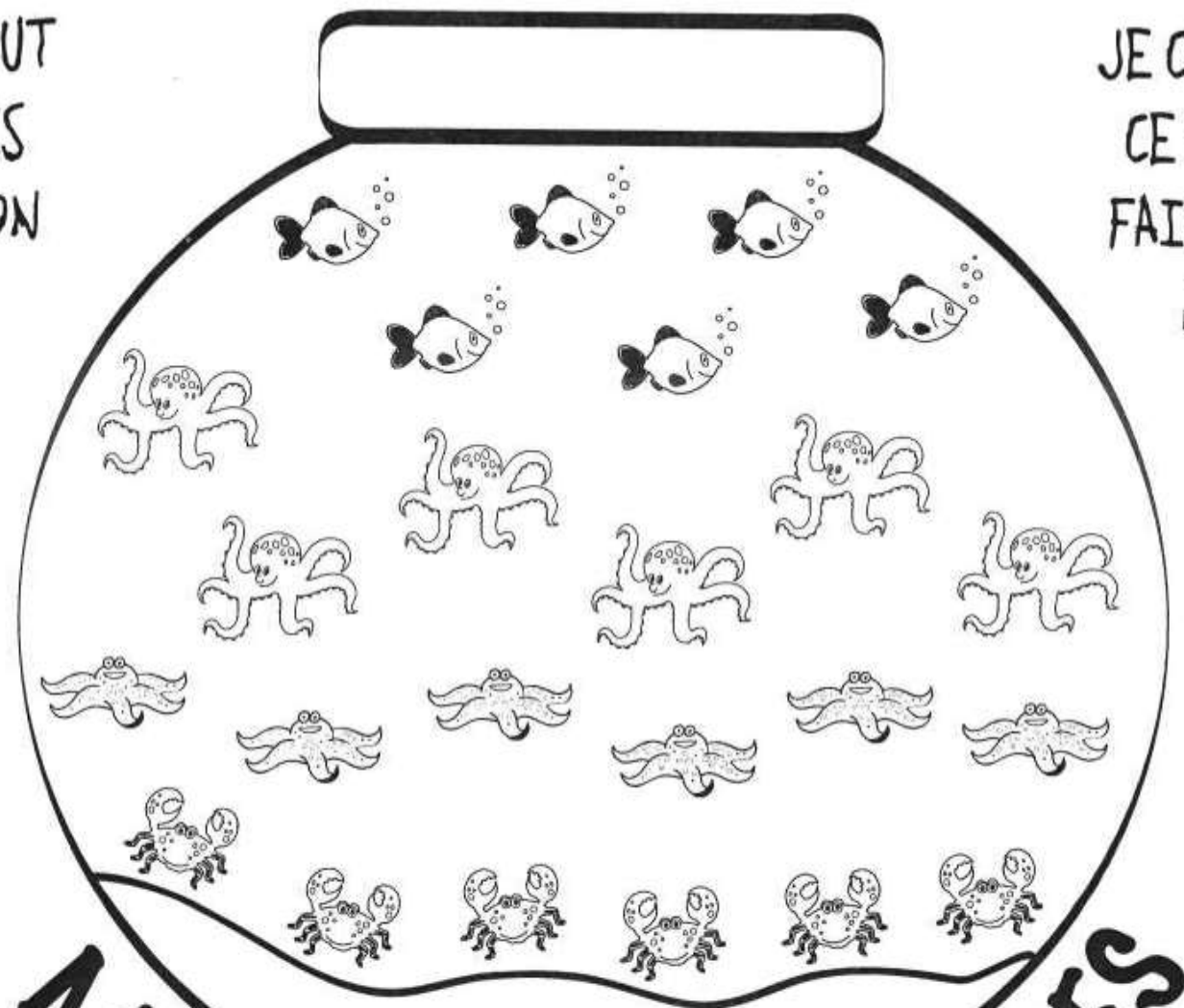
Je suis Éléonore
la pieuvre

Je suis Barnabé
le crabe

Je suis Jennifer
l'étoile de mer

Je suis Robinson
le poisson

JE COLORIE TOUT
CE QUE JE SAIS
FAIRE DANS MON
AQUARIUM



JE COLORIE TOUT
CE QUE JE SAIS
FAIRE DANS MON
AQUARIUM

MES PREMIÈRES BULLES

LES RESSOURCES ELEMENTAIRES :

Progressions

Jeux

Parcours

Fiche Situation n°1

IMMERSION

Vers le palier 1



L'ARROSEUR ARROSE

- Je suis arroseur sur le bord, j'asperge ceux qui passe devant moi
- Je suis dans l'eau je peux riposter si je suis arrosé

Objectifs pour le
Professeur

Faire accepter l'immersion partielle ou complète

Objectifs pour
l'élève

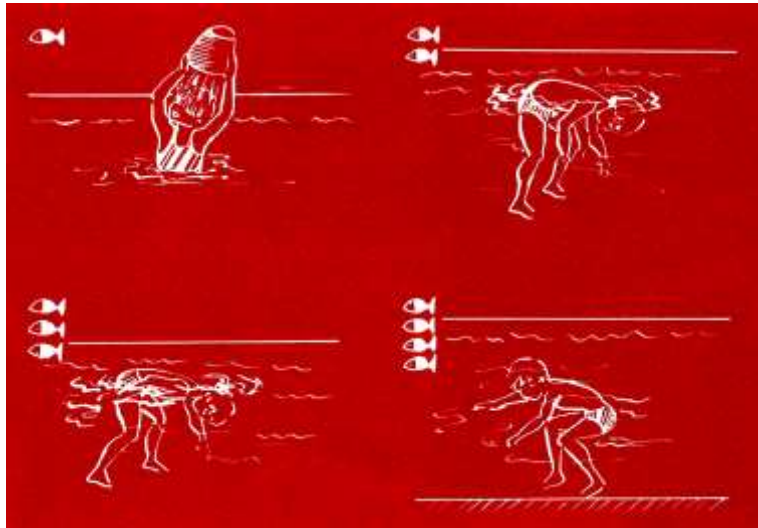
- Accepter l'eau sur le visage
- Accepter de disparaître dans l'eau

Je réussis si

- je suis détendu quand l'eau coule sur mon visage
- je me rempli d'air pour rester sous l'eau
- j'utilise la bouche pour respirer

Je fais des
progrès si

- je passe la tête sous la douche
- je mets le visage sous l'eau
- je mets la tête sous l'eau
- je m'immerge totalement



Fiche Situation n°2

IMMERSION

Vers le palier 1



JE ME MOUILLE ENTIEREMENT JE VAIS SOUS L'EAU

- Seul ou à deux: je joue à me cacher sous l'eau, faire des bulles, ouvrir la bouche
- Je comprends les signes de mon camarade, compter les doigts, refaire la même grimace
- Nous allons l'un vers l'autre en se déplaçant en nous échangeons des objets

Objectifs pour le professeur

- Faire accepter de disparaître sous l'eau
- Détourner les objectifs d'immersion par le jeu

Objectifs pour l'élève

- Accepter d'ouvrir la bouche sous l'eau
- j'ouvre les yeux sous l'eau
- j'augmente la durée d'apnée

Je réussis si

- je contrôle ma respiration
- j'ouvre les yeux sous l'eau
- je souffle pour descendre

Je fais des progrès si

- je reste sous l'eau de plus en plus longtemps
- je vais de plus en plus loin
- je vais de plus en plus profond



Fiche Situation n°3

IMMERSION

Vers le palier 1



RELAIS-TUNNEL

- Nous sommes 4. Le dernier de la colonne passe sous le tunnel (les jambes des camarades) et se replace devant et ainsi de suite.

Objectifs pour le professeur

- Obtenir un déplacement en immersion.

Objectifs pour l'élève

- Etre capable de se déplacer à différentes profondeurs en contrôlant son temps d'immersion.

Je réussis si

- J'arrive à passer sous toutes les jambes des camarades.
- J'arrive à augmenter mon temps d'immersion.

Je fais des progrès si

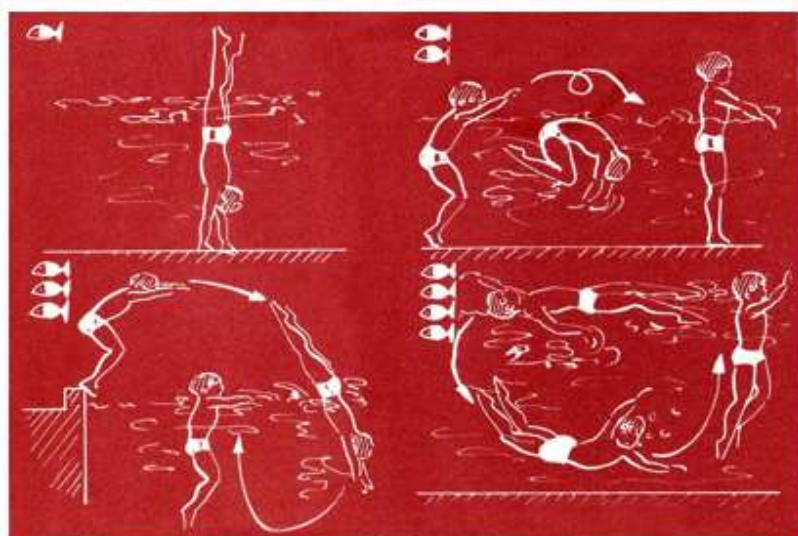
- J'arrive à améliorer mon déplacement, mon équilibre. (par exemple en passant dans des arceaux).
- J'arrive à améliorer mon temps d'immersion selon la profondeur.



Fiche Situation n°4

IMMERSION

Vers le palier 2



JOUONS PAR DEUX

- J'essaie librement de faire des acrobaties sous l'eau.
- Je peux aussi plonger près de mon camarade :
 - * pour passer entre ses jambes,
 - * pour tourner autour de lui,
 - * pour rouler sur moi-même avec ou sans aide,
- Nous pouvons ensemble faire la même acrobatie sous l'eau.

Objectifs pour le professeur

- En immersion, faire réaliser des changements de direction complexes.

Objectifs pour l'élève

- Faire des acrobaties de plus en plus complexes sous l'eau.
- Se repérer dans l'espace.

Je réussis si

- Je peux réaliser des roulades, mettre les pieds en l'air, et faire des acrobaties de plus en plus dures.
- Souffler par le nez pendant les rotation.

Je fais des progrès si

- Je réalise le plus de figures de plus en plus complexes et précises sous l'eau.



Fiche Situation n°5

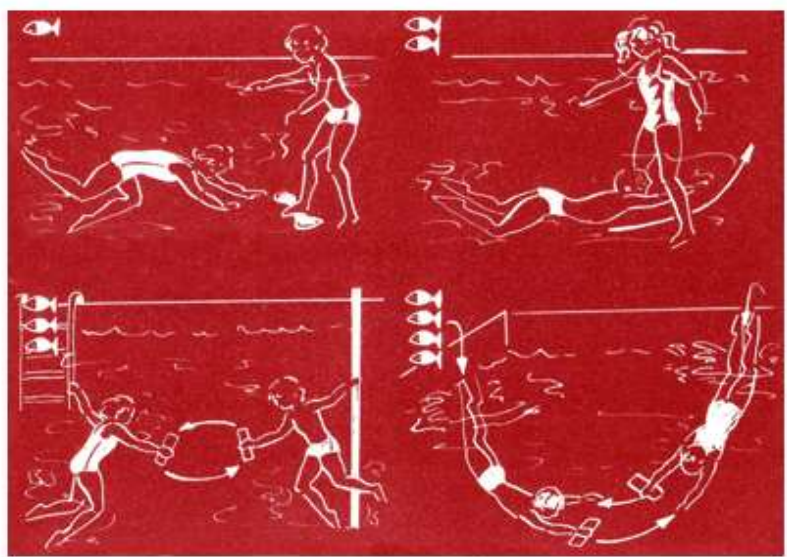
IMMERSION

Vers le palier 2



LES POISSONS PILOTES

- J'essaie de suivre et d'imiter mon camarade sous l'eau.
- Je reproduis un parcours qu'il m'a montré.
- Nous inventons un parcours et nous le faisons ensemble.
- A mon tour, je deviens « poisson -pilote ».



Objectifs pour le professeur	<ul style="list-style-type: none"> • Faire réaliser un parcours avec des déplacements divers en immersion.
Objectifs pour l'élève	<ul style="list-style-type: none"> • Suivre mon camarade sous l'eau en faisant des déplacements dans différentes directions.
Je réussis si	<ul style="list-style-type: none"> • Je réalise le même parcours que mon camarade. • j'ouvre les yeux, j'adapte l'action de mes bras et de mes jambes.
Je fais des progrès si	<ul style="list-style-type: none"> • J'échange des objets sous l'eau. (Tête en bas- tête en avant- sur le côté...) • Je suis à l'aise sous l'eau je vais de plus en plus profond. (bulles- déplacement)

Fiche Situation n°6

IMMERSION

Vers le savoir nager

LA PECHE AU TRESOR

- Je récolte des objets lourds pour les ramener au bord à l'aide d'un objet flottant :
- Seul avec ma planche ou à plusieurs avec un tapis,
- Nous pouvons y jouer en équipes.

Objectifs pour le professeur

- Faire accepter l'immersion complète.
- Leur faire ouvrir les yeux et souffler dans l'eau.

Objectifs pour l'élève

- Ramasser un objet au fond et le ramener sur le bord.
- Ouvrir les yeux et souffler dans l'eau pour ramasser plus facilement l'objet.

Je réussis si

- J'ouvre les yeux.
- Je fais des bulles.
- Je remonte l'objet.

Je fais des progrès si

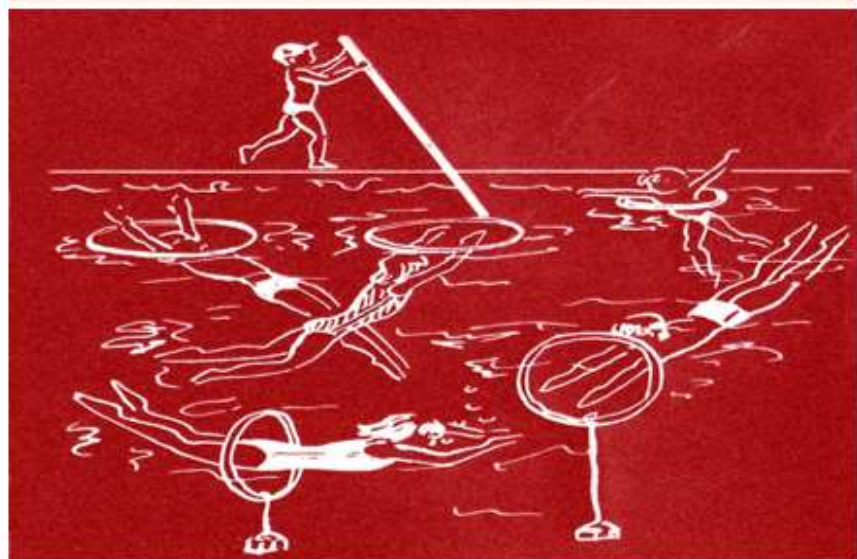
- Je gère mon temps d'immersion.
- Je reste plus longtemps sous l'eau.
- Je fais un parcours, gère mon équilibre et change de position sous l'eau.



Fiche Situation n°7

IMMERSION

Vers le savoir nager



LES DAUPHINS EN GRANDE PROFONDEUR

- Je suis un « dauphin ». Je passe dans les cerceaux de mon choix.
- Il y a des cerceaux flottants, près de l'échelle, près du bord, près de la perche, d'autres loin du bord.
- Il y a des cerceaux sous l'eau à différentes profondeurs,
- J'essaie de plus en plus profond, de plus en plus loin.

Objectifs pour le professeur

- Leur faire contrôler leur équilibre en immersion (tête vers le haut, tête vers le bas, grande profondeur)

Objectifs pour l'élève

- Enchaîner le passage des cerceaux à différentes profondeurs.
- Réaliser le plus grand parcours possible.

Je réussis si

- Je passe dans le plus de cerceaux possible à différentes profondeurs.
- Je regarde le fond quand je me déplace.

Je fais des progrès si

- J'augmente la grandeur du parcours.
- J'augmente les changements de positions en immersion (tête en haut, tête en bas)



Fiche Situation n°1

EQUILIBRATION

Vers le palier 1



JEU DES STATUES

- Petite profondeur, avec ou sans ceinture :
- Avec une planche, je traverse le bassin. Lorsque le meneur de jeu se retourne, je lâche la planche et je flotte sans bouger tant qu'il regarde. Il tourne le dos, je repars.
- **Combien de fois ai-je réussi ?**

Objectifs pour le professeur

- Augmenter la durée de l'immobilisation.
- Recherche des équilibres Ventral et Dorsal.

Objectifs pour l'élève

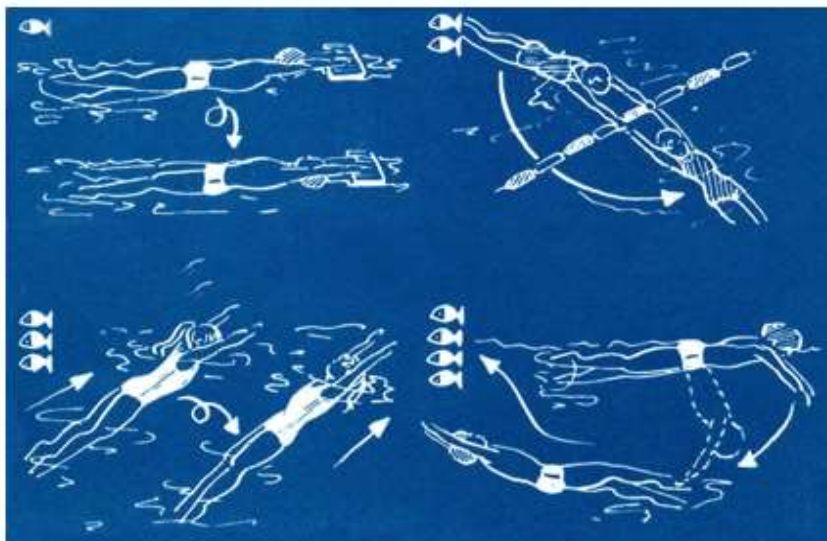
- Se stabiliser sous l'eau.
- Varier les équilibres Ventral et Dorsal.
- Maîtriser l'équilibre dynamique (glissées).

Je réussis si

- Je ne touche pas les pieds au sol.
- Je ne tiens pas ma planche.
- Je prend une grande inspiration.

Je fais des progrès si

- J'utilise de moins en moins de support.
- Je passe aisément du Ventral au Dorsal.
- Je fais l'exercice en grande profondeur



Fiche Situation n°2

EQUILIBRATION

Vers le palier 1

JE M'ALLONGE BIEN DANS L'EAU

- Petite profondeur : les attelages
- Je me laisse traîner par un camarade sur le dos, le ventre, le côté.
- Petite profondeur ou Grande Profondeur : Tir à la corde
- Je me laisse traîner sur le dos, le ventre, le côté. **Changer de rôle.**

Objectifs pour le professeur

- Comment respirer sur le ventre ?
- Varier les prises, sous les aisselles, mains, épaules, par la taille.
- Varier la position ventrale et dorsale.

Objectifs pour l'élève

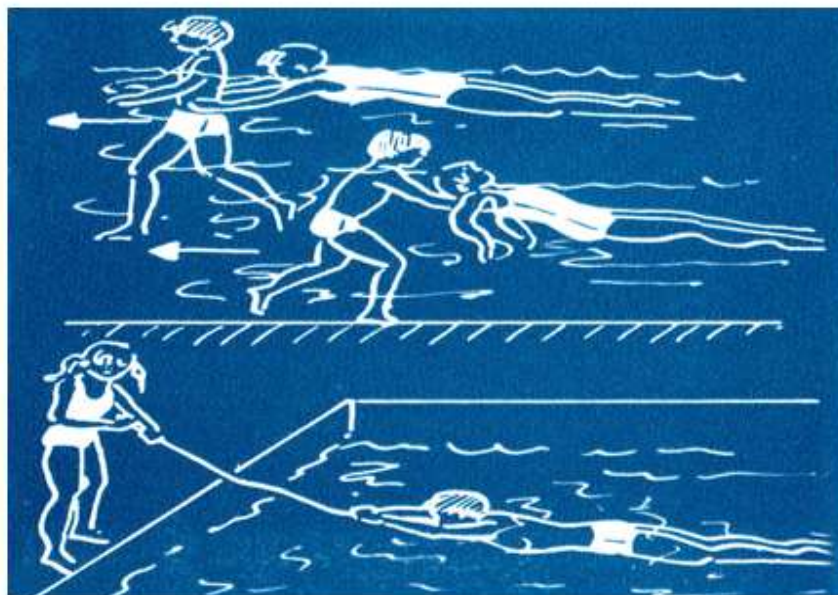
- S'allonger
- Mettre la tête dans l'eau.
- Travailler la respiration.

Je réussis si

- Je me laisse guider par mon camarade.
- Je ne prends pas appui au sol.
- Je détend sans faire de mouvements.

Je fais des progrès si

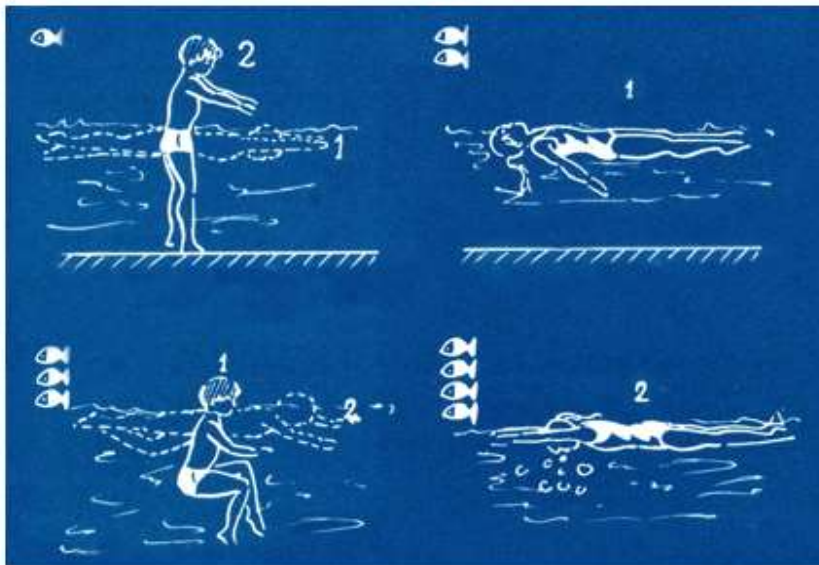
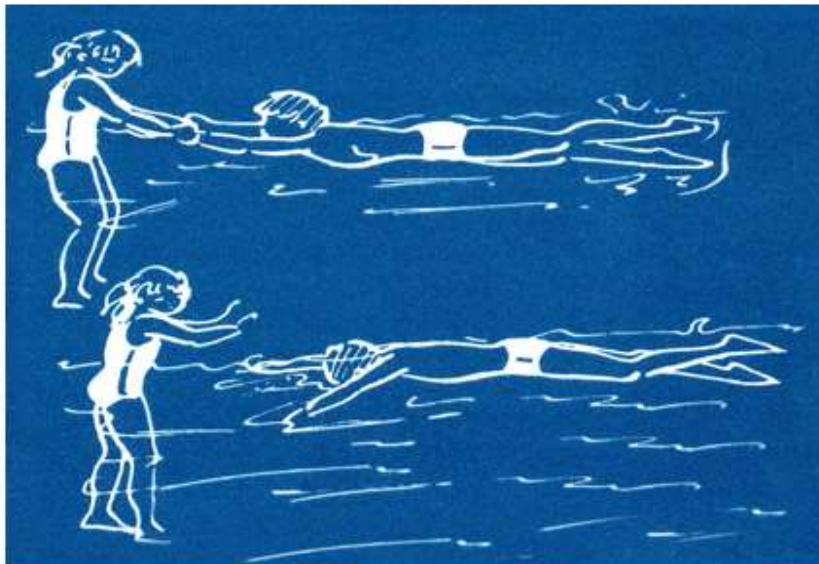
- Je souffle dans l'eau.
- Je m'allonge au maximum.
- Je suis capable de relever la tête pour inspirer puis la remettre dans l'eau.



Fiche Situation n°3

EQUILIBRATION

Vers le palier 2



JE FAIS DU SURPLACE SUR LE VENTRE

- En Petite profondeur :
- Je suis traîné puis lâché.
- Je reste sur place, le visage dans l'eau.
- Qui tient le plus longtemps ?
- Essaie de bouger
- Essaie en bougeant pieds et mains.

Objectifs pour le professeur

- Recherche l'équilibre ventral, tête dans l'eau.
- Recherche déplacement court.
- Varier les positions ventrales.

Objectifs pour l'élève

- S'équilibrer dans l'eau sur le ventre.
- Je prolonge la durée de l'exercice.

Je réussis si

- Je mets la tête dans l'eau.
- Je regarde le fond du bassin.
- Je ne prends pas appui.
- Je m'allonge bien.

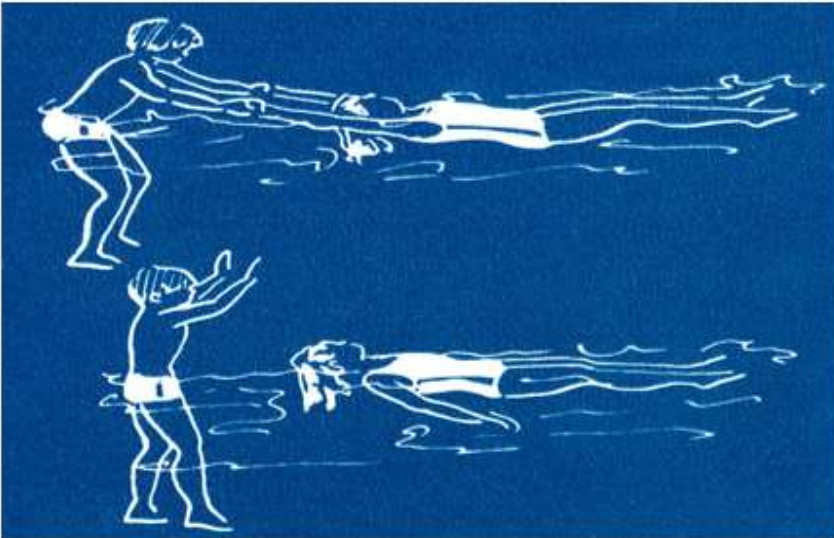
Je fais des progrès si

- Je réalise l'exercice sans l'aide d'un camarade.
- Je respire plusieurs fois sans prendre appui.
- Je fais la planche sur le ventre.
- Je reste longtemps allongé, tête dans l'eau.

Fiche Situation n°4

EQUILIBRATION

Vers le palier 2



JE FAIS DU SURPLACE SUR LE DOS

- En Petite profondeur :
- Je suis traîné puis lâché.
- Je reste sur place, le visage dans l'eau.
- Qui tient le plus longtemps ?
- Essaie de bouger
- Essaie en bougeant pieds et mains.

Objectifs pour le professeur

- Recherche l'équilibre dorsal.
- Recherche déplacement court.
- Varier les positions dorsales.

Objectifs pour l'élève

- S'équilibrer dans l'eau sur le dos.
- Je prolonge la durée de l'exercice.

Je réussis si

- Je mets mes oreilles dans l'eau, mes yeux regardent le plafond.
- Je ne prends pas appui.
- Je m'allonge bien.

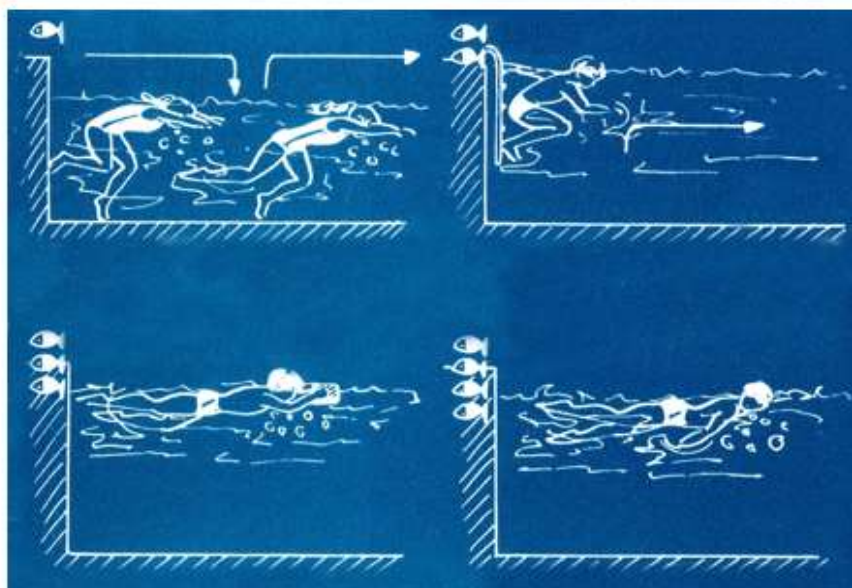
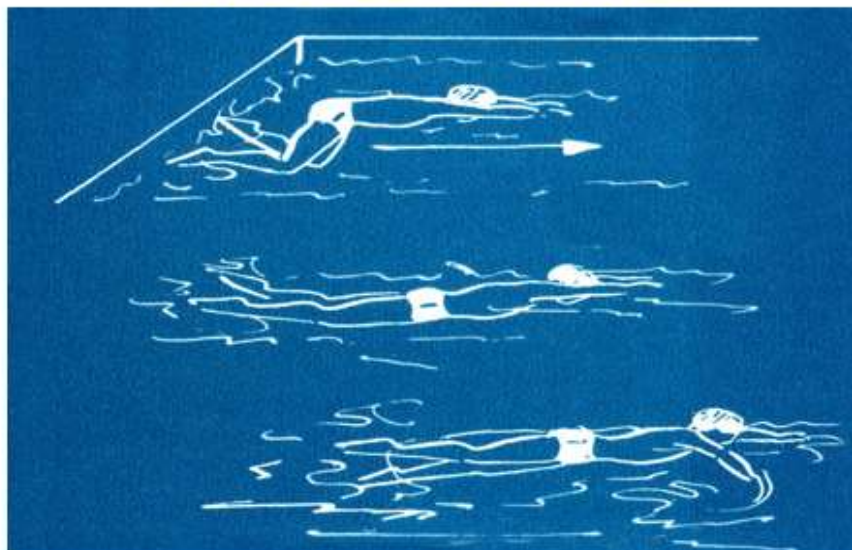
Je fais des progrès si

- Je respire plusieurs fois sans prendre appui.
- Je fais la planche sur le dos.
- Je regarde vers le haut sur le dos.

Fiche Situation n°5

EQUILIBRATION

Vers le savoir nager



CONCOURS DE DISTANCE SUR LE VENTRE

En me repoussant du bord du bassin, je vais le plus loin possible sur le ventre :

- En me laissant glisser
- puis en m'aidant des jambes uniquement
- puis avec l'aide des bras et des jambes.

Objectifs pour le professeur

- Conserver l'équilibre horizontal.
- Profiler son corps pour glisser sur l'eau.

Objectifs pour l'élève

- Glisser le plus loin avant de reprendre pied.
- Exécuter la distance la plus longue possible avec une aide matériel.
- Exécuter la distance la plus longue possible sans aide matériel.

Je réussis si

- Je mets la tête dans l'eau je regarde le fond.
- Je m'allonge au maximum.
- J'exécute une poussée forte au mur.
- Je profile mon corps.

Je fais des progrès si

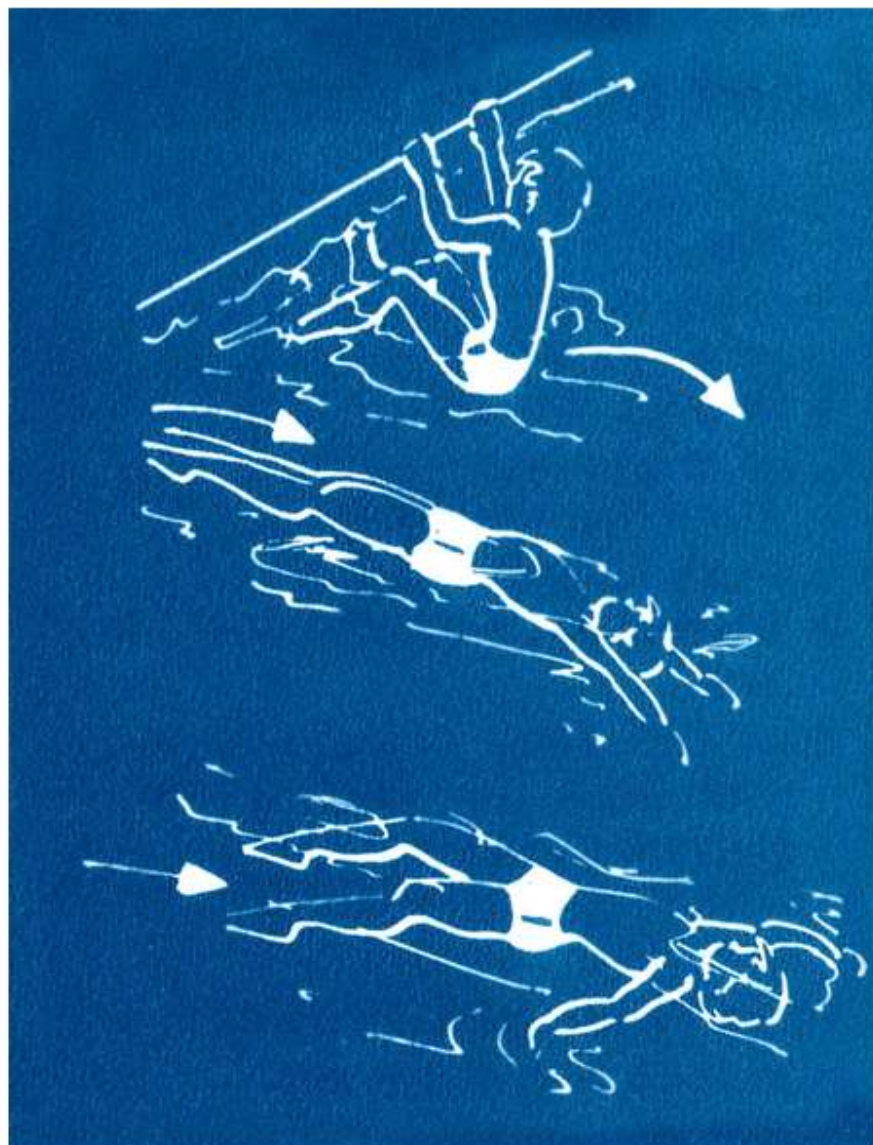
- Je réalise l'exercice en grande profondeur.
- Je traverse avec une planche (jambes).
- Je traverse le bassin sans aide matériel (bras et jambes).



Fiche Situation n°6

EQUILIBRATION

Vers le savoir nager



CONCOURS DE DISTANCE SUR LE DOS

- En poussant du bord du bassin, je vais le plus loin sur le dos:
- En me laissant glisser,
 - puis en m'aidant des jambes uniquement,
 - puis avec l'aide des bras et des jambes.

Objectifs pour le professeur

- Conserver l'équilibre horizontal.
- Profiler son corps pour glisser sur l'eau.

Objectifs pour l'élève

- Glisser le plus loin avant de reprendre pied.
- Exécuter la distance la plus longue possible avec une aide matériel.
- Exécuter la distance la plus longue possible sans aide matériel.

Je réussis si

- Je mets la tête dans l'eau.
- Je m'allonge au maximum.
- J'exécute une poussée forte au mur.
- Je profile mon corps.

Je fais des progrès si

- Je réalise l'exercice en grande profondeur.
- Je traverse le bassin avec l'aide d'une planche (jambes).
- Je traverse le bassin sans aide matériel (bras et jambes).

Fiche Situation n°1

Entrées dans l'eau (ventilation)

Vers le palier 1

JE FAIS L'ACROBATE JE SAUTE EN AVANT

- Je fais des roulades, puis de plus en plus vite,
- je pousse sur les pieds de plus en plus loin,
- je tourne sans poser les mains, j'essaie de plus en plus haut.

Objectifs pour le professeur

- Appréhender l'entrée dans l'eau par un déséquilibre maîtrisé.
- Aller progressivement vers le plongeon.

Objectifs pour l'élève

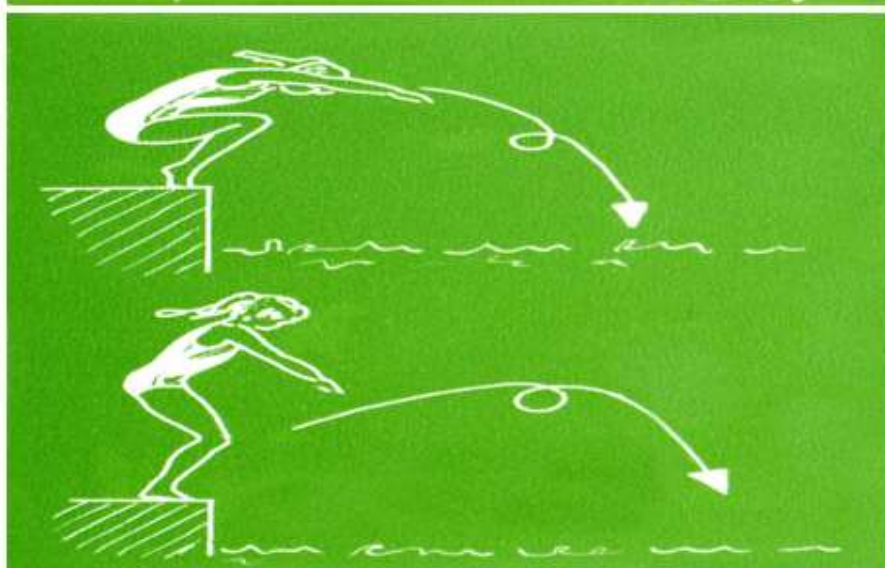
- Accepter la roulade sur un support instable.
- Accepter l'immersion avec une arrivée dans l'eau.

Je réussis si

- Je rentre la tête menton poitrine.
- Je pousse sur mes jambes.
- J'ai un bon gainage de mon corps .
- Je profile mon corps.

Je fais des progrès si

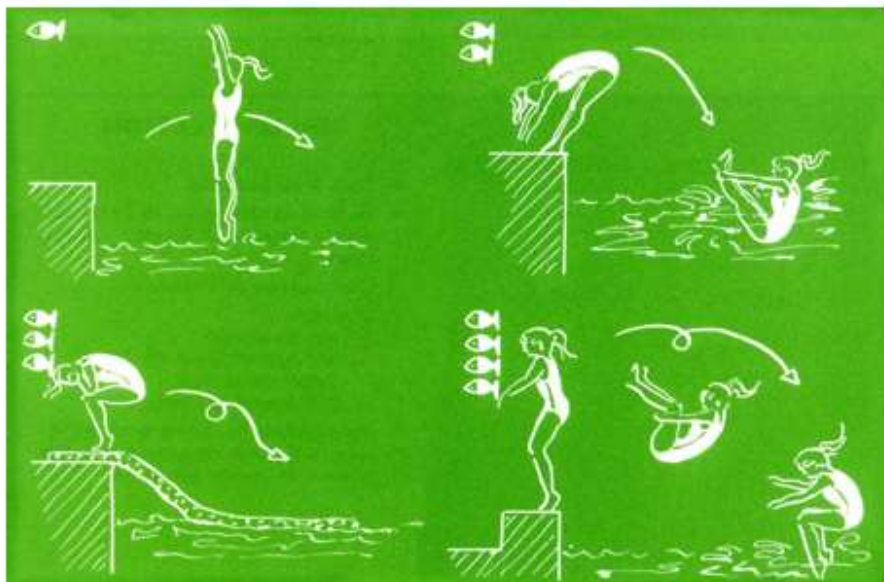
- Je réalise l'exercice en grande profondeur.
- Je réalise l'exercice sans poser les mains.



Fiche Situation n°2

Entrées dans l'eau (ventilation)

Vers le palier 1



**JE FAIS L'ACROBATE
JE SAUTE EN ARRIERE**

- Je roule en arrière sur le tapis,
- je tourne en arrière au dessus du tapis.

Objectifs pour le professeur

- Faire découvrir l'espace arrière.
- Préparer l'entrée dans l'eau du test kayak.

Objectifs pour l'élève

- perte des repères visuels.
- Exécuter toutes les entrées dans l'eau possible en arrière.

Je réussis si

- J'accepte le déséquilibre.
- Je garde ma posture.
- J'exécute une poussée sur les jambes.
- Je profile mon corps.

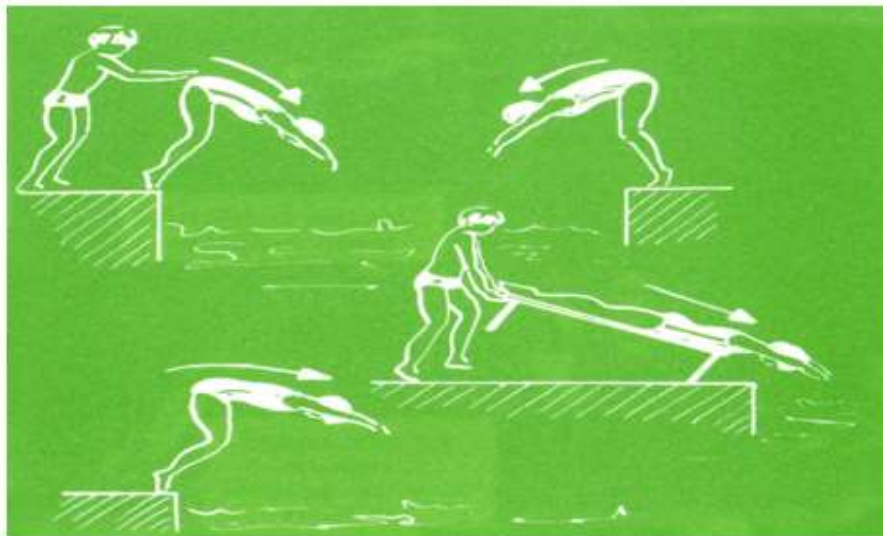
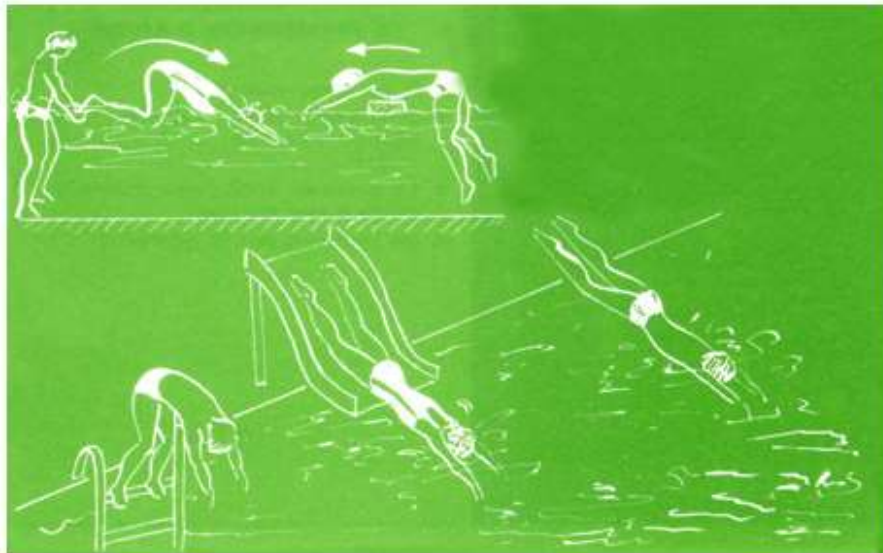
Je fais des progrès si

- Je réalise l'exercice en grande profondeur.
- Je réalise l'exercice de plus en plus haut.

Fiche Situation n°3

Entrées dans l'eau (ventilation)

Vers le palier 2



J'ENTRE DANS L'EAU LA TÊTE LA PREMIÈRE

- J'essaie toujours d'aller vers le fond,
- j'essaie de garder les bras tendus, sans relever la tête,
- j'essaie de garder une position hydrodynamique.

Objectifs pour le professeur

- Faire accepter le déséquilibre en avant.
- Travail du gainage du corps, des impulsions.

Objectifs pour l'élève

- Accepter la chute en avant.
- Plus je suis profilé, mieux je rentre dans l'eau.

Je réussis si

- Je rentre ma tête menton poitrine.
- Je m'allonge au maximum.
- J'exécute l'exercice les bras dans le prolongement du corps.

Je fais des progrès si

- Je plonge dans une cible (cerceaux...).
- Je plonge de plus en plus profond.
- Je plonge de plus en plus haut et loin.

Fiche Situation n°4

Entrées dans l'eau (ventilation)

Vers le savoir nager

JE SAUTE OU JE PLONGE POUR CHERCHER UN OBJET AU FOND

J'essaie de récupérer des objets:

- près, loin du bord, à des profondeurs différentes.

Jouons à deux:

- Je lance, tu vas chercher.
- Qui va chercher l'objet le plus loin et le plus profond.

Objectifs pour le professeur

- Varier les entrées dans l'eau.
- Augmenter la longueur et durée d'apnée.

Objectifs pour l'élève

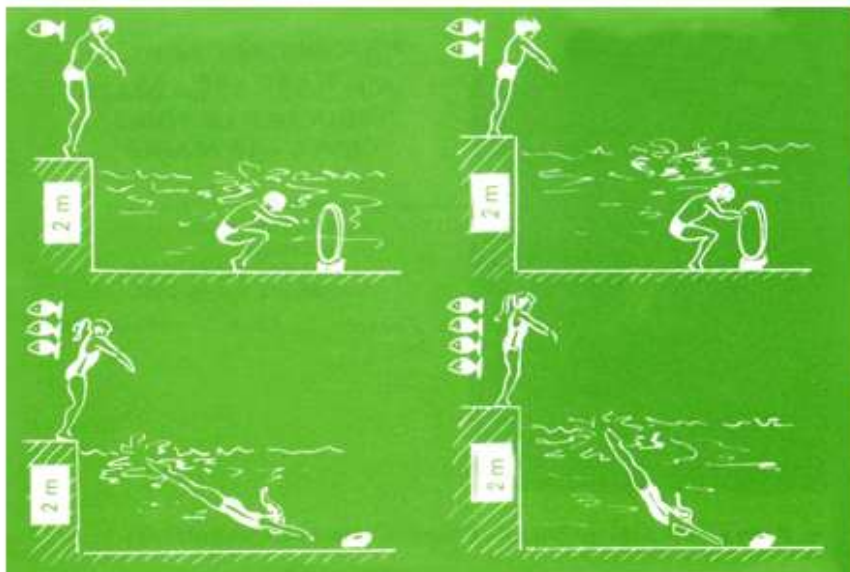
- Accepter l'immersion longue.
- J'ouvre les yeux pour m'orienter.

Je réussis si

- Je tiens longtemps sous l'eau.
- J'ouvre les yeux pour attraper les objets.
- J'ai une action des bras et des jambes sous l'eau pour ne pas remonter.

Je fais des progrès si

- Je le fais à des profondeurs différentes.
- Je ramasse plusieurs objets à la suite.



Fiche Situation n°1

LOCOMOTION

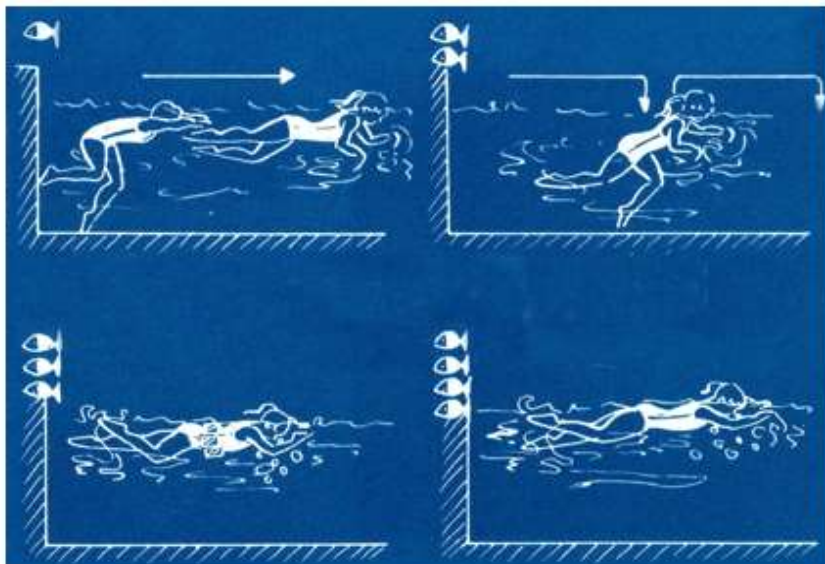
Vers le palier 1



LES RADEAUX

LES REMORQUEURS (sur le ventre)

- Faisons manœuvrer le radeau dans tous les sens.
- Organisons une course de radeaux.
- A l'abordage! Changeons de radeau.
- Organisons une course d'attelage, changeons de rôle .



Objectifs pour le professeur

- Faire découvrir les différents appuis dans l'eau.
- Recherche de déplacement court.
- Varier les positions.

Objectifs pour l'élève

- sentir l'eau sur mes mains, varier les pressions.
- me déplacer de plus en plus loin.

Je réussis si

- Je me déplace vite sur mon radeau.
- je varie le rythme de mes mains sous l'eau .
- Je m'allonge le plus possible.

Je fais des progrès si

- Je me déplace sans matériel tête immergée..
- Je respire plusieurs fois sans reprendre appui.

Fiche Situation n°2

LOCOMOTION

Vers le palier 1

LES RADEAUX LES REMORQUEURS (sur le dos)

- Faisons manoeuvrer le radeau dans tous les sens.
- Organisons une course de radeaux.
- A l'abordage! Changeons de radeau.
- Organisons une course d'attelage, changeons de rôle .

Objectifs pour le professeur

- Faire découvrir les différents appuis.
- Recherche de déplacement court.
- Varier les positions.

Objectifs pour l'élève

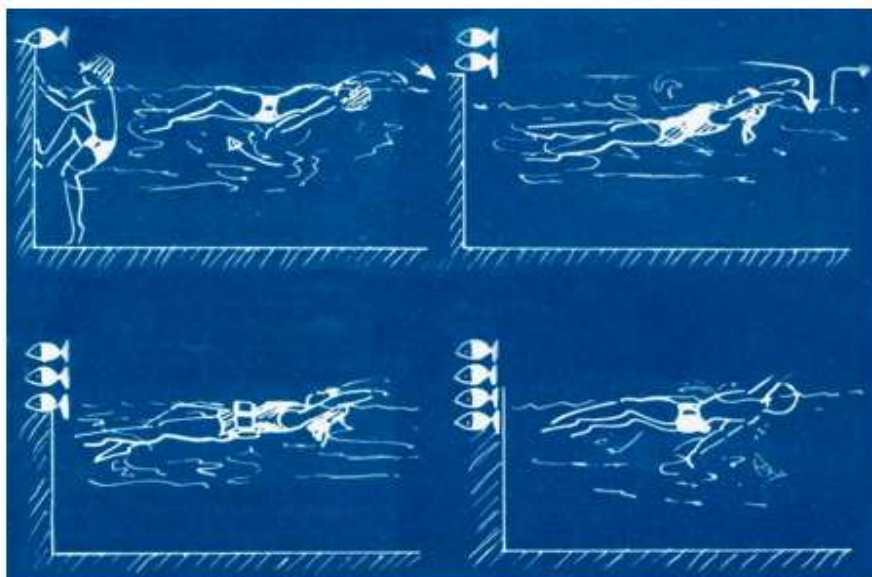
- sentir l'eau sur mes mains, varier les pressions.
- me déplacer de plus en plus loin.

Je réussis si

- Je me déplace vite sur mon radeau.
- je varie le rythme de mes mains sous l'eau .
- Je m'allonge le regard vers le plafond.

Je fais des progrès si

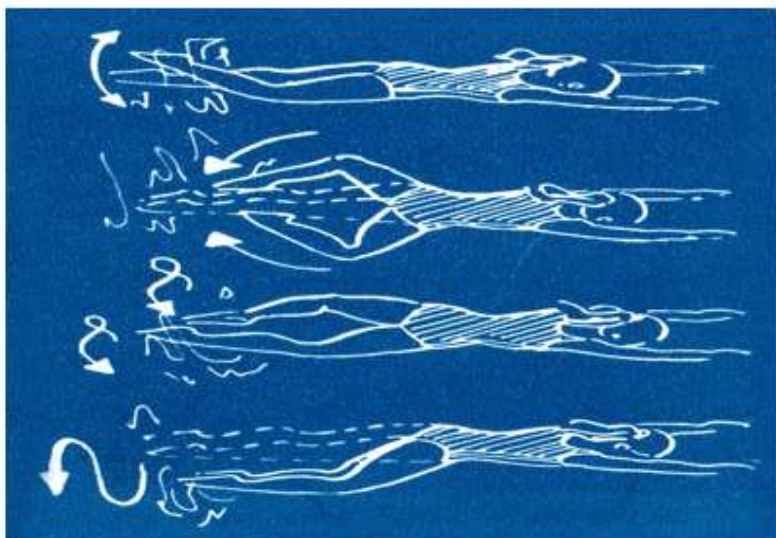
- Je me déplace sans matériel.
- J'utilise mes bras et mes jambes de plus en plus loin et vite sans reprendre appuis.



Fiche Situation n°3

LOCOMOTION

Vers le palier 1



SUR LE VENTRE JE ME SERS SURTOUT DE MES JAMBES

- A bout de bras, je conduis un objet flottant
- Quels mouvements de jambes ai-je trouvés pour avancer?
- Sur plusieurs traversées j'essaie différents mouvements de jambes.

Objectifs pour le professeur

- Recherche l'équilibre ventral.
- diversifier puis minimiser les supports.
- Varier les postures ventrales.

Objectifs pour l'élève

- Traverser la piscine en utilisant mes jambes.
- Trouver le mouvement le plus efficace.

Je réussis si

- Je m'allonge bien la tête dans l'eau, je souffle.
- Mes jambes battent à la surfaces le plus vite.
- J'arrive à trouver le mouvement le plus efficace.

Je fais des progrès si

- Je trouve le plus de mouvement différent.
- J'utilise le moins de matériel pour avancer.
- j'utilise des palmes pour obtenir un meilleur battement .

Fiche Situation n°4

LOCOMOTION

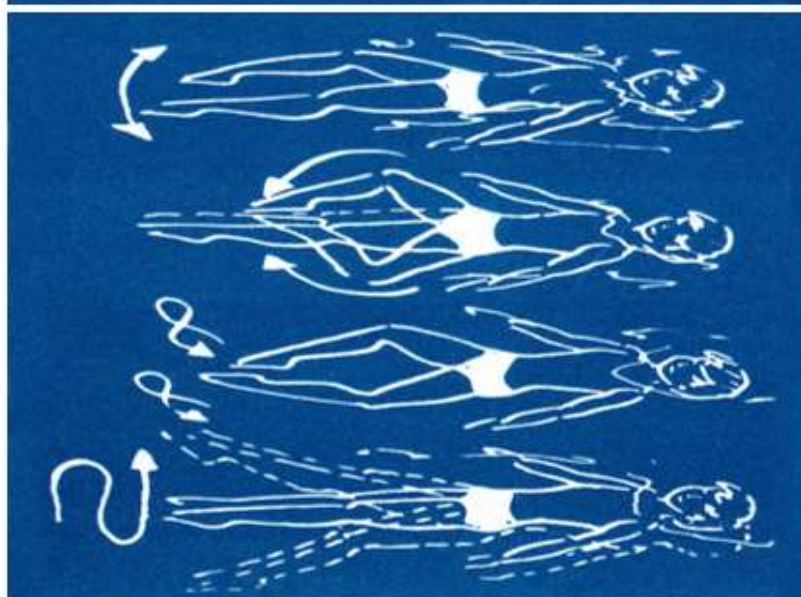
Vers le palier 2



SUR LE DOS JE ME SERS SURTOUT DE MES JAMBES



- A bout de bras, je conduis un objet flottant
- Quels mouvements de jambes ai-je trouvés pour avancer?
- Sur plusieurs traversées j'essaie différents mouvements de jambes.



Objectifs pour le professeur	<ul style="list-style-type: none"> • Recherche l'équilibre dorsal. • diversifier puis minimiser les supports. • Varier les postures dorsal.
Objectifs pour l'élève	<ul style="list-style-type: none"> • Traverser la piscine en utilisant mes jambes. • Trouver le mouvement le plus efficace.
Je réussis si	<ul style="list-style-type: none"> • Je m'allonge bien le regard vers le plafond. • Mes jambes battent à la surfaces le plus vite. • J'arrive à trouver le mouvement le plus efficace.
Je fais des progrès si	<ul style="list-style-type: none"> • Je trouve le plus de mouvement différent. • J'utilise le moins de matériel pour avancer. • j'utilise des palmes pour obtenir un meilleur battement .

Fiche Situation n°5

LOCOMOTION

Vers le palier 2

LES RADEAUX- LA REGATE A LA PLANCHE SUR LE VENTRE

- Nous organisons une course de radeaux :
- Le déplacement se fait de différentes façons, choisir son mouvement de jambes. Le plus efficace et le plus rapide sur le ventre.
- Je tiens la planche à deux mains sur le ventre.
- A l'appel de mon numéro, j'essaie de traverser plus vite que le joueur de l'autre équipe.
- Nous pouvons changer de numéro à chaque partie.

Objectifs pour le professeur

- Organiser une course sur le ventre.
- Faire s'allonger les enfants sur le ventre afin qu'ils trouvent un mouvement rapide pour avancer.

Objectifs pour l'élève

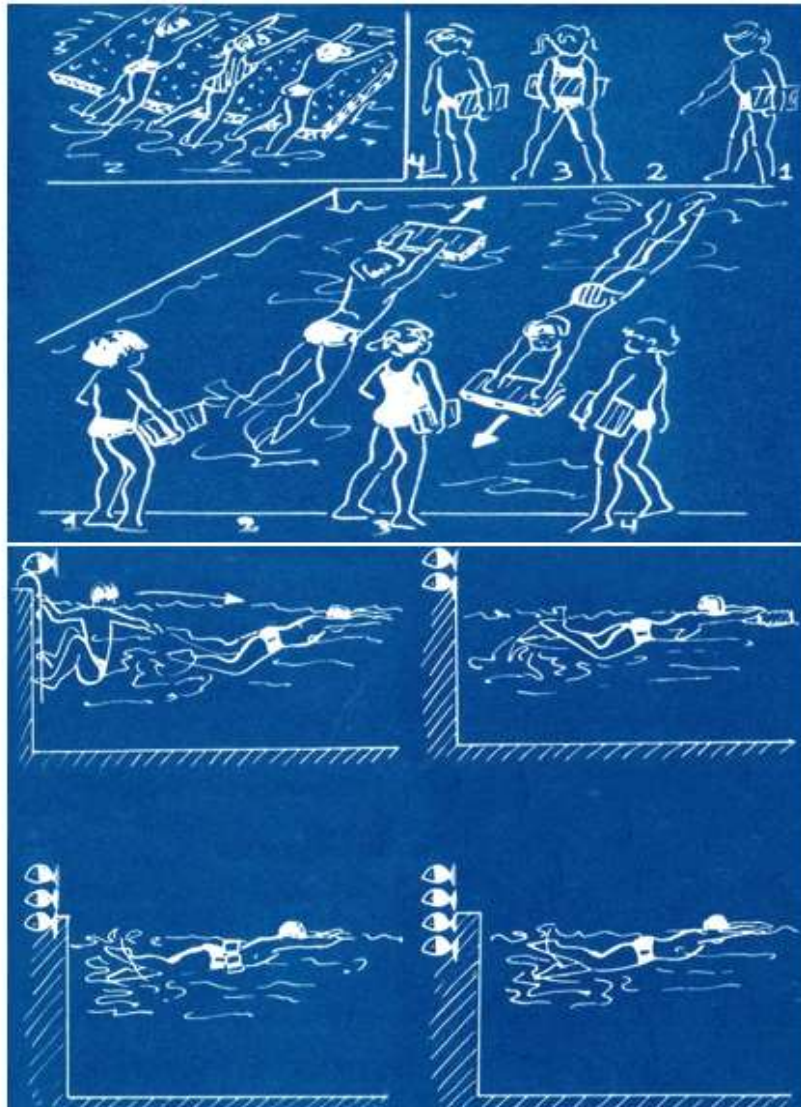
- Avancer plus vite que mon camarade.
- Trouver un mouvement de jambes efficace.
- S'allonger le plus possible sur le ventre.

Je réussis si

- Je m'allonge et je souffle dans l'eau.
- Je réussis à avancer vite grâce à mon mouvement de jambes.

Je fais des progrès si

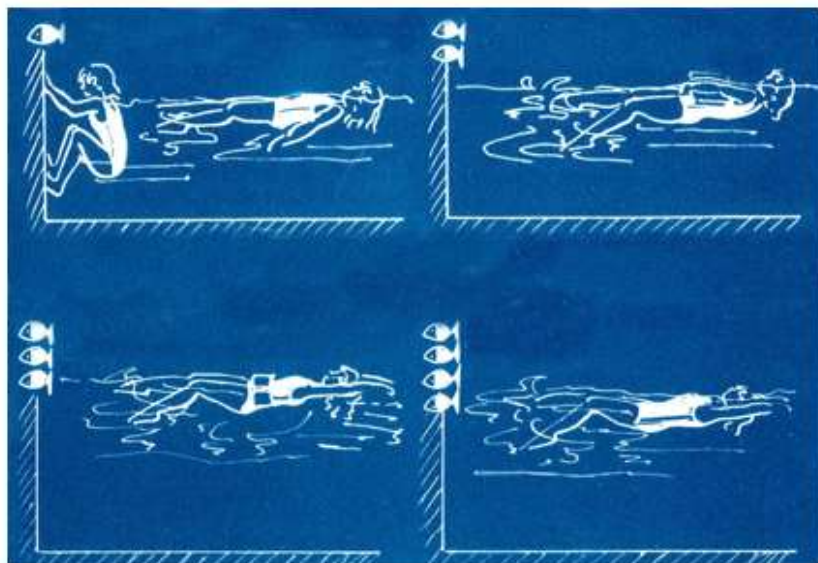
- Je glisse sur le ventre, en soufflant dans l'eau.
- Je traverse la piscine avec une planche.
- Je traverse la piscine, en bougeant mes bras.



Fiche Situation n°6

LOCOMOTION

Vers le savoir nager



LES RADEAUX- LA REGATE A LA PLANCHE SUR LE DOS

- Nous organisons une course de radeaux :
- Je choisis le mouvement de jambes le plus efficace et le plus rapide pour me déplacer sur le dos.
- Je tiens la planche à deux mains sur le dos.
- A l'appel de mon numéro, j'essaie de traverser plus vite que le joueur de l'autre équipe.
- Nous pouvons changer de numéro à chaque partie.

Objectifs pour le professeur

- Organiser une course sur le dos.
- Faire s'allonger l'élève sur le dos afin qu'il trouve un mouvement rapide pour avancer.

Objectifs pour l'élève

- Avancer plus vite que mon camarade.
- Trouver un mouvement de jambes efficace.
- S'allonger le plus possible sur le dos.

Je réussis si

- Je m'allonge : si le regard est vers le haut, le ventre monté.
- Je réussis à avancer vite grâce à mon mouvement de jambes.

Je fais des progrès si

- Je traverse la piscine en utilisant les bras.
- Je glisse sur le dos et je me déplace.
- Je traverse la piscine avec une planche.

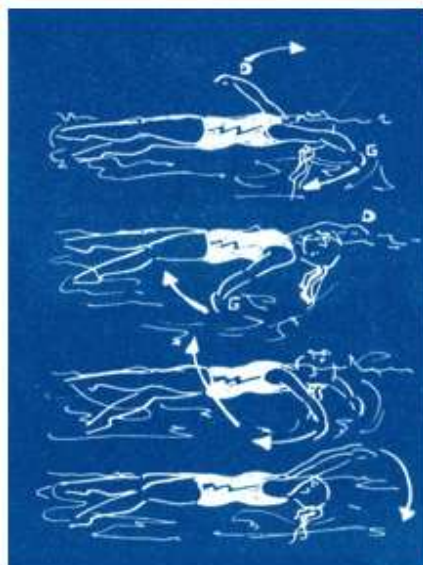
Fiche Situation n°7

LOCOMOTION

Vers le savoir nager

JE ME DEPLACE SUR LE DOS MES BRAS RESTENT DANS L'EAU

• En Petite profondeur, Avec aide:
Comment je peux utiliser mes bras pour avancer, reculer, tourner.



Objectifs pour le professeur

- Faire découvrir un déplacement par l'action des bras et la réaction du corps par rapport à la position des mains.

Objectifs pour l'élève

- Par la position des mains, qu'elle est le mouvement le plus efficace pour avancer, bras près du corps ou loin, qu'elle est la plus facile.

Je réussis si

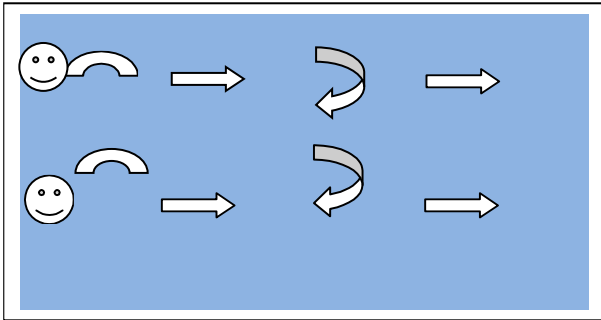
- Mes oreilles dans l'eau.
- Mon corps est à la surface.
- Mon regard vers le plafond
- Je fais le moins de mouvements de possible.

Je fais des progrès si

- Je fais la godille les mains près du corps.
- J'utilise mes deux bras en poussant fort et vite sous l'eau.
- J'utilise mes deux bras dans l'eau puis hors de l'eau.
- J'utilise mes bras l'un après l'autre dans l'eau puis hors de l'eau.

Départ petit BAIN		Départ grand BAIN	
Installation EN LARGE		Installation EN LARGE	
Parcours BLANC	Parcours ROUGE	Parcours ORANGE	Parcours VERT
1. Départ saut tapis ou galipette.	1. Entrer dans l'eau, galipette du tapis.	1. Départ double câble sur le ventre, tête dans l'eau	1. Départ chute arrière
2. Passage du rocher.	2. Passer sous le tapis au milieu de la largeur (ligne d'eau = aide).	2. Longer le mur	2. Passage dans un cerceau
3. Passage du tunnel.	3. Rejoindre le bord.	3. Passer dans la cage avec les cordes (2 ^{ième} barre)	3. Plongeon canard et récupérer un objet lesté
4. Récupérer 2 frites, revenir sur le ventre ou sur le dos.	4. Revenir sur le ventre, monter sur le tapis puis chute arrière.	4. Revenir au double câble et refaire le même parcours sur le dos	4. Nager jusqu'au bord
	5. Ramasser un objet lesté.		5. Revenir en rétropédalage
Installation EN LONG		Installation EN LONG	
1. Départ du PB en tenant le bord, passer derrière un camarade.	1. Départ glissée ventrale, passer sous la ligne flottante.	1. Sauter en bouteille du plot	1. Départ plongé
2. Immersion perche.	2. Prendre une planche et nager sur le ventre jusqu'à la perche.	2. Remonter faire l'étoile	2. Nager 5 mètres sur le ventre
3. Prendre des cordes et aller jusqu'à la cage.	3. Refaire le même en revenant sur le dos.	3. Nager la brasse jusqu'à la perche	3. Faire la méduse
4. Passer sous la barre de la cage.		4. Passer sous la perche	4. Nager 5 mètres sur le ventre
5. Rejoindre l'échelle.		5. Attendre 3 secondes sur place	5. Faire la roulade
6. Sortir et faire un saut dans le GB.		6. Revenir sur le dos	

1 △ 2 △ 3 △



DISPOSITIF

- 2 parcours en parallèle, en petit bassin
- Une frite par élève
- Passage par vague sur la largeur.

1/ SITUATION DE DEPART :

Consignes : « A l'aide d'une frite, se déplacer sur le ventre (1), se retourner (2), se déplacer sur le dos (3) »

Critère de réussite : Réussir le parcours sans reprise d'appui.

Expérimentation libre de la situation.

2/ PHASE DE RECHERCHE

Expérimenter la propulsion jambes et bras sur le parcours :

- avec différents matériels : tapis à trous, frites, brassards, pool-boy, planche...
- dans différentes directions : avant, arrière, côté, en tournant sur soi-même, en se retournant, en reculant
- de différentes manières : battements, ciseaux, rétro-pédalage avec les jambes, orientation des mains, trajet des bras
- en position ventrale, dorsale ou sur le côté

Critères de réussite :

- Réussir à se déplacer de 3 manières différentes
- Trouver 3 manières différentes d'utiliser la propulsion jambes
- Trouver 3 manières différentes d'utiliser la propulsion bras

3 / PHASE DE STRUCTURATION :

- ⇒ Tester la propulsion la plus efficace :
 - utilisation des jambes seules : questionnement autour des battements ?lent, rapide..
 - utilisation des bras seuls : trajet du bras ? court, long, petits moulinets...
 - Surfaces d'appui immergées : agir dans l'eau ou hors de l'eau (visage et corps)
 - Doigts écartés ou joints : résistance de l'eau différente
 -

Règles d'action à faire découvrir aux élèves:

Si je ramène l'eau de l'avant vers l'arrière, alors j'avance

Si je pousse l'eau de l'arrière vers l'avant, alors je recule

Si je pousse l'eau vers la gauche, je vais vers la droite.

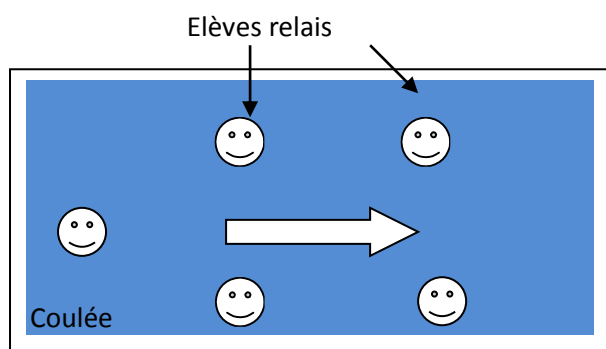
4/ PHASE DE REINVESTISSEMENT :

⇒ Fiche jeux n°3 : « 1, 2, 3 Méduse »

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Maîtrise de la langue française : enrichir son vocabulaire à travers le matériel utilisé, exprimer à l'oral son ressenti, ses sensations, échanger avec ses camarades...
- ⇒ Culture scientifique : résistance et fluidité de l'eau (Voir programme)
- ⇒ Accès à l'autonomie : Trouver l'efficacité par l'expérimentation.

PALIER 1	FICHE EXPERIENCE : LOCOMOTION GLISSEE	COMMENT GLISSER SUR L'EAU ?
-----------------	--	------------------------------------



DISPOSITIF

- Elèves regroupés par 5
- 1 élève près du mur
- A 5 mètres devant lui, 2 élèves face à face (à gauche et à droite)
- A 8 mètres devant lui, 2 autres élèves face à face (gauche, droite)

1/ SITUATION DE DEPART :

Consignes : « Partir en coulée, en poussant le mur avec les jambes, rester en position allongée.

Lorsque la vitesse du nageur diminue, les autres enfants placés en relais interviennent pour relancer la glisse. »

Critères de réussite : Traverser la largeur du bassin sans reprise d'appui.

2/ PHASE DE RECHERCHE

Pour le nageur : expérimenter la position du corps pendant la phase de glisse, en évitant toute surface de résistance à l'avancement :

- S'allonger sur toute sa longueur
- Tenir ses mains à plat, bras très tendus, oreilles qui touchent les bras (visage immergé, tête dans le prolongement du corps)
- Démarrer près du mur pour avoir une poussée forte avec les jambes.
- Rester allongé même quand la vitesse diminue, le plus longtemps possible

Pour les élèves relais:Relancer en agissant sur les épaules et hanches en même temps des 2 cotés.

Critères de réussite :

- Réussir à aller le plus loin possible.
- Réussir en position dorsale et ventrale
- Trouver le positionnement du corps (bras, tête, jambes) le plus aérodynamique

3/ PHASE DE STRUCTURATION

⇒ Tester la glisse la plus efficace, celle qui me permet d'aller le plus loin possible :

- Varier les modes d'entrée dans l'eau (plongeon, toboggan)
- Essayer en position dorsale
- Avec du matériel : planches, frites, pool boy...
- Placement de la tête (levée, basse ou au milieu), des bras (tendus ou non), position des mains (l'une sur l'autre), des jambes (écartées ou serrées).
- Souffler dans l'eau de manière progressive pour prolonger le temps de glisse.

Règle d'action à faire découvrir aux élèves:

Après une coulée, si mon corps est allongé à l'horizontal, bras et jambes tendus et tête dans le prolongement du corps, visage immergé, alors je glisse sur l'eau.

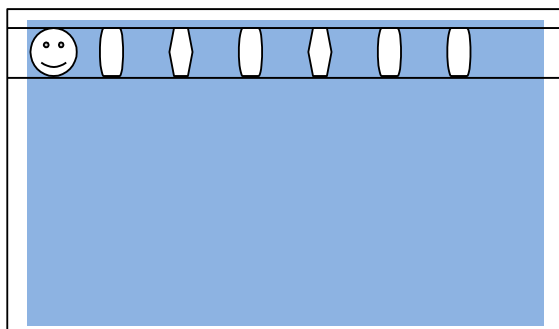
4/ PHASE DE REINVESTISSEMENT

⇒ Fiche jeu N°4 « La torpille »

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Maîtrise de la langue française : enrichir son vocabulaire à travers le matériel utilisé, exprimer à l'oral son ressenti, ses sensations, échanger avec ses camarades...
- ⇒ Culture scientifique : résistance et fluidité de l'eau. Accès à l'autonomie : Trouver l'efficacité par l'expérimentation (discussions, hypothèses)

PALIER 1	FICHE EXPERIENCE : IMMERSION	COMMENT S'IMMERGER LONGTEMPS EN SURFACE ?
----------	------------------------------	---



« PASSER SOUS LES PONTS »

DISPOSITIF

- 2 câbles avec des barres de mousses + ou – espacées (tous les 50 cm ou plus)

1/ SITUATION DE DEPART :

Consignes : « Passer sous les barres de mousse »

Critère de réussite :

Enchaîner le nombre de mousse maxi sans ressortir la tête.

Score = nombre de mousses dépassées.

- ⇒ Expérimenter librement la situation
- ⇒ observation et questionnement : faire émerger les difficultés

2/ PHASE DE RECHERCHE

- ⇒ Comment passer facilement en-dessous ?
 - Expérimenter différentes façons de se tenir ou pas aux câbles.
 - Aide d'un copain qui se place de l'autre côté d'une mousse et tire avec les mains.
 - Jouer avec la mobilité de la tête, en collant ou en décollant le menton de la poitrine – passer en dessous en maintenant un objet coincé entre menton et poitrine-
- ⇒ Comment rester longtemps, en étant « relax », « cool », détendu.... ?
 - S'essayer à prendre un grand bol d'air avant ou pas....
 - Faire le parcours, en chantonnant, en sifflant comme un serpent « SSSSSS.... »

3/ PHASE DE STRUCTURATION

A partir des expérimentations, en déduire les façons d'agir qui permettent de réussir

Règle d'action à faire découvrir aux élèves :

Si je baisse la tête alors je passe facilement en dessous

Si je prends de l'air et que je suis détendu alors je peux rester longtemps en immersion.

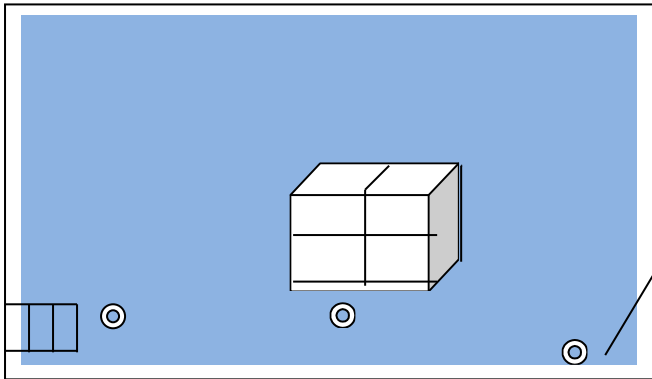
4 / PHASE DE REINVESTISSEMENT

⇒ Réaliser le parcours ... et le jeu.....en utilisant les règles d'actions trouvées.

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

⇒ Culture scientifique : Etudier comment s'organisent les mammifères marins pour commencer une immersion (ondulation du corps) puis pour rester immerger longtemps (quel est leur système respiratoire ?).

PALIER 1	FICHE EXPERIENCE : IMMERSION	COMMENT DESCENDRE ET REMONTER ?
-----------------	---	--



« 3 CHEMINS POUR DESCENDRE »

DISPOSITIF

- 3 parcours différents dans 3 niveaux de profondeur différente
- Echelle + cage + perche oblique
- Les élèves 2 par 2 : un agit, un compte

Petite
Profondeur

Moyenne
Profondeur

Grande
Profondeur

1-SITUATION DE DEPART

Consignes : descendre 3 fois au fond pour ramasser un objet à chaque fois.

- 1 point : objets jaunes au bas de l'échelle en petite profondeur
- 2 points : objets verts au pied de la cage en moyenne profondeur
- 3 points : objets rouges au pied de la perche oblique, avec déplacement la tête en premier.

Critère de réussite :

Comptabiliser le maximum de points en trois descentes

Expérimentation libre de la situation

2- PHASE DE RECHERCHE

- ⇒ observation et questionnement : faire émerger les difficultés
- ⇒ Est-ce que je peux descendre avec aide rapidement et me laisser remonter passivement ?
 - Varier la façon de tenir l'échelle, la cage, la perche
 - Varier les positions du corps – debout- accroupi- en boule - allongé
 - Jouer en équipe dans un temps donné : oblige une recherche de rapidité.

3- PHASE DE STRUCTURATION

A partir des expérimentations, en déduire les façons d'agir qui permettent de réussir

Règle d'action à faire découvrir aux élèves :

Si j'utilise une aide matérielle – ou un élan- alors je descends facilement
Si je ne fais rien, détendu, alors je sens que je remonte facilement sans aucune aide

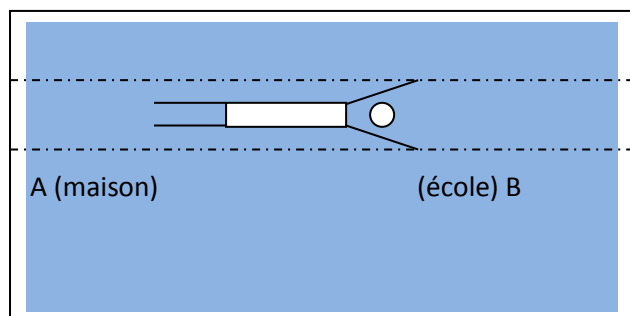
4- PHASE DE REINVESTISSEMENT

- ⇒ Réaliser le jeu n°1 « La chasse aux trésors »

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Culture scientifique : observation des objets qui coulent et ceux qui ne coulent pas. Les immerger et observer ceux qui restent au fond et ceux qui remontent spontanément. Essais en laissant tomber l'objet dans l'eau.

PALIER 1	FICHE EXPERIENCE : VENTILATION	EST-CE QUE JE PEUX INSPIRER SOUS L'EAU ?
-----------------	---	---



« Aller de la maison (A) à l'école (B) en chantant »

DISPOSITIF

- Dans un bassin aménagé avec deux cordages.
- Distance à réaliser selon niveau : 10 m à 15 m
- Les élèves passe un par un

1/ SITUATION DE DEPART :

Consignes : se déplacer la tête dans l'eau et chanter une chanson, avec plusieurs phrases (exemple : 1^{er} couplet de « au clair de la lune »).

Lorsque je me déplace, j'ai le visage totalement dans l'eau. Lorsque je m'arrête, je peux sortir la tête de l'eau.

Critère de réussite : chanter le couplet sur toute la distance, en une seule fois ou en plusieurs fois, lors des arrêts. Je termine ma chanson en B, en arrivant à l'école.

2/ PHASE DE RECHERCHE

Observation et questionnement : faire émerger les difficultés

⇒ Est-ce que je peux me déplacer le visage dans l'eau ?

Variantes : cf. fiche « je ne me remplis pas »

⇒ Est-ce que je peux chanter la chanson en une seule fois ?

Variante 1 : Chanter la chanson que lorsque je m'arrête

- Combien me faudra-t-il d'arrêts ? comment couper la chanson en plein de petits bouts pour arriver à l'école en B ? travail sur la rythmique 1, 2,3 expiration et 1 inspiration.
- Qu'est-ce que je fais pendant que je me déplace : apnée, inspiration, expiration ???

Variante 2 : chanter la chanson sous l'eau

- Combien me faudra-t-il d'arrêts ?
- Pour quoi faire ? Inspirer, expirer, rester en apnée ???
- Qu'est-ce que je fais au départ de ma maison, en A et à chaque arrêt pour pouvoir chanter sous l'eau ?
- Lorsque j'inspire, est-ce que j'arrête la locomotion ?

3/ PHASE DE STRUCTURATION

A partir des expérimentations, en déduire les façons d'agir qui permettent de réussir

Règle d'action à faire découvrir aux élèves:

Quand je suis sous l'eau, je peux être en apnée ou expirer.

Je ne peux inspirer que seulement hors de l'eau.

Si j'inspire **lorsque je suis la tête** hors de l'eau, alors je peux me déplacer le visage immergé, la tête dans le prolongement du corps, en apnée ou en expiration

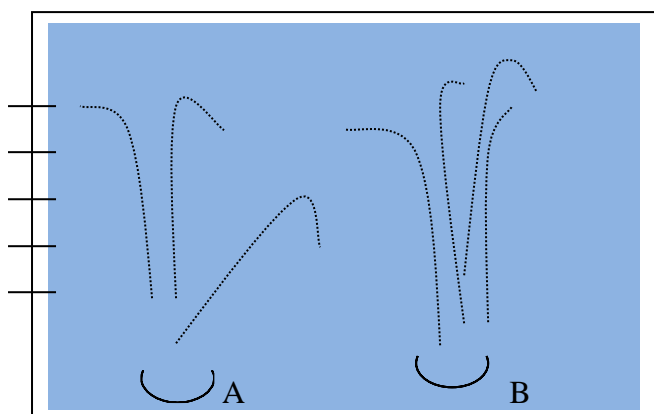
4/ PHASE DE REINVESTISSEMENT

Réaliser le parcours en utilisant les règles d'actions trouvées

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Culture scientifique : jeux pour différencier les temps d'inspiration, d'expiration, l'apnée, avec des bougies à souffler, des ballons à gonfler, des tubes dans lesquels souffler et voir les bulles dans une bassine...

PALIER 1	FICHE EXPERIENCE : VENTILATION	L'EAU RISQUE-T-ELLE DE ME REMPLIR ?
-----------------	---	--



DISPOSITIF

- Dans le petit bain (eau à hauteur de la poitrine)
- Les élèves 2 par 2, placés dos au mur, en contact avec le mur.
- 5 repères au sol ou sur le bord à 1, 2, 3...m

1/ SITUATION DE DEPART

Consignes : prendre de l'eau dans la bouche et la recracher le plus loin possible

Critère de réussite :

Atteindre un repère plus loin que son camarade

Ou

Faire le plus de points possible en 5 essais

Ou

Plusieurs manches. A chaque manche, améliorer le score précédent d'au moins un point

2/ PHASE DE RECHERCHE

Observations et questionnement : faire émerger les difficultés

- ⇒ Est-ce que je peux prendre de l'eau dans la bouche sans l'avaler ?
 - ouvrir la bouche sous l'eau, faire grimace la bouche ouverte, crier sous l'eau
 - prendre juste un peu d'eau et la recracher sur place
 - Prendre un peu plus d'eau, jouer avec l'eau dans sa bouche, la promener...
 - Prendre encore plus d'eau et la recracher en plusieurs fois
- ⇒ Qu'est-ce qui me permet de lancer l'eau loin ?
 - Prendre peu d'eau / beaucoup d'eau
 - Vider l'eau en une seule fois/en plusieurs fois
 - Gonfler/serrer les joues
 - Souffler dans l'eau, avec ou sans tube, souffler sur balle.....
 - Jeu avec le regard, des lunettes, sous l'eau

3/ PHASE DE STRUCTURATION

A partir des expérimentations, en déduire les façons d'agir qui permettent de réussir :

Règle d'action à faire découvrir aux élèves :

« Si je joue avec l'eau, sans inspirer et en gardant le fond de ma gorge fermée, alors l'eau ne rentre pas. »

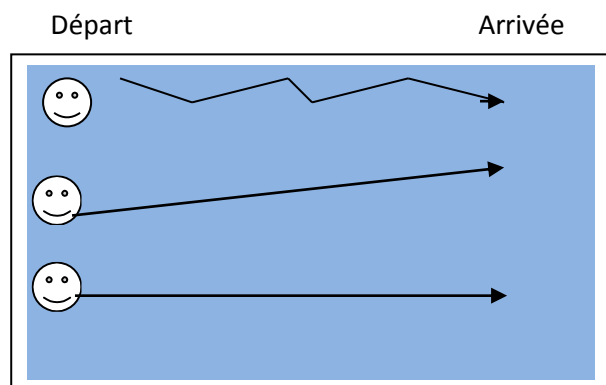
4/ PHASE DE REINVESTISSEMENT

⇒ Réaliser le parcours ...et le jeu...en utilisant les règles d'actions trouvées

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

⇒ Culture scientifique : Quels sont les animaux qui peuvent rester longtemps sous l'eau ? comment respirent-ils ? Comment font les autres ?

PALIER 2	FICHE EXPERIENCE : LOCOMOTION PROPULSION	COMMENT SE DEPLACER SUR L'EAU ?
-----------------	---	--



1 : En zigzag

2 : En biais

3 : En ligne droite

DISPOSITIF :

- Départ en moyenne, arrivée en grande profondeur
- Les élèves par 2 dans une ligne d'eau
- Un élève nage selon la consigne, l'autre observe son trajet

1/ SITUATION DE DEPART :

Consignes : « Se déplacer en zigzag (1), en biais (2), en ligne droite (3)»

Critère de réussite : Réussir les 3 épreuves.

Expérimentation libre de la situation.

2/ PHASE DE RECHERCHE

Expérimenter la propulsion jambes et bras dans différentes directions :

- dans différentes directions : avant, arrière, côté, en tournant sur soi-même, en se retournant, en reculant
- de différentes manières : battements, ciseaux, rétro-pédalage avec les jambes, orientation des mains, trajet des bras
- en position ventrale, dorsale ou sur le côté

Critères de réussite :

- Réussir à se déplacer selon 3 trajets différents
- Réussir à garder la trajectoire demandée avec différents modes de propulsion : bras et jambes
- Trouver comment orienter ses appuis pour modifier sa direction.

3 / PHASE DE STRUCTURATION :

⇒ Tester différents modes de propulsion :

- utilisation des jambes seules : questionnement autour des battements ?lent, rapide..
- utilisation des bras seuls : trajet du bras ? court, long, petits moulinets...
- Surfaces d'appui immergées : agir dans l'eau ou hors de l'eau
- Effectuer le trajet en un temps donné : trouver le mode de propulsion le plus efficace

Règles d'action à faire découvrir aux élèves:

Si l'axe de mon corps est tonique, alors mes actions motrices peuvent être efficaces
Si j'agis dans une direction, avec de larges surfaces d'action, alors je me déplace dans la direction opposée
Si j'augmente l'amplitude, l'accélération, alors mes actions motrices sont plus efficaces.

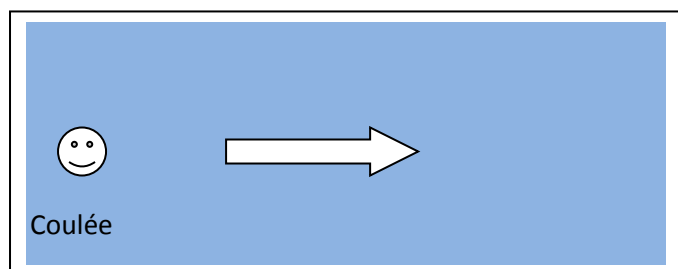
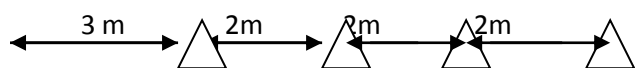
4/ PHASE DE REINVESTISSEMENT :

⇒ Fiche jeu n°2 « Béret en grande profondeur »

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Maîtrise de la langue française : enrichir son vocabulaire à travers le matériel utilisé, exprimer à l'oral son ressenti, ses sensations, échanger avec ses camarades...
- ⇒ Culture scientifique : résistance et fluidité de l'eau (Voir programme)
- ⇒ Accès à l'autonomie : Trouver l'efficacité par l'expérimentation.

PALIER 2	FICHE EXPERIENCE : LOCOMOTION GLISSEE	COMMENT GLISSER SUR L'EAU ?
-----------------	--	------------------------------------



DISPOSITIF

- Par vague, les élèves placés le long du mur
- 4 plots disposés sur le bord
- Le 1^{er} à 3 m, les suivants à 2m.

1/ SITUATION DE DEPART :

Consignes : « Partir en coulée, en poussant avec les jambes, le mur, et rester en position allongée. Lorsque la vitesse diminue, faire un mouvement de brasse de bras, puis un ciseau de jambes. »

Critères de réussite : Aller jusqu'au 4^{ème} plot sans reprise d'appui.

Expérimentation libre de la situation

2/ PHASE DE RECHERCHE

Expérimenter la position du corps pendant la phase de glisse, en évitant toute surface de résistance à l'avancement :

- S'allonger sur toute sa longueur
- Démarrer près du mur pour avoir une poussée forte avec les jambes.
- Rester allongé même quand la vitesse diminue, le plus longtemps possible
- Décomposer entièrement les mouvements bras/jambes en rythme et en amplitude
- Trouver le bon timing de décomposition de mouvement bras/jambes
- Tester différents trajets de bras et mouvements de jambes
- Mélanger les techniques de nage (ex : bras brasse et jambes crawl)

Critères de réussite :

- Réussir à aller le plus loin possible.
- Réussir en position dorsale et ventrale (brasse et crawl)

3/ PHASE DE STRUCTURATION

- ⇒ Tester la glisse la plus efficace, celle qui me permet d'aller le plus loin possible :
 - Essayer les mouvements de crawl, brasse, dos crawlé
 - Trouver le meilleur trajet des bras et des jambes
 - Souffler dans l'eau de manière progressive pour prolonger le temps de glisse.

Règle d'action à faire découvrir aux élèves:

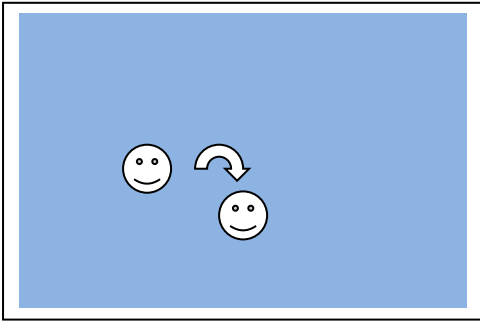
Après une coulée, si mon corps reste allongé à l'horizontal, pendant que mes bras propulsent, puis que mes jambes propulsent, alors je glisse loin sur l'eau.

4/ PHASE DE REINVESTISSEMENT

⇒ Fiche jeu n°4 « La torpille »

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Maîtrise de la langue française : enrichir son vocabulaire à travers le matériel utilisé, exprimer à l'oral son ressenti, ses sensations, échanger avec ses camarades...
- ⇒ Culture scientifique : résistance et fluidité de l'eau.
- ⇒ Accès à l'autonomie : Trouver l'efficacité par l'expérimentation (discussions, élaboration d'hypothèses)



« LE BALLON DE BASKET »

DISPOSITIF

- Les élèves disposés 2 par 2
- En moyenne profondeur (80 cm à 1 m)

1/ SITUATION DE DEPART :

Consignes : « le n°1 se met en boule et reste immergé passivement, comme s'il était un ballon de basket. Le n°2 joue avec le n°1 en l'enfonçant vers le bas comme s'il faisait un dribble. »

Critère de réussite :

Le n° 1 doit rester dans la position en boule un temps maxi – 3 " à 15 ".

- A. Il revient toujours à la surface après le dribble.
- B. Il finit par descendre au fond après un ou plusieurs dribbles.

Expérimenter librement la situation

2/ PHASE DE RECHERCHE

Observation et questionnement : faire émerger les difficultés

- ⇒ Comment tenir en boule, en immersion passive ?
 - Jouer avec la position des mains et des genoux et de la tête.
 - La n°2 peut, au début, soutenir légèrement le n°1, pour le mettre en confiance.
 - Cf Situation cycle 2 « détente », « plaisir » : chantonner, siffler, de bercer....
- ⇒ Comment rester en surface ou descendre?
 - Jouer à prendre beaucoup d'air et le garder, pour rester en surface.
 - Jouer à tout souffler pour ne plus remonter et s'enfoncer vers les profondeurs....remonter quand on veut, en repoussant le fond...
 - Faire un test en position verticale, immobile dans l'eau : observer à quelle hauteur on est maintenu immergé (dessus de la tête, front, bouche...hors de l'eau ?) Et si on souffle ? Est-ce que ça descend ?

3 / PHASE DE STRUCTURATION

A partir des expérimentations, en déduire les façons d'agir qui permettent de réussir

Règle d'action à faire découvrir aux élèves : **Je peux choisir de flotter ou de m'immerger.**
« Si je reste gonflé d'air, alors je flotte à la surface en boule ou même en position verticale »
« Si je souffle tout mon air, alors je descends au fond »

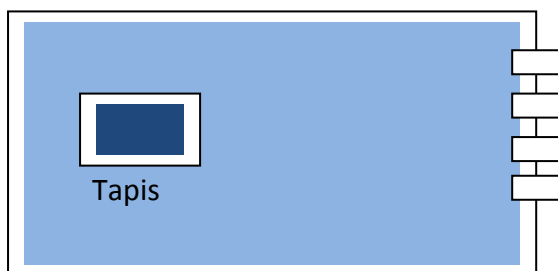
4/ PHASE DE REINVESTISSEMENT

Réaliser le parcours en utilisant les règles d'actions trouvées.

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Culture scientifique : Repérer la différence entre une bouteille vide (pleine d'air) qui flotte et une bouteille pleine qui descend vers le fond. La remplir d'eau progressivement et noter la hauteur de flottaison. Idem avec tout objet creux comme un bateau (cf. hauteur de la ligne de flottaison).

PALIER 2	FICHE EXPERIENCE :IMMERSION	COMMENT DESCENDRE PROFONDEMENT ET LONGTEMPS ?
-----------------	------------------------------------	--



« LES SCAPHANDRIERS »

DISPOSITIF

- Les élèves dispersés dans le grand bain
- Objets disposés en trois endroits différents

1/ SITUATION DE DEPART :

Consignes : « ramasser 3 objets en 3 endroits différents »

- 1 Point : départ dans l'eau en poussant le mur
- 2 Points : départ à plat ventre sur un tapis, entrée dans l'eau par la tête
- 3 Points : départ assis, entrée dans l'eau par la tête
- 4 Points : départ debout en plongeon
- 5 Points : départ saut chandelle puis plongeon canard

Critère de réussite : Avoir le plus grand score possible, c'est à dire le nombre de cerceaux (ou d'objets) x nombre de point pour l'entrée dans l'eau.

Expérimenter librement la situation

2/ PHASE DE RECHERCHE

Observation et questionnement : faire émerger les difficultés

- ⇒ Comment entrer dans l'eau par la tête ? Jouer avec la mobilité de la tête
 - Immersion en boule : tourner ou se faire retourner en conservant la boule (cf Situation Palier 2 Immersion)
 - Passer de la position ventrale à dorsale, en utilisant la tête
 - Faire des roulades, à partir d'un tapis, autour d'un cerceau....puis plongeons variés.
- ⇒ Comment tenir longtemps sous l'eau ?
 - Jouer à prendre beaucoup d'air et le garder ou le vider pendant le parcours...
- ⇒ Comment changer de direction ?
 - Est-ce que je regarde sous l'eau? – choisir un itinéraire - suivre un camarade
 - Comment agir pour changer de direction : varier les modes d'action des bras (ensemble, l'un après l'autre) ou jambes (battements, ou brasse..), ondulation de la tête et de la colonne vertébrale...

3/ PHASE DE STRUCTURATION

A partir des expérimentations, en déduire les façons d'agir qui permettent de réussir

Règle d'action à faire découvrir aux élèves :

« Si je prends beaucoup d'air et que je souffle doucement, alors je peux tenir longtemps. »
« Si je change la position de ma tête, alors je peux entrer dans l'eau par la tête ou me déplacer dans différentes directions » (cf Situation Palier 1 Locomotion)

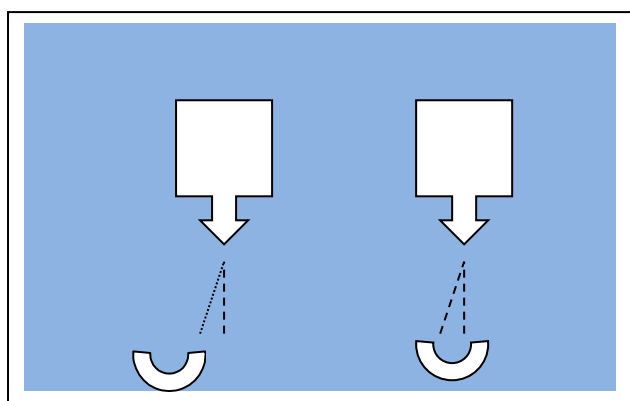
4 / PHASE DE REINVESTISSEMENT

Réaliser le jeu n°1 « la chasse au trésor en grande profondeur » en utilisant les règles d'actions trouvées.

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Culture scientifique : Observation des mammifères marins (changement de direction, gestion de l'air)

PALIER 2	FICHE EXPERIENCE : VENTILATION	COMMENT DESCENDRE PROFONDEMENT ET LONGTEMPS ?
----------	--------------------------------	---



DISPOSITIF

- 2 cloches fabriquées avec des bidons (sans couvercle, avec une anse lestée, et installées ouverture en bas).
- Les élèves par 2

1/ SITUATION DE DEPART

Consignes : Chaque élève se dirige vers sa cloche pour la remplir d'air, en soufflant dedans pour la faire remonter.

Critère de réussite :

- Faire remonter la cloche à la surface : le fond émerge
- Ou
- Remplir la cloche d'air jusqu'au repère le plus bas (ou plus bas que celui de son camarade)

2/ PHASE DE RECHERCHE

Observation et questionnement : faire émerger les difficultés

- ⇒ Quelle est la façon de descendre qui me permet de vider le plus d'air en une seule fois ?
- ⇒ Comment expirer le plus d'air une seule fois ?
- ⇒ Comment garder l'air jusqu'à la cloche ?
- ⇒ Est-ce que c'est plus facile si j'expire par le nez ou par la bouche ?
- ⇒ Est-ce que c'est plus facile si j'utilise mon ventre pour expirer ?

Variantes :

- Descentes avec perche/cage/ saut/ glissée du bord/plongeon/plongeon canard
- Distance du point d'immersion de l'élève par rapport à la cloche

3/ PHASE DE STRUCTURATION

A partir des expérimentations, en déduire les façons d'agir qui permettent de réussir

Règle d'action à faire découvrir aux élèves:

« Si j'inspire une grande quantité d'air, que je la garde (apnée) puis que je souffle en une seule fois, avec le nez et la bouche, tout en utilisant mon ventre, alors je peux expirer longtemps. »

4/PHASE DE REINVESTISSEMENT

Réaliser le parcours en utilisant les règles d'actions trouvées.

INTERDISCIPLINARITE : Liaison avec le socle commun

- ⇒ Culture scientifique : expérimenter en classe des situations mettant en valeur le rapport entre pesanteur et poussée d'Archimède : récipient creux (boîte de conserve...) que l'on remplit au fur et à mesure ou cloche maintenue à l'envers (bouteille vide coupée...) dans laquelle on insuffle de l'air à l'aide d'un tuyau.

THEMES: Immersion et Déplacement

Moyenne profondeur
Largeur du bassin

But : Aller chercher un trésor et le rapporter dans son coffre.

Dispositif

2 équipes
2 cerceaux (coffre)
Nombreux objets lestés et flottants.

Déroulement

Au signal, les pêcheurs de chaque équipe vont ramasser le plus vite possible un objet qu'il dépose dans leur coffre.

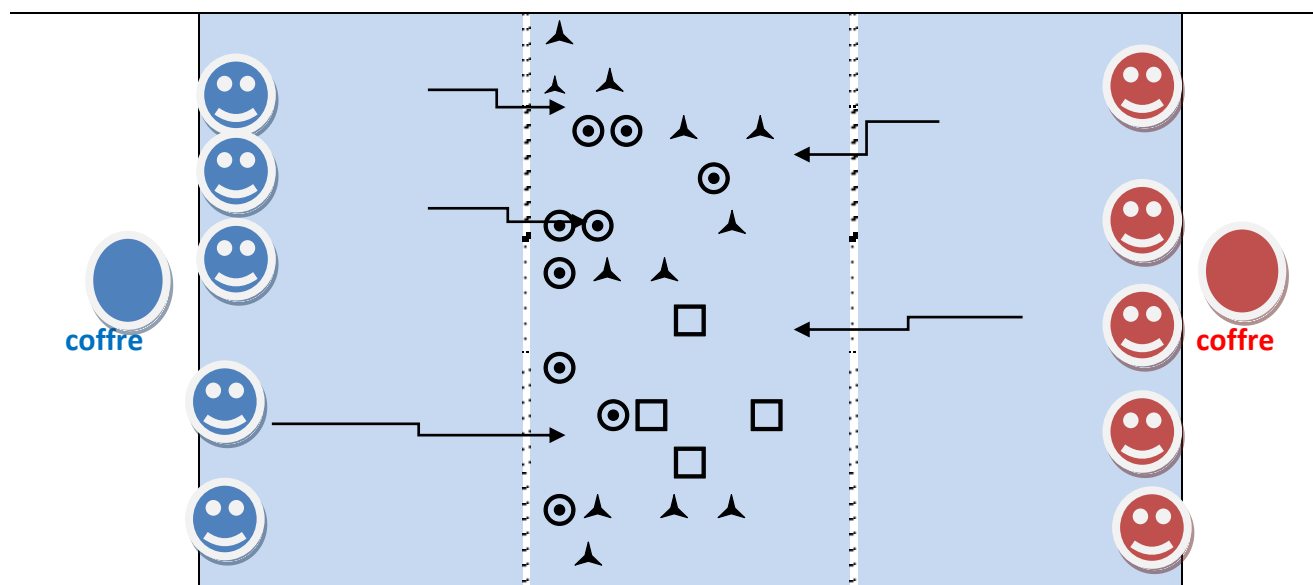
Se joue au temps.

Règle

Ne prendre qu'un objet à la fois.

Score

La partie à l'équipe qui a rapporté le plus d'objets.

**Evolutions**

- Ne mettre que des objets lestés (favoriser l'immersion)
- Attribuer des points aux objets (5 pour les lestés, 2 pour les flottants)

THEMES: Locomotion et Immersion

Moyenne profondeur

Largeur du bassin

But : Rapporter un objet dans son coffre avant son adversaire.**Dispositif**

2 équipes (élèves numérotés de 1 à....)

2 cerceaux (coffre)

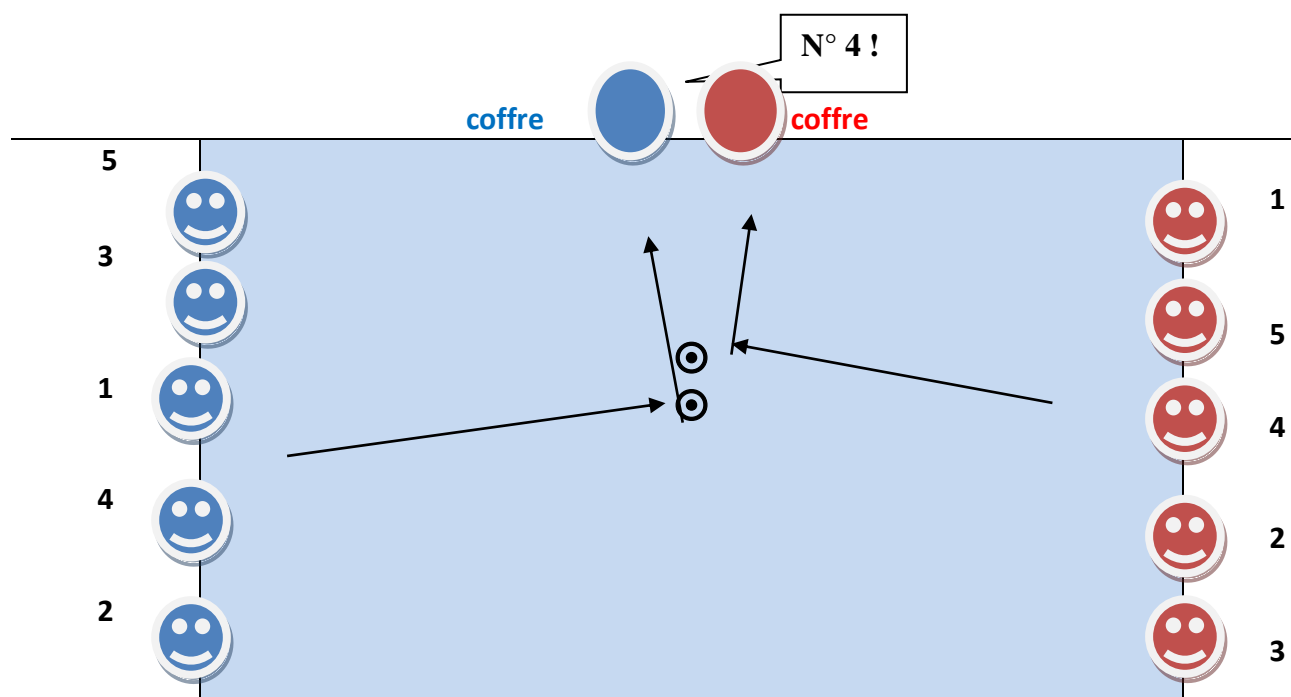
Une dizaine d'objets lestés.

Déroulement

A l'appel du n°, chaque joueur concerné saute ou plonge selon la profondeur pour aller ramasser un objet lesté qu'il dépose dans son coffre.

Règle

Déposer l'objet.

Score :2 points à l'équipe qui rapporte en 1^{er} l'objet lesté dans son coffre.1 point à l'équipe qui rapporte en 2^{ème} l'objet lesté dans son coffre.

THEMES : Equilibration et Locomotion

Moyenne profondeur

Largeur du bassin

Une frite (ou une planche) par élève

But : Toucher en 1^{er} le bord opposé.

Dispositif

Une frite par élève

Déroulement

Pendant que l'enseignant égrène « **1...2... 3** », les méduses avancent en équilibre ventral sur leur frite.

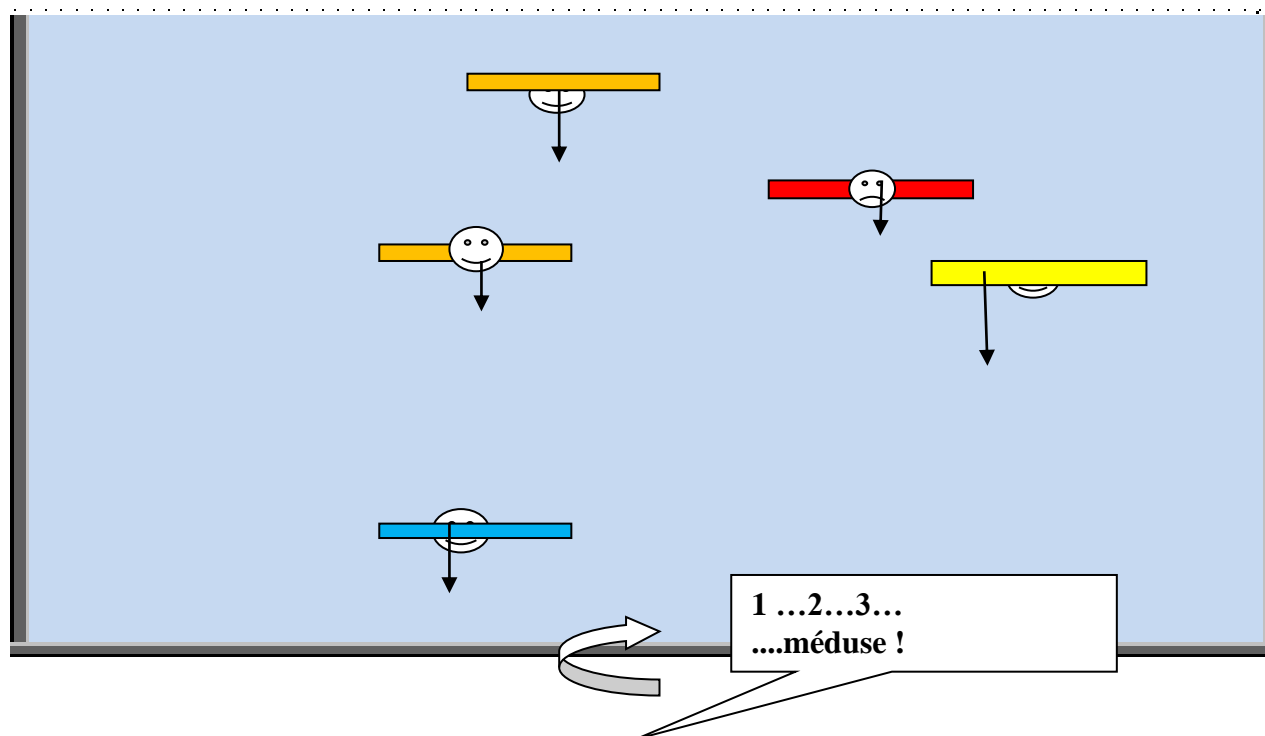
Après avoir prononcé le mot « **méduse** », le meneur se retourne : il doit voir les méduses glisser, le visage dans l'eau.

Règle

Retour au départ pour les élèves qui ne glissent pas.

Score

L'élève qui atteint le bord opposé en 1^{er} devient meneur.



THEMES : Equilibration et Locomotion

Moyenne profondeur

Largeur du bassin

Une frite (ou une planche) par élève

But : Aller le plus loin possible après une poussée.

Dispositif

Une planche par groupe de 2 élèves (la torpille, l'observateur)

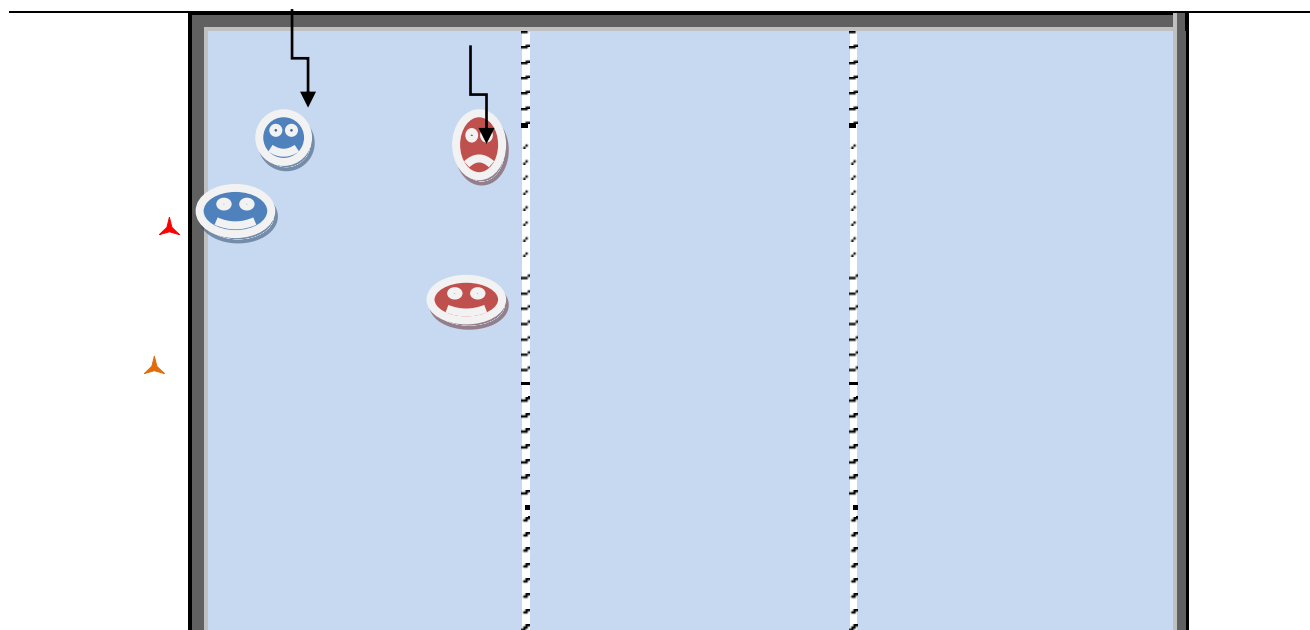
Des repères (cônes, épingles à linge)

Déroulement

- La torpille pousse sur le mur avec les pieds, tête immergée.(planche si besoin)
- L'observateur place le repère au niveau où la « torpille » sort la tête de l'eau. (accroche l'épingle sur la ligne, place un plot sur la plage...)

Score

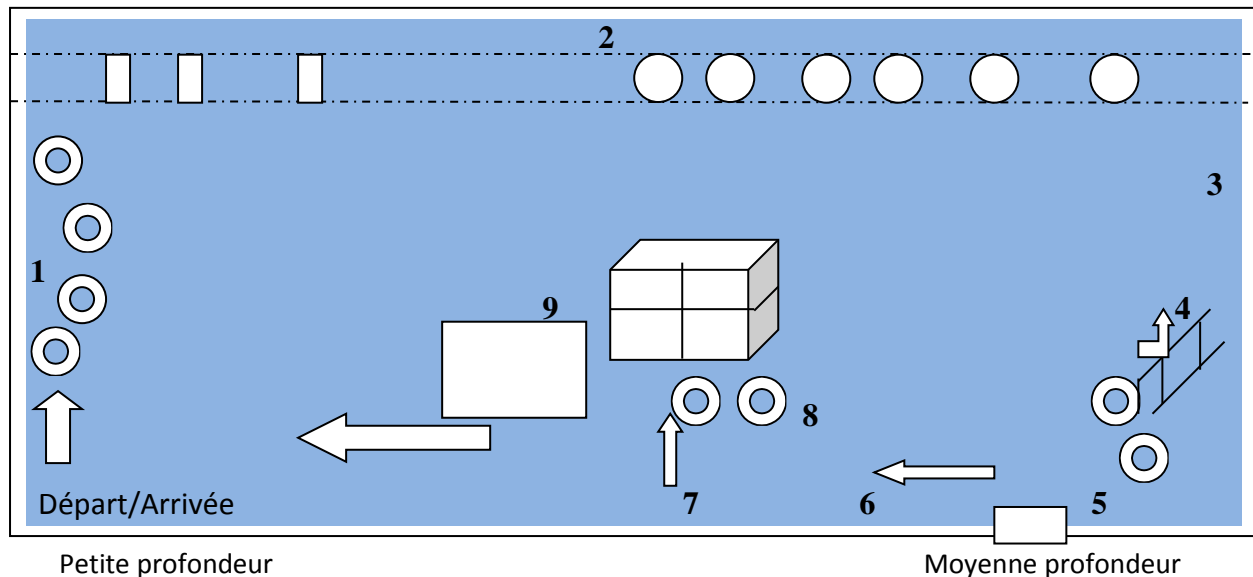
Qui ira le plus loin ?



REGLES D'ACTION A FAIRE DECOUVRIR OU RETROUVER OU REPRODUIRE :

L'eau ne me remplit pas /je peux être en apnée ou expirer sous l'eau inspirer sous l'eau ?

L'eau me porte /je descends avec ou sans aide et je remonte facilement

**DISPOSITIF :**

Bassin aménagé avec objets au fond, deux cordages, tapis flottants, cerceaux, échelle + tubas accrochés à différentes hauteurs, planche, cage, tapis flottant pour revenir au départ.

Départ en 3 ou 4 groupes à différents endroits du parcours.

CONSIGNES :

- 1- Départ du bord, coulée ventrale, puis ramasser un anneau en petite profondeur
- 2- Se déplacer entre les cordages, en passant sous les tapis flottants, sous les cerceaux,
- 3- Se déplacer en longeant le bord tout en essayant de mettre la tête sous l'eau
- 4- Descendre à l'échelle, en soufflant dans un tuba accroché à l'échelle
- 5- Ramasser un anneau près de l'échelle
- 6- Se déplacer à l'aide d'une planche pour aller jusqu'à la cage
- 7- Ramasser un anneau en s'aidant des barreaux de la cage
- 8- Retourner au point d'arrivée à l'aide d'un tapis flottant.(9)

CRITERE DE REUSSITE : Réussir le parcours et aller chercher les trois anneaux.

REMARQUES ET QUESTIONNEMENT / VARIANTES:

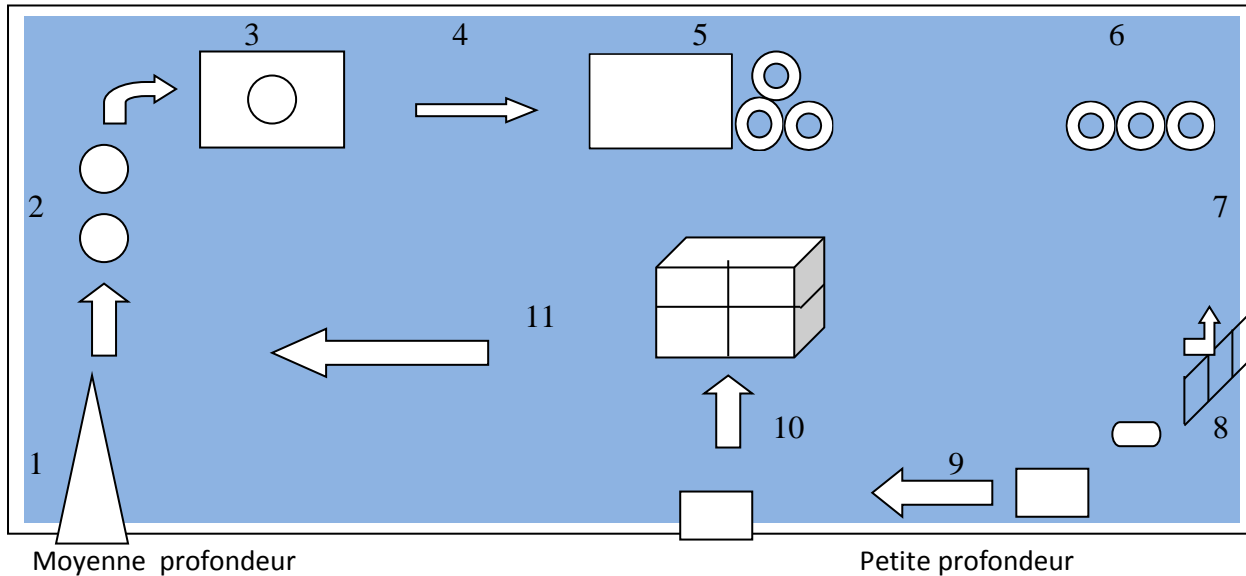
- ⇒ Est-ce que je peux me déplacer le visage dans l'eau, et descendre à l'échelle sous l'eau sans me remplir ?
- ⇒ Est-ce que j'ouvre les yeux dans l'eau ? De préférence, faire le parcours avec des lunettes
- ⇒ Est-ce que je descends facilement, avec aide, sans aide? Es-ce que je remonte facilement ?
Variante : ajouter des supports pour aider à descendre (perches inclinées ou verticales..)? Et se laisser porter pour remonter passivement.
- ⇒ Est-ce que je peux souffler dans le tuba ou dans l'eau, réaliser certaines parties en chantant sous l'eau, ou en dehors ?

Variante : ajouter des tubes, tubas, balles ou coupelles à souffler pour les emmener d'un endroit à un autre.

SITUATION DE REINVESTISSEMENT ET REGLES D'ACTION A METTRE EN OEUVRE :

L'eau ne me remplit pas /je peux être en apnée ou expirer sous l'eau inspirer sous l'eau ?

L'eau me porte /je descends avec ou sans aide et je remonte facilement

**DISPOSITIF :**

- Bassin aménagé avec objets au fond, tapis flottants, cerceaux, toboggan, échelle, planche pour se déplacer entre les échelles et la cage. Départ en 3 ou 4 groupes à différents endroits du parcours.

CONSIGNES :

- 1- Au départ, entrer dans l'eau par le toboggan, en glissant sur le ventre, la tête en avant
- 2- Passer dans 2 cerceaux proches immergés à la surface de l'eau,
- 3- Passer sous le tapis flottant troué
- 4- Nager jusqu'au tapis, monter dessus, le traverser et arriver au bout à genou
- 5- Aller chercher un anneau en engageant la tête la première
- 6- Nager et faire un plongeon canard pour aller chercher un anneau.
- 7- Longer le bord en faisant des bulles de temps en temps (en chantant au clair de la lune)
- 8- Descendre au fond de l'eau grâce à l'échelle la tête la première, ramasser un bâtonnet
- 9- Se déplacer à l'aide d'une planche sur le dos. Poser la planche sur le bord
- 10- Faire une coulée ventrale en passant à travers les barreaux de la cage
- 11- Se déplacer sur le ventre jusqu'au 1.

CRITERE DE REUSSITE : Réussir le parcours et aller chercher les deux anneaux et le bâtonnet.

REMARQUES ET QUESTIONNEMENT / VARIANTES:

- ⇒ Est-ce que je peux me déplacer le visage dans l'eau ?
- ⇒ Est-ce que je peux descendre au toboggan sans me remplir ?
- ⇒ Est-ce que j'ouvre les yeux dans l'eau ? De préférence, faire le parcours avec des lunettes.
- ⇒ Est-ce que je descends facilement sous l'eau la tête la 1ère? Est-ce que je remonte facilement ? *Variante :* ajouter des supports pour aider à descendre (perches inclinées ou verticales..),? Et se laisser porter pour remonter passivement.
- ⇒ Est-ce que je peux souffler dans l'eau, réaliser certaines parties en soufflant dans l'eau, ou en dehors ? *Variante :* ajouter des tubes, tubas, pailles, balles ou coupelles à souffler pour les emmener d'un endroit à un autre.

EVALUATION DES APPRENTISSAGES

Evaluation diagnostique Cycle 2 et 3

Modalités de la Passation

But de l'évaluation diagnostique

Constituer les groupes d'élèves à partir des compétences de chaque élève, évaluées pour chacune des 4 composantes de l'activité aquatique : Locomotion, Immersion, Ventilation, Equilibration.

Principe

C'est le niveau réel d'habiletés motrices qui détermine le groupe de travail de l'élève et non son niveau de classe.

Mise en œuvre : (proposition d'organisation)

L'enseignant (e) renseigne la **FICHE 1** et la photocopie en double exemplaire.

A la piscine, l'enseignant remet une **FICHE 1 au MNS** référent.

- L'enseignant et le MNS prennent en charge simultanément l'évaluation des élèves de la classe ou
- L'enseignant propose des jeux à un groupe et le MNS assure l'évaluation avec l'autre groupe.

Conseil

Permettre une exploration globale du parcours avant d'évaluer.

A l'école

L'enseignant,

- constitue les 2 groupes selon les compétences des élèves (couleurs dominantes) (**FICHE 2**)

Constitution des groupes d'élèves pour l'enseignement

Les groupes seront constitués à partir des compétences de chaque élève, évaluées pour chacune des quatre composantes de l'activité aquatique : Locomotion, Immersion, Ventilation, Equilibration.

Un élève de CP peut avoir acquis les compétences ciblées au niveau 1 du cadre des apprentissages pour le Cycle 2 : on lui proposera alors de travailler les compétences du niveau 2.

A contrario, un élève de CE1 qui n'aurait pas encore atteint les compétences présentées dans le niveau 1 du cadre des apprentissages pour le Cycle 2, commencerait par travailler celui-ci avant de s'engager dans le niveau 2.

C'est bien le niveau réel d'habiletés motrices aquatiques de l'élève qui doit déterminer son groupe de travail et non son niveau de classe.

L'évaluation diagnostique jointe précise les modalités d'évaluation afin de déterminer le niveau de chaque élève et donc les compétences qu'il va devoir acquérir.

Grille d'observation Cycle 2 FICHE 1	Ecole :	Classe : M.Mme	Date :
---	----------------	---------------------------	---------------

	Maitrise faible	Maitrise à renforcer	Bonne maitrise	Très bonne maitrise
Locomotion en GP	❶ Refuse de se déplacer	❷ Se déplace en surface avec des supports fixes : mur, câbles, perche.	❸ Se déplace en surface avec du matériel mobile : frite, planche, haltères...	❹ Se déplace en surface sans matériel et sans appuis. CP : 3 m CE1 : 5 m
Immersion Ventilation en MP	❺ Refuse de s'immerger	❻ S'immerge seulement le visage.	❼ S'immerge la tête en passant sous un obstacle de surface : ligne d'eau, perche.	❽ S'immerge le corps en descendant en profondeur à l'aide d'une perche, d'une cage.
Equilibration en PP ou MP	❾ Refuse de s'équilibrer	❿ S'équilibre verticalement avec du matériel flottant : frite, planche...	⓫ S'équilibre sur le ventre avec l'aide d'une planche après une poussée.	⓬ S'équilibre sur le dos avec l'aide d'une frite.

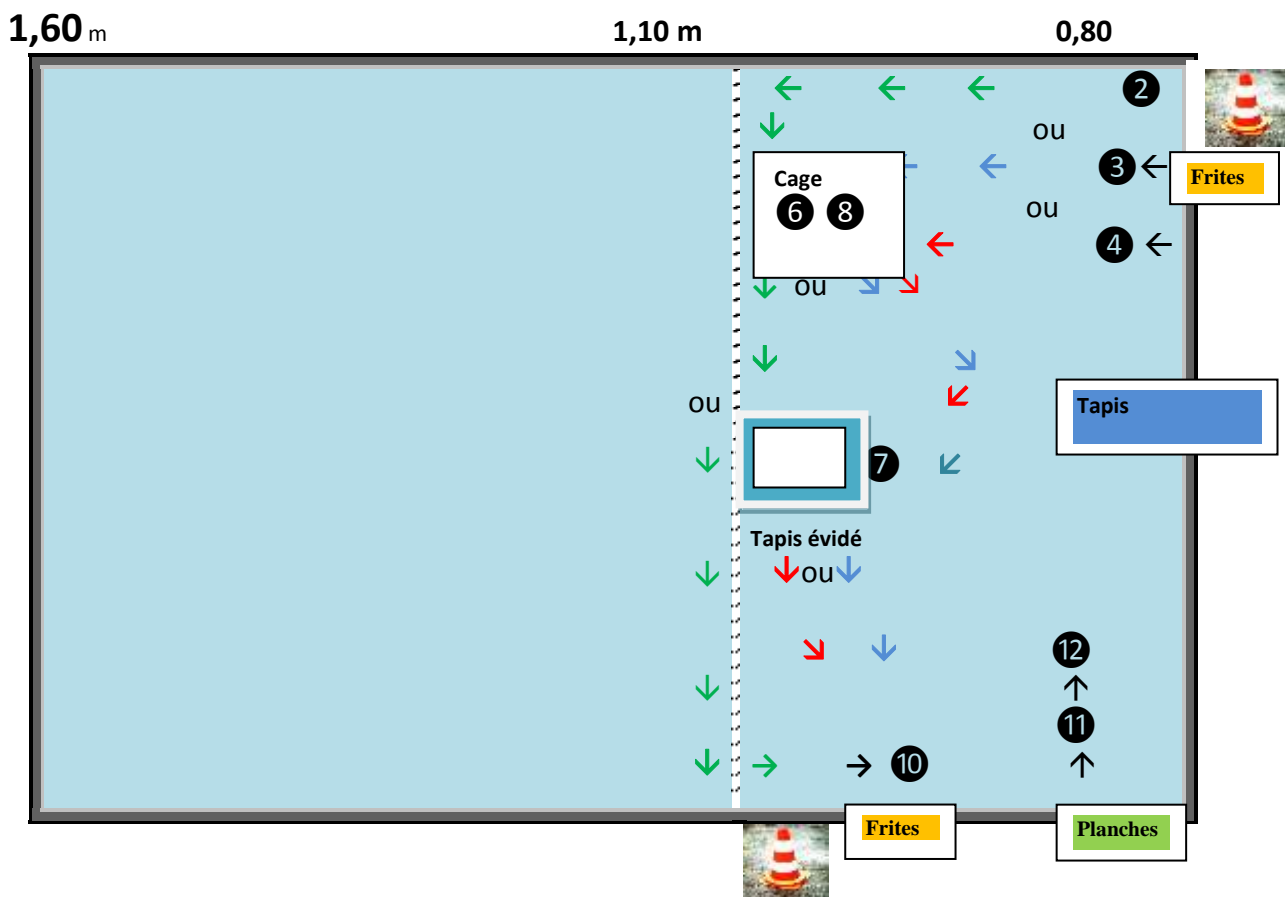
	NOMS Prénoms des élèves	Locomotion	Immersion Ventilation	Equilibration	TOTAL
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					

Evaluation diagnostique cycle 2

Un exemple de dispositif

L'équipe pédagogique proposera **des dispositifs** permettant d'évaluer les items de la fiche 4

A élaborer par site au regard du matériel disponible



1. Se déplacer pour rejoindre la cage

- Par le bord ②
- Avec aide ③
- Sans aide ④

2. S'immerger en s'aidant de la cage

- Le visage ⑥
- La tête ⑦
- Le corps ⑧

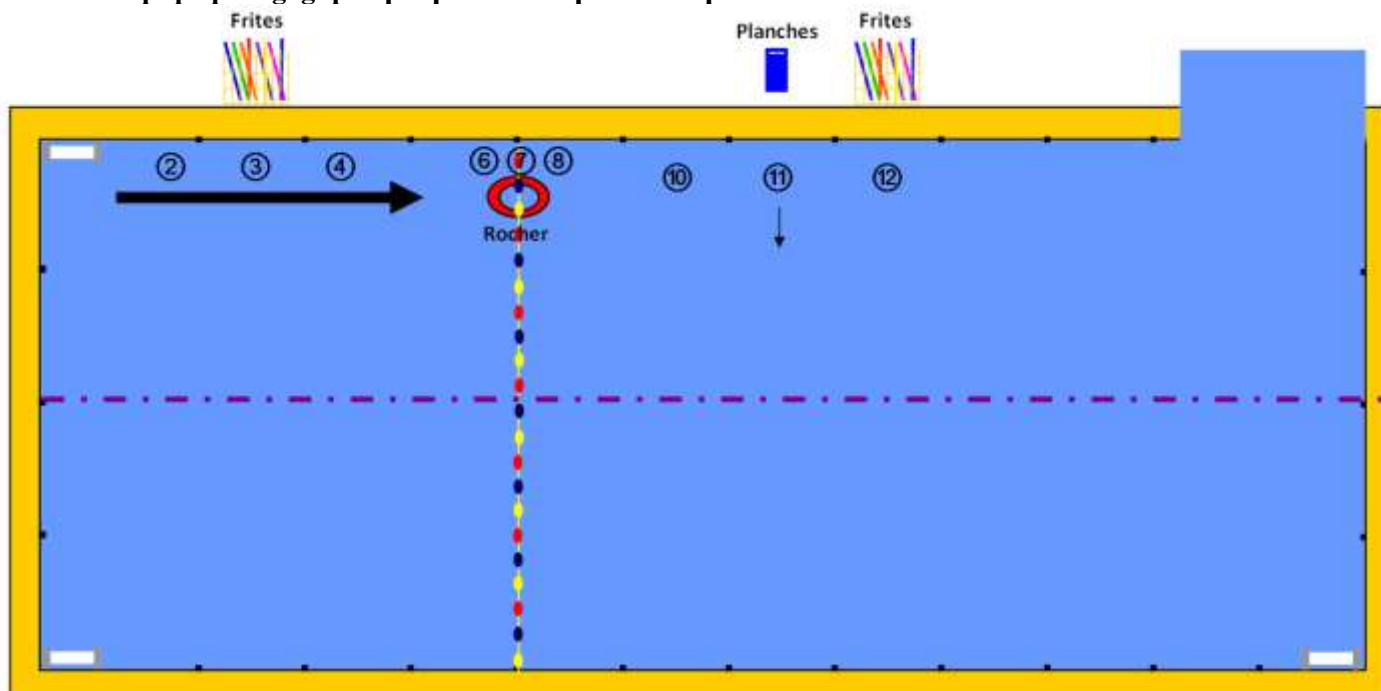
3. S'équilibrer avec matériel

- Sur place ⑩
- Sur le ventre (glissée) ⑪
- Sur le dos ⑫

FICHE 2 Evaluation diagnostique		Constitution des groupes
Ecole :	Classe :	Date :

RESULTATS ELEVES	
Travailler sur les compétences du niveau 1	Travailler sur les compétences du niveau 2

L'équipe pédagogique proposera un parcours permettant d'évaluer les items de la fiche 1



2. Se déplacer pour rejoindre le rocher

- Par le bord ②
- Avec aide ③
- Sans aide ④

2. S'immerger en s'aidant du rocher

- Le visage ⑥
- La tête ⑦
- Le corps ⑧

Sur place ⑩

- Sur le ventre (glissée) ⑪
- Sur le dos ⑫

3. S'équilibrer avec matériel

Grille d'observation Cycle 3 Fiche 1	Ecole :	Classe : M.Mme	Date :
--	----------------	--------------------------	---------------

	Maitrise faible	Maitrise à renforcer	Bonne maitrise	Très bonne maitrise
Locomotion en GP	① Se déplace en surface (largeur de la piscine) avec du matériel mobile (frite, haltère) sur le ventre et sur le dos.	② Se déplace en surface, (largeur de la piscine) sans matériel, sur le ventre ou sur le dos.	③ Se déplace en surface (largeur de la piscine), sans matériel, moitié sur le ventre moitié sur le dos, en utilisant les bras et les jambes.	④ Effectue la traversée de la piscine sans appui: aller sur le ventre, retour sur le dos à l'aide des bras et des jambes.
Immersion Ventilation en GP	⑤ S'immerge en profondeur en tenant un support fixe (cage, perche) pour remonter un objet.	⑥ S'immerge par un saut à partir d'un plot pour remonter un objet immergé.	⑦ S'immerge par un saut ou un plongeon à partir d'un plot puis « nage sous l'eau » pour passer dans un cerceau immergé.	⑧ S'immerge par un plongeon canard puis « nage sous l'eau » pour passer dans deux cerceaux immergés et alignés.
Equilibration en PP	⑨ Reste en équilibre horizontal sur du matériel (frite, planche, haltère).	⑩ Réalise une glissée ventrale sans support, visage en immersion.	⑪ Réalise une glissée ventrale suivie d'une étoile de mer tenue 5 s.	⑫ Réalise une glissée ventrale suivie d'un équilibre dorsal tenu 5 s.

	NOMS et Prénoms des élèves	Locomotion	Immersion Ventilation	Equilibration	TOTAL
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					
29					
30					



Je colorie le carré en vert pour savoir où j'en suis.

Entrer dans l'eau	Niveau 1 <input type="checkbox"/> Je saute dans l'eau dans le petit bassin sans aide.	Niveau 2 <input type="checkbox"/> Je saute dans le grand bassin en tenant une perche.	Niveau 3 <input type="checkbox"/> Je saute dans le grand bassin et je rejoins le bord seul.
Immersion/ souffle	Niveau 1 <input type="checkbox"/> Je passe sous une ligne d'eau sans la toucher.	Niveau 2 <input type="checkbox"/> Je souffle pendant 5 secondes, la tête entièrement dans l'eau.	Niveau 3 <input type="checkbox"/> Je plonge la tête la première.
Flottaison	Niveau 1 <input type="checkbox"/> Je flotte sur le ventre, sans bouger, avec une frite.	Niveau 2 <input type="checkbox"/> Je flotte sur le ventre, sans bouger et sans matériel, en petite profondeur	Niveau 3 <input type="checkbox"/> Je flotte sur le ventre ou sur le dos, sans matériel, en grande profondeur.
Immersion en profondeur	Niveau 1 <input type="checkbox"/> J'ouvre la bouche dans l'eau. <input type="checkbox"/> J'ouvre les yeux dans l'eau.	Niveau 2 <input type="checkbox"/> Je ramasse un objet immergé à 0,80m.	Niveau 3 <input type="checkbox"/> Je ramasse un objet immergé à 1,50 m à l'aide de la cage ou de la perche.
Déplacement	Niveau 1 <input type="checkbox"/> Je nage, avec une frite, la tête dans l'eau, dans le petit bassin.	Niveau 2 <input type="checkbox"/> Je me déplace sans matériel, la tête dans l'eau, sur 10 m.	Niveau 3 <input type="checkbox"/> Je me déplace sans matériel sur 15 m.

Je donne mes impressions : J'écris- Je dessine au dos.




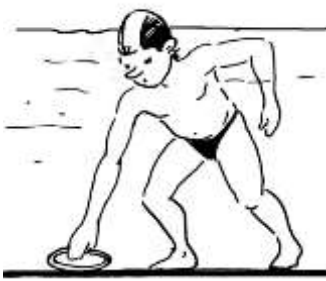





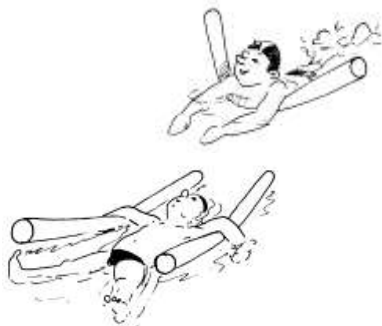




Ecole :

MNS :

Nom :

Prénom :

Je souffle dans l'eau 1		2		3	
					
Je fais des bulles en me cachant sous une planche.		Je crie sous l'eau.		Je souffle plusieurs fois avec la tête dans l'eau sans m'essuyer le visage.	
Je vais sous l'eau, 4		5		6	
					
Je ramasse des objets au fond du petit bain.		Je passe sous la première barre de la cage.		Je saute dans le petit bain et je me cache sous l'eau.	
Je flotte 7		8		9	
					
Je me laisse flotter 5 secondes (sur le ventre et le dos avec du matériel).		Je me laisse flotter 5 secondes sans aide.		Je pousse sur le mur et je fais le bout de bois.	
Je me déplace 10		11		12	
					
Je fais « la mousse » avec mes jambes pour avancer. Sur le ventre et le dos avec des frites.		Je fais un parcours dans le grand bain à l'aide des cordes ou du double câble.		J'avance dans le grand bain équipé de brassards ou d'une ceinture.	

Nom de l'école :

Nom du Professeur des écoles :

NOM DE L'ENFANT	PRENOM	CLASSE- ECOLE	OBSERVATION



PASSEPORT NIVEAU ROUGE






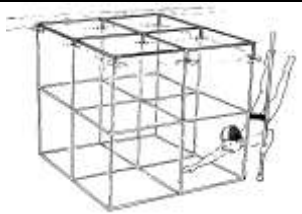

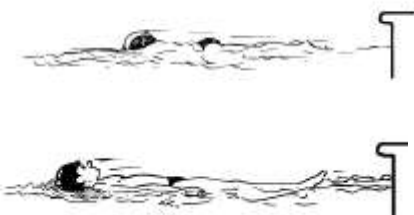




Année scolaire :/.....

Ecole :

MNS :

Nom :

Prénom :

Je souffle dans l'eau 1		2		3	
					
Je suis capable de mettre la tête dans l'eau au signal plusieurs fois de suite...		Je souffle longtemps dans l'eau, je respire le plus vite possible.		J'arrive à me déplacer partout dans la piscine en soufflant le plus souvent dans l'eau (avec matériel).	
Je vais sous l'eau, 4		5		6	
					
TEST DEPARTEMENTAL :				TEST DEPARTEMENTAL :	
Je saute dans le grand bain pour aller le plus profond possible.		Je glisse sur le ventre sur le toboggan rouge et passe dans un cerceau à 1.30m.		Je descends à 2 m de profondeur à l'aide de la perche ou je passe au fond de la cage.	
Je flotte 7		8		9	
					
TEST DEPARTEMENTAL :				TEST DEPARTEMENTAL :	
Je flotte et je change de position sans mettre les pieds au sol (ventre/dos) .		Je glisse sur le ventre (tête dans l'eau) et sur le dos (bien allongé).		Je flotte « debout » dans l'eau avec ou sans matériel (ceinture).	
V D		V D			
Je me déplace 10		11		12	
					
TEST DEPARTEMENTAL :				TEST DEPARTEMENTAL :	
J'avance allongé sur le ventre dans le double câble (avec tout le visage dans l'eau).		J'avance sur le ventre et sur le dos en battant des pieds et en soufflant dans l'eau (avec planche ou frite bras tendus).		Je me déplace sur 15M sur le ventre ou sur le dos sans matériel	

GROUPE ROUGE



Nom de l'école :

Nom du Professeur des écoles :

NOM	PRENOM	CLASSE	ECOLE	TEST DEPARTEMENTAL				TEST OBTENU
				12	4	6	9	
								*

*Test Départemental obtenu si n°12 ; 4 ; 6 ; 9 acquis c'est-à-dire compétences 1 et 2 sur le projet Départemental 2012-2017.

- O pour oui
- N pour non





PASSEPORT NIVEAU ORANGE

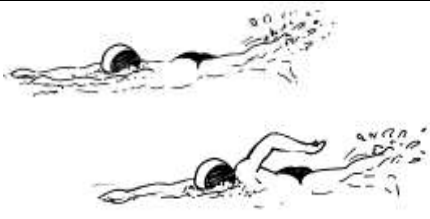
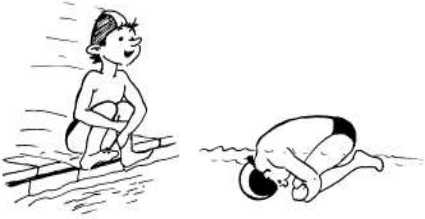







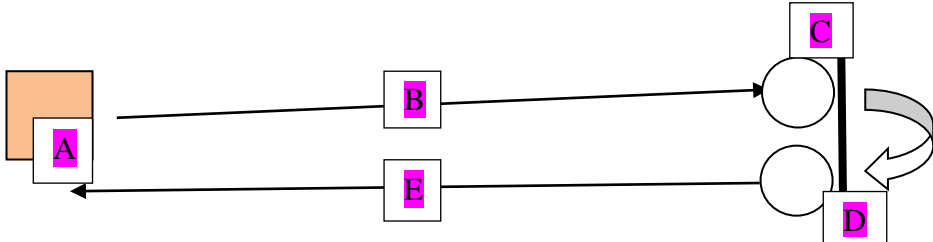


Année scolaire :/.....

Ecole :

MNS :

Nom :

Prénom :

Je souffle dans l'eau 1		2		3	
					
Je sais me déplacer en soufflant dans l'eau.		Je saute en boule et je me laisse remonter pour flotter à la surface.		Je fais la chute arrière et je me laisse flotter sur le dos 5 secondes.	
Je vais sous l'eau, 4		5		6	
					
Je fais la torpille pour aller au fond de la piscine (grand bain) et je passe dans un cerceau.		Je fais un saut bouteille dans le grand bain pour ramasser un objet au fond.		Je descends au fond de la cage et je nage 5 m sous l'eau.	
Je me déplace 7		8		9	
					
Je nage sur le dos avec mes bras et mes jambes.		Je nage une longueur de crawl en tournant ma tête vers mon épaule opposée pour respirer.		Je nage la brasse (mouvement des jambes correct).	
J'effectue le parcours en enchainant les exercices de 1 à 5.				TEST DEPARTEMENTAL	
				 	
<p>A-Départ en Sautant ou en Plongeant. B-Je me déplace sur le VENTRE 15m (CE1) ou 25m (CE2-CM1-CM2) sans matériel.</p>				<p>C-Je passe dans le cerceau immergé à 1.50m. D-Je m'équilibre 5 secondes dans le cerceau. E- Je me déplace sur le DOS sans matériel jusqu'au point de départ. (non pénalisant pour valider le test).</p>	



GROUPE ORANGE

Nom de l'école :

Nom du Professeur des écoles :

NOM	PRENOM	CLASSE	ECOLE	TEST DEPARTEMENTAL	TEST OBTENU
				10	*

*Test Départemental obtenu si n°10 acquis c'est-à-dire compétences 1 et 2 sur le projet Départemental 2012-2017.

O pour oui
N pour non



PASSEPORT NIVEAU VERT

Année scolaire :/.....

Ecole :

MNS :

Nom :

Prénom :

Je souffle dans l'eau 1		2		3	
Je souffle pour descendre au fond de l'eau (méduse).		Je fais la brasse coulée (je soufflant au bon moment).		Je souffle en faisant une roulade (par la bouche et le nez).	
Je vais sous l'eau 4		5		6	
TEST DEPARTEMENTAL :		TEST DEPARTEMENTAL :		TEST DEPARTEMENTAL :	
Je vais ramasser un objet au fond du grand bain en faisant un plongeon.		Je plonge en canard et je fais un parcours sous l'eau pour ramasser un objet.		Je m'équilibre debout dans le grand bain.	
Je me déplace 7		8		9	
Je nage 25m en brasse coulée.		Je nage 25 m crawl en me laissant glisser au maximum.		TEST DEPARTEMENTAL :	
				Je nage 5 minutes sans arrêt avec 3 nages au choix + je valide le test départemental (25M).	
J'utilise ce que je sais faire... 10		11		12	
...Pour jouer au water-polo (faire un match en respectant les règles simples).		...Pour découvrir la natation synchronisée (présenter un petit ballet).		...Pour effectuer des gestes de sauvetage (être capable de ramener un camarade au bord).	



GROUPE VERT

Nom de l'école :

Nom du Professeur des écoles :

NOM	PRENOM	CLASSE	ECOLE	TEST DEPARTEMENTAL				TEST OBTENU
				9	4	5	6	
								*

*Test Départemental obtenu si n°9 ; 4 ; 5 ; 6 acquis c'est-à-dire compétences 1 et 2 sur le projet Départemental 2012-2017.

O pour oui

N pour non

Evaluation au cours du module

(exemple tiré de Lola, à personnaliser selon les sites)

(Je colorie le carré en vert si je sais faire)

<input type="checkbox"/> Je saute dans l'eau dans le petit bassin sans aide.	<input type="checkbox"/> Je saute dans le grand bassin en tenant une perche.	<input type="checkbox"/> Je saute dans le grand bassin et je rejoins le bord seul.
<input type="checkbox"/> Je passe sous une ligne d'eau sans la toucher.	<input type="checkbox"/> Je souffle pendant 5 sec, la tête entièrement dans l'eau.	<input type="checkbox"/> Je plonge la tête la première.
<input type="checkbox"/> Je flotte sur le ventre, sans bouger, avec une frite.	<input type="checkbox"/> Je flotte sur le ventre, sans bouger et sans matériel, en petite profondeur	<input type="checkbox"/> Je flotte sur le ventre ou sur le dos, sans matériel, en grande profondeur.
<input type="checkbox"/> J'ouvre la bouche dans l'eau. <input type="checkbox"/> J'ouvre les yeux dans l'eau.	<input type="checkbox"/> Je ramasse un objet immergé à 0,80m.	<input type="checkbox"/> Je ramasse un objet immergé à 1,50 m à l'aide de la cage ou de la perche.
<input type="checkbox"/> Je nage, avec une frite, la tête dans l'eau, dans le petit bassin.	<input type="checkbox"/> Je me déplace sans matériel, la tête dans l'eau, sur 10 m.	<input type="checkbox"/> Je me déplace sans matériel sur 15 m.

CARTE D'IDENTITE AQUATIQUE(A apporter lors de la 1^{ère} séance)

Ecole :	Niveau de classe :	Nom de l'enseignant(e) :	Date :
---------	--------------------	--------------------------	--------

	Noms et prénoms des élèves :	Entrée dans l'eau :	Déplacement / Equilibration :	Déplacement / Equilibration :	Immersion:	Obtention du Bonnet
		Saute du bord, Utilise le toboggan Oui/Non	Lâche le bord, s'allonge Se déplace sur le ventre (sur le dos ?) avec frite ou planche Oui/Non	Lache le bord, s'allonge Se déplace sur le ventre (sur le dos ?) sans frite ni planche Oui/Non	Attrape objets lestés Passe dans les cerceaux lestés. Oui/Non	Oui/Non
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						
29						
30						



PROGRESSIVITE DES APPRENTISSAGES AU CYCLE 2

Fiche guide pour construire des apprentissages

Les tableaux suivants donnent **des repères** aux équipes pédagogiques pour organiser la **progressivité des apprentissages**. Pour chaque niveau, les connaissances et compétences acquises dans la classe antérieure sont à **consolider**.

	du Niveau 1	→	vers le Niveau 2
L	<p>Locomotion</p> <p>Se déplacer en surface. Se propulser à l'aide de supports fixes ou mobiles (cordages, barres, planches, frites...) grâce à l'action des mains (traction) et des jambes (battements naturels)</p> <p>Se déplacer sur quelques mètres (de 5 à 6 m) sans matériel et sans appui.</p>		
Immersion	<p>Se déplacer en surface et en profondeur. -Se propulser à l'aide des bras et des jambes, sans matériel: . sur le ventre (en surface et en profondeur) . sur le dos (en surface)</p> <p>grande profondeur. Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans matériel et sans appui en</p>		
Immersion	<p>Entrer dans l'eau, avec ou sans aide, du bord : - descendre, glisser, sauter, se laisser tomber... en prenant différentes positions avec son corps : boule, corps tendu, assis, à genoux...</p> <p>pour aller récupérer un objet flottant (de plus en plus loin)</p> <p>S'immerger avec des aides pour réaliser des actions simples : En utilisant du matériel fixe : cage, perches verticales ou obliques, échelle, câbles...</p> <p>Descendre, toucher le fond, remonter : - en touchant le fond avec différentes parties de son corps (pieds, genoux, fesses, mains) - en allant chercher un ou plusieurs objets lestés. - en remontant avec des mouvements</p>		
Immersion	<p>Entrer dans l'eau sans aide à partir d'un plot, d'un toboggan : - en orientant le corps différemment (avant, arrière, latéralement.) - par-dessus un obstacle éloigné ou élevé.</p> <p>pour aller récupérer un objet immergé (de plus en plus profond)</p> <p>S'immerger avec des aides pour enchaîner des actions plus complexes : En utilisant du matériel fixe : cage, perches verticales ou obliques, échelle, câbles...</p> <p>Descendre, se déplacer, remonter : - en variant les modalités d'entrée : pieds ou tête en premier - en augmentant la durée de l'immersion : parcours plus longs, déplacements obliques et/ou horizontaux, plusieurs objets à remonter... - en remontant passivement</p>		
Ventilation	<p>Immerger la tête pour vivre des apnées courtes</p> <p>pour passer sous un obstacle flottant en surface (ligne d'eau, perche, cerceau, ...)</p> <p>Maîtriser l'apnée et l'expiration courte en immersion</p> <p>- en réalisant des actions variées au fond (s'asseoir, s'allonger, ...) - dans des situations qui proposent la prise de repères visuels et une augmentation de la durée d'immersion : ramasser des objets de couleur, passer dans un « tunnel » de cerceaux lestés...</p>		
Equilibratio	<p>S'équilibrer dans des positions variées : ventral, dorsal: - en utilisant du matériel flottant - en trouvant des appuis variés avec les bras et les jambes, pour tenir la position jusqu'à 5 secondes</p> <p>S'équilibrer dans des positions variées : ventral, dorsal - en position horizontale (étoile de mer, méduse...) - sans aucun support</p> <p>pour tenir la position au moins 5 secondes Réaliser une glissée ventrale : « Prendre place dos au mur, un pied au fond, l'autre sur la paroi verticale Casser le buste et immerger le visage, bras allongés devant, Pousser sur le mur : extension des jambes. Conserver l'équilibre pendant la glissée »</p>		



Ecole :
 Enseignant : M / Mme

NOMS et Prénoms des élèves		COMPETENCE 1		COMPETENCE 2						Validation de la compétence 2	
		Se déplacer sur 15 m		Enchaîner 3 tâches dans un parcours en Moyenne Profondeur							
		Validation de la compétence 1		Sauter		S'immerger		S'équilibrer			
		oui	non	oui	non	oui	non	oui	non		
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											
29											
30											

Date de la passation :

Nom du MNS :



FICHE DIAGNOSTIQUE (orientation)

Légende: [Evaluation Initiale: I --- Evaluation Finale: F] [Non acquis: 0 --- En cours d'acquisition: / --- Acquis: X]



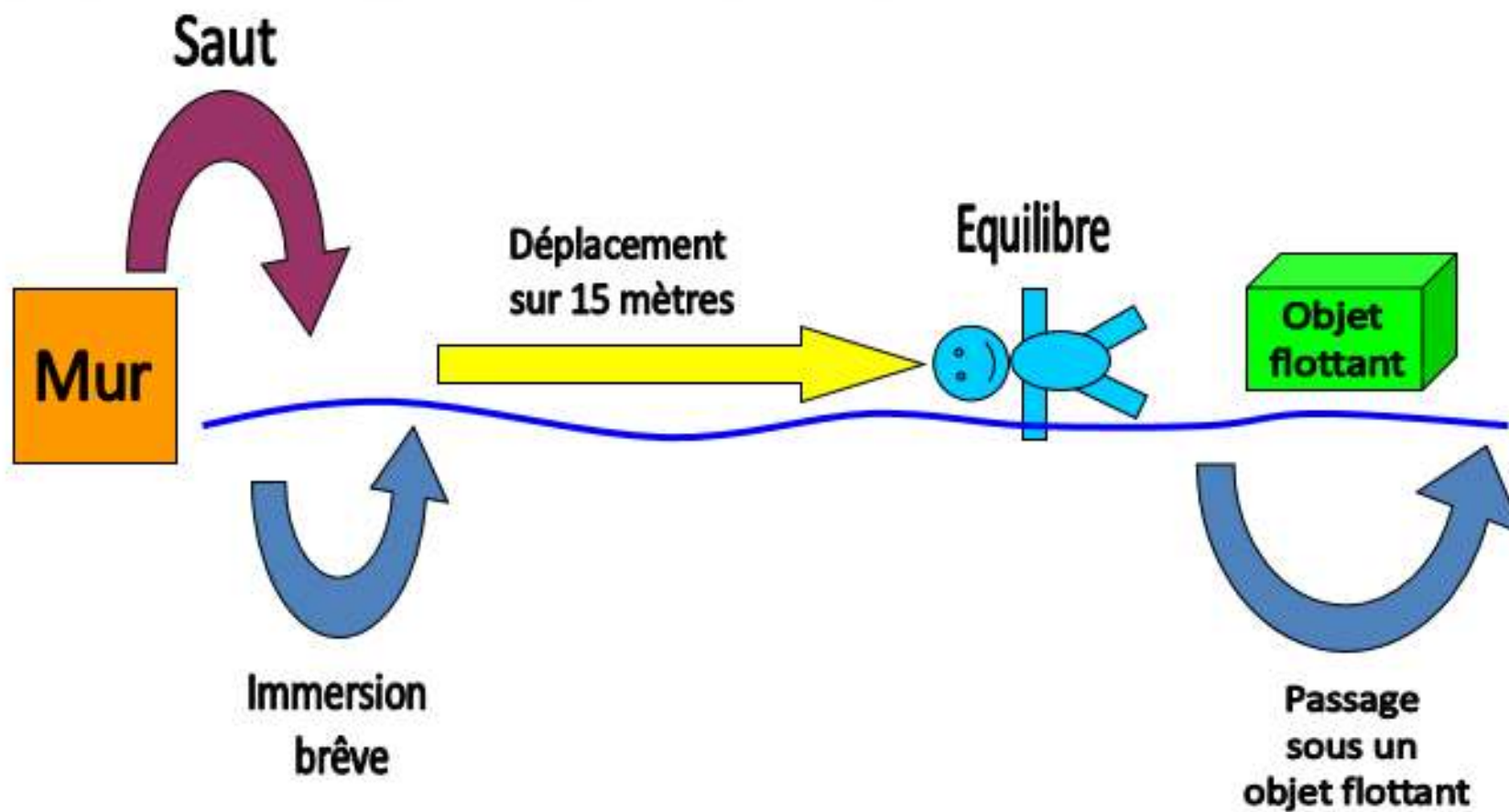
Nom de l'école	PALIER 1				PALIER 2					SAVOIR NAGER				
Nom du Professeur	Compétence 1	Compétence 2			Compétence 1	Compétence 2				Compétences				
Nom de l'ETAPS	Se déplacer sur 15 m	Réaliser 3 tâches en moyenne profondeur (MP)			Se déplacer sur 30 m en Grande Profondeur		Réaliser 3 tâches en grande profondeur (GP)			Parcours de capacités, composé de 7 tâches à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin				
	1	1	2	3	1	2	1	2	3	1	2	3	4	5

	Noms	Prénoms	PALIER 1				PALIER 2					SAVOIR NAGER				
			I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	I/F	
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																
29																
30																

Équipe: _____

Groupe: _____

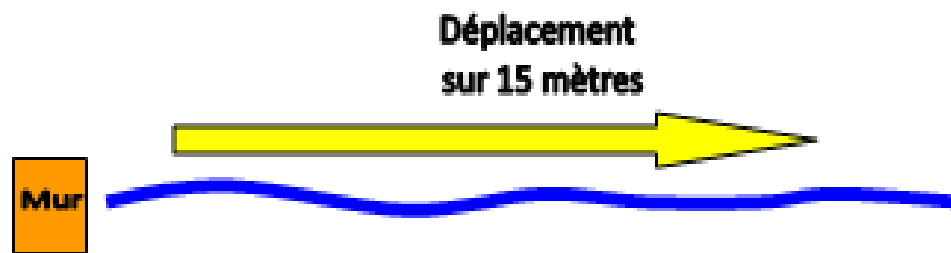
Proposition de parcours du Palier 1



PALIER 1

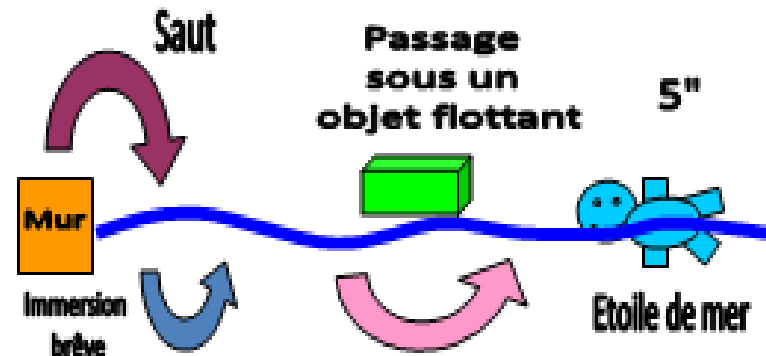
COMPETENCE 1

Se déplacer sur 15 m



COMPETENCE 2

Réaliser 3 tâches en moyenne profondeur (MP)



Déplacement

Je me déplace
15 m en
autonomie
sans aide et
sans reprise
d'appuis

Immersion

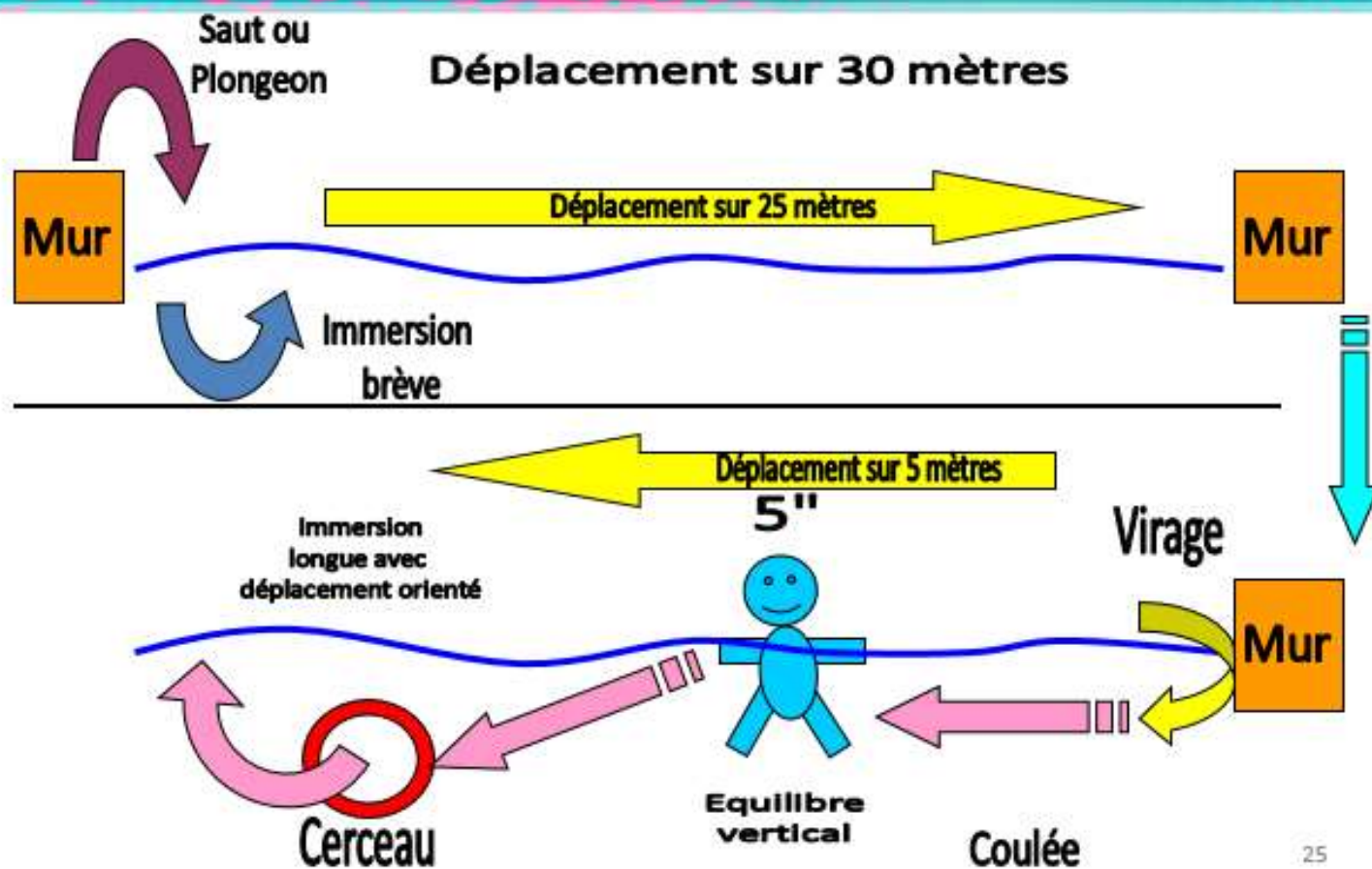
Je saute dans
l'eau sans aide
en acceptant une
immersion brève

Je me déplace
sous l'eau en
passant sous un
objet flottant

Equilibre

Je me laisse
flotter un
instant

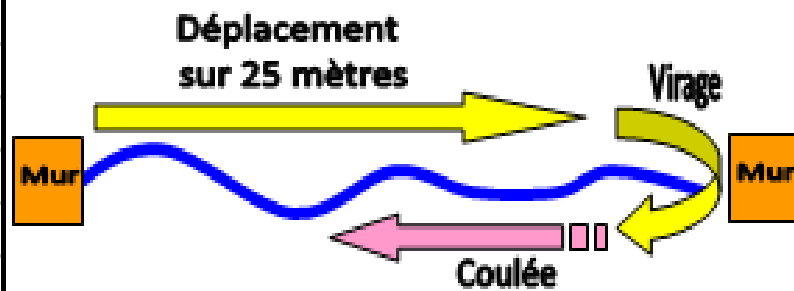
Proposition de parcours du Palier 2



PALIER 2

COMPETENCE 1

Se déplacer sur 30 m en Grande Profondeur



COMPETENCE 2

Réaliser 3 tâches en grande profondeur (GP)



Déplacement

Entrée dans l'eau

Immersion

Equilibre

Je me déplace 25 m en autonomie

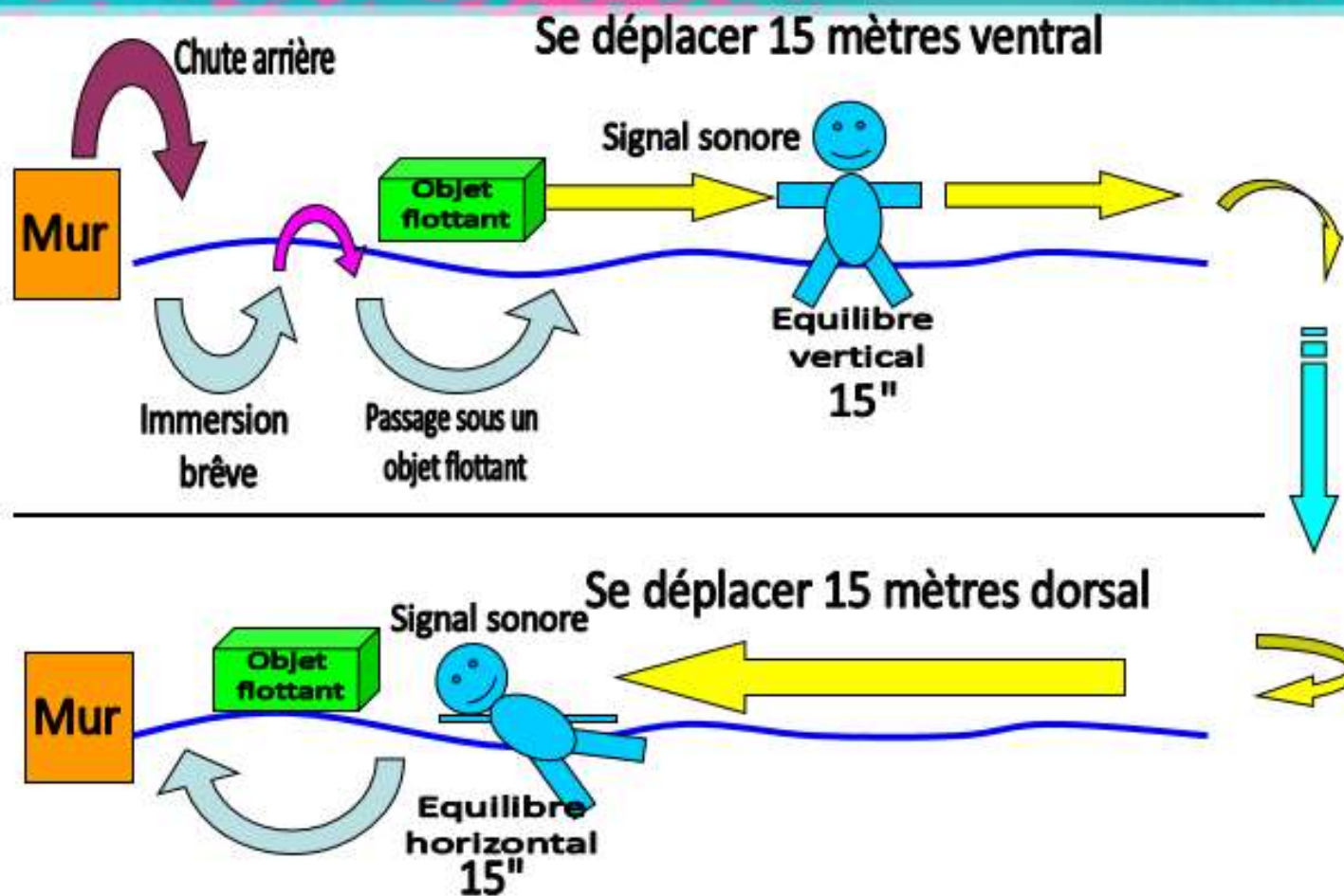
Je réalise un virage et une coulée

Je saute ou je plonge dans l'eau sans aide en grande profondeur

Je me déplace sous l'eau en allant vers un cerceau immergé

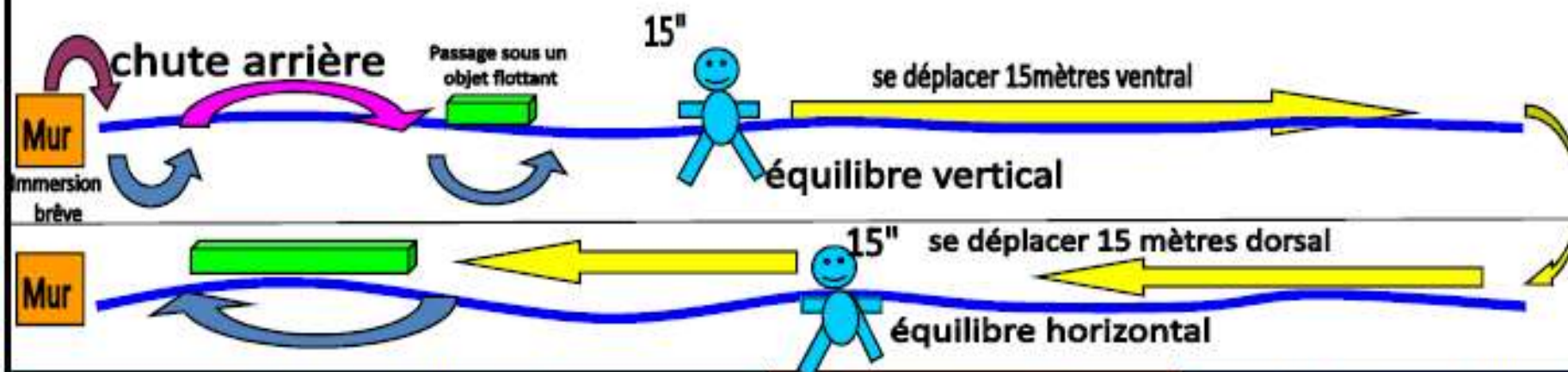
J'effectue un sur-place pendant 5 secondes

Proposition de parcours du savoir nager



SAVOIR NAGER

Parcours de capacités de 40M, composé de 7 tâches à réaliser en continuité



Enchaînement d'actions		Déplacements	Enchaînement d'actions	
chute arrière sans aide en grande profondeur	Je reviens à la surface, je me déplace sur 3,5 M pour m'immerger et passer sous un obstacle flottant d'1,5 M	Je nage 30 mètres: 15 mètres sur le ventre 15 mètres sur le dos	Je réalise un surplace vertical et horizontal de 15 secondes	Je m'immerge pour passer de nouveau sous l'obstacle flottant du début

Je nage 25 mètres en **BRAÏSE**



Je nage 25 mètres en **DOÏ Crawlé**



Je nage 25 mètres en **CRAWL**



Test Nautique

Conformément à la circulaire n°2000-075 du 31 mai 2 000 (BOEN n°22 du 8 juin 2000) et délivré par des personnels diplômés.

Je ne présente aucun signe de panique en effectuant un parcours de 20 mètres après un départ en chute arrière volontaire d'un tapis disposé sur l'eau, puis un passage sous une ligne d'eau, posée et non tendue, avec brassière de sécurité.

Certifié par: _____ Cachet et signatures: _____
 N° de diplôme: _____
 Titres: _____
 Les: _____ / _____ / _____

Mon Pass'Scolaire

Aquatique



Nom: _____

Prénom: _____

Date de Naissance: ____ / ____ / ____

Ecole: _____

Ville de Tours

Les différents PALIERS de mon Pass'Scolaire

J'ai acquis le PALIER 1:

- Je me déplace sur 15 mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis }
 - Je saute dans l'eau, je m'immerge, je passe sous un objet flottant et je me laisse flotter en étoile durant 5". }
- Validé le: _____ Par: _____

J'ai acquis le PALIER 2:

- Je me déplace sur 25 mètres sans aide à la flottaison }
 - je réalise un virage et une coulée }
 - Je saute ou je plonge }
 - je me déplace sous l'eau et je passe à l'intérieur d'un cerceau }
 - J'effectue un surplace de 5" à la verticale }
- Validé le: _____ Par: _____

J'ai acquis le savoir nager:

- entrer dans l'eau en chute arrière en grande profondeur
 - se déplacer pour passer sous un obstacle flottant d'1,5 mètre
 - Se déplacer sur 15 mètres sur le ventre }
 - avec un sur place vertical de 15 secondes au signal sonore }
 - Se déplacer 15 mètres sur le dos }
 - avec un sur place horizontal de 15 secondes au signal sonore }
 - Je m'immerge de nouveau pour passer sous l'objet flottant }
- Validé le: _____ Par: _____

Je remplis avec mon enseignant ce que je sais faire dans l'eau

<p>Je mets ma tête dans l'eau et je fais des bulles</p> <input type="checkbox"/>	<p>Je vais chercher un objet lesté placé à ____ mètres de profondeur</p> <input type="checkbox"/>
<p>Je fais une étoile de mer:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sur le ventre <input type="checkbox"/> - sur le dos <input type="checkbox"/> 	<p>Je fais une glissée:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sur le ventre <input type="checkbox"/> - sur le dos <input type="checkbox"/>
<p>Je me maintiens en position verticale la tête hors de l'eau, durant 10 secondes</p> <input type="checkbox"/>	<p>J'effectue un trajet de 5 mètres en immersion en passant dans 2 cerceaux</p> <input type="checkbox"/>
<p>Je saute dans l'eau:</p> <ul style="list-style-type: none"> - au petit bain <input type="checkbox"/> - au grand bain <input type="checkbox"/> 	<p>Je plonge tête en avant au grand bain</p> <input type="checkbox"/>
<p>Je parcours 5 à 10 mètres en nage libre (nage non codifiée)</p> <input type="checkbox"/>	<p>Je me déplace sur 15 mètres avec une aide à la flottaison</p> <input type="checkbox"/>

Projet élaboré par les Educateurs de la Ville de Tours