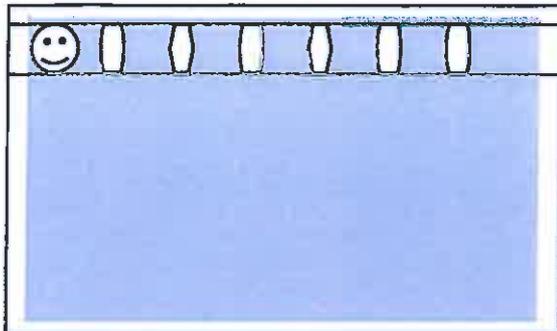


PALIER 1	FICHE EXPERIENCE : IMMERSION	COMMENT S'IMMERGER LONGTEMPS EN SURFACE ?
----------	------------------------------	---



« 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 ?).