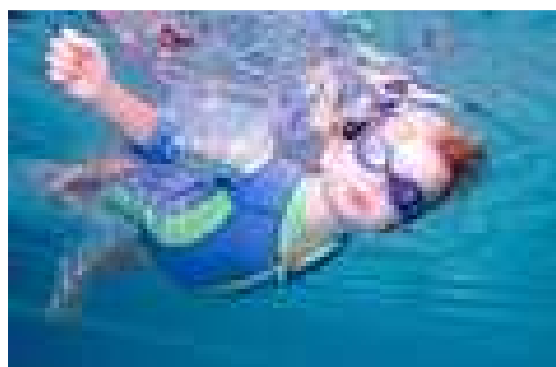


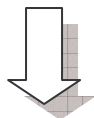


JE VAIS A LA PISCINE AVEC MA CLASSE



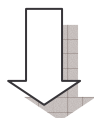


Compétence spécifique



Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

Acquisitions retenues



Accepter de flotter, couler

Rechercher une nouvelle respiration

Rechercher une propulsion à partir de nouveaux équilibres

Les activités aquatiques, pourquoi ?

La natation vise à savoir se déplacer en sécurité dans l'eau.

C'est une activité qui permet d'apprendre à se connaître pour adapter ses comportements, prendre des risques contrôlés et maîtriser ses réactions émotionnelles. Elle nécessite la construction de nouveaux repères dans les domaines de l'équilibre, de la respiration et de la locomotion.

Terrien

- Appuis plantaires
- Appuis fixes et solides
- Déplacements par les jambes
- Bras équilibrateurs
- Equilibre vertical
- Regard horizontal
- Corps en appui
- Inspiration active
- Expiration passive
- Respiration à dominante nasale
- Résistance de l'air faible



**Principales modifications
entraînées par la spécificité
du milieu aquatique**

Nageur

- Perte des appuis plantaires
- Appuis fuyants
- Déplacements par les bras
- Les jambes ont un rôle secondaire
- Bras propulseurs
- Equilibre horizontal
- Regard vertical
- Corps en suspension
- Inspiration passive ou réflexe
- Expiration active
- Respiration à dominante buccale
- Résistance de l'eau importante



Toutes ces modifications entraînent chez le débutant une appréhension face à ce milieu nouveau pour lui. Il faudra donc **vaincre cette appréhension, apprendre à découvrir le milieu aquatique**. La familiarisation du milieu sera **la première étape** d'un tel apprentissage.

La deuxième étape sera la maîtrise du milieu aquatique c'est-à-dire **rechercher une transformation du comportement** de l'individu lui permettant de devenir « nageur ».

La maîtrise du milieu constitue une maîtrise des **fondamentaux de la Natation : Equilibre / Respiration / Propulsion**.

C'est **l'acquisition d'une aisance**, d'un bien-être dans le milieu aquatique quelque soit l'environnement (piscine, mer, lac, rivière...) qui aboutit à une **sécurité dans l'eau** et ce, quelque soient les conditions (vagues, courants, vent...)

Quelles compétences à l'école ?

Partout où ce sera possible, les activités de natation seront proposées aux enfants de grande section, sous forme de modules d'apprentissage d'un minimum de dix séances.

Les activités aquatiques apparaissent à l'école comme des activités où l'enfant apprend à **adapter ses déplacements à différents types d'environnements** :

En fin d'école maternelle, il sera capable de : se déplacer dans ou sur des milieux instables.

En cycle 2 : il apprendra à se déplacer en surface et en profondeur dans des formes d'actions inhabituelles mettant en cause l'équilibre : sauter dans l'eau, aller chercher un objet au fond (grand bain), passer dans un cerceau immergé, remonter, se laisser flotter cinq secondes et revenir.

En cycle 3, outre le fait que l'enfant doit poursuivre l'apprentissage des compétences précédentes, il apprendra à **réaliser un performance mesurée** en natation comme nager longtemps (se déplacer sur une quinzaine de mètres sans support).

A l'école primaire, l'objectif visé sera l'autonomie en milieu aquatique.

Quelles acquisitions sont nécessaires pour pratiquer les activités de natation ?

Devenir autonome en milieu aquatique, c'est :

- ✗ Accepter de flotter, couler
- ✗ Rechercher une nouvelle respiration



- ✕ Rechercher une propulsion à partir de nouveaux équilibres

Construire un module d'apprentissage pour les activités aquatiques, c'est prévoir un nombre suffisant de séances (entre 12 et 15), dans lesquelles chaque acquisition sera travaillée à travers une situation d'activités. Pour chaque acquisition, il est possible de répertorier des situations d'activités progressives.

Où trouver des situations simples permettant de développer les acquisitions ci-dessus ?

- Unité d'apprentissage proposée par l'équipe EPS87 (<http://apella.ac-limoges.fr/equipe-eps87>)
- Equipe CPC-CPD Gironde / 17 repères natation à l'école élém. (Ed.Revue EPS 1981)
- Jean-René Courtois / L'Education Physiques à l'école maternelle (Ed.CRDP de l'Académie de Grenoble - 1998)
- Les activités aquatiques / Edusarthe mai 2000 (Collection Ressources)

Comment mettre en place une séance ?

A.Conditions de mise en œuvre

- ✚ Aménagement matériel de l'espace : il doit permettre la prise de repères pour les enfants et simultanément pour le maître. Il est installé par le maître et par les enfants. Ne pas se « borner à un simple apprentissage systématique des gestes techniques ».
- ✚ Organisation temporelle : la durée de la séance est de 30 à 45 minutes. Le travail recherché peut être individuel ou par groupe. Les tâches demandées aux enfants et la quantité de travail sont prévues à l'avance. Favoriser un temps important d'activités dans l'eau pour éviter les files d'attente et les blocages affectifs

B.Conduite de la séance

- ✚ Evaluation diagnostique (première séance) : repérage des qualités, des manques
- ✚ Gestion des situations pédagogiques : mise en place, observation, analyse, remédiation



- + Pour chaque situation, donner des critères de réussite à l'enfant, faire formuler les règles d'actions
- + Mise en place d'une évaluation critériée et continue, univoque pour l'enseignant et pour l'enfant.

C. Les intervenants extérieurs

- + Chacun connaît sa tâche avant d'entrer dans l'enceinte piscine. Une fiche descriptive peut être exigée.
- + Il connaît son groupe (le même pendant toute la séance)

Au fait, y a-t-il des règles à respecter à la piscine ?

- ✗ L'activité se déroule dans une piscine surveillée par un ou des MNS, exclusivement affecté(s) à cette tâche
- ✗ Le maître doit s'assurer de la présence du MNS désigné à la surveillance de la séance
- ✗ L'absence du MNS désigné pour assurer la surveillance impose de différer la séance jusqu'à son arrivée
- ✗ Respecter le règlement intérieur de la piscine
- ✗ Proscrire les moments d'activité libre
- ✗ L'adulte ouvre la marche à l'entrée dans le bassin et ferme la marche à la sortie
- ✗ Le rapport du nombre d'adultes au nombre d'enfants ne sera pas inférieur à :
 - 3 adultes pour un groupe classe maternelle
 - 2 adultes pour un groupe classe élémentaire



Comment organiser les groupes lors de la première séance ?

L'entrée dans l'eau

Proposer plusieurs possibilités (échelle / sur un tapis / saut)

Enfants à l'aise, qui, après être entré dans l'eau, s'éloignent du bord du bassin

Enfants qui ne sont pas à l'aise, qui ont besoin de points d'accroches et restent au bord. Enfants qui se déplacent mais sur la pointe des pieds en se rehaussant le plus possible

Le déplacement dans le bassin

Proposer un parcours avec du matériel flottant (planches, frites, cerceaux...) en allant vers le grand bassin

GROUPE 1

Enfants qui sont à l'aise, qui prennent appui sur les engins flottants et les utilisent dans les déplacements.

Enfants qui se déplacent en prenant un objet pour se rassurer. Ces enfants se rapprochent du bord au fur et à mesure qu'ils se dirigent vers le grand bassin

GROUPE 2

La respiration

Proposer un petit jeu de recherche d'objets immergés et de passages dans des cerceaux lestés

Enfants qui n'hésitent pas à plonger et s'immerger pour aller récupérer les objets

Enfants qui s'immergent très rapidement ou récupèrent les objets par d'autres moyens que la plongée (avec les pieds...)

GROUPE 4

GROUPE 3



Des jeux collectifs supports des activités aquatiques

Objectifs spécifiques Etre capable de ...	Situations proposées
Se déplacer seul Maintenir son équilibre	Rapporter les trésors Des objets flottant sont répartis dans le bassin. Les enfants rapportent tous les objets. (situation jeu pour ramener le matériel par exemple) Pauvre petit chat malade Le petit chat se promène, il miaule, il est malade. Il touche quelqu'un sur une partie du corps. Cette personne devient le petit chat malade, qui miaule et se tient la partie du corps blessée (correspondant à l'endroit où elle s'est faite touchée). Balle nommée Les enfants sont répartis dans le bassin. Un meneur jette une balle en l'air et appelle une personne. Celle-ci récupère la balle et devient le meneur.
Accepter de se déplacer à plusieurs	Les chenilles La (ou les) chenille(s) se déplace(nt). Les points d'accroche sont variés. Un meneur peut désigner les points d'accroche. Si la chenille se casse, la personne qui a lâché se retrouve en queue de chenille. Le but est devenir la tête de chenille Accroche / décroche Les enfants sont par 2, il se donne le bras. Un enfant circule entre les couples immobiles et, quand il le veut, s'accroche au bras d'un participant. La partenaire de ce dernier se décroche et devient le « promeneur ».
Accepter l'autre Rechercher ses équilibres	Je n'irai pas chez toi Les enfants sont par 2, face à face. Ils se tiennent la main. Une ligne d'eau souple (non tendue) les sépare. Au signal du meneur, chacun tire de son côté pour amener l'autre sur la ligne d'eau. L'adulte pourra ajuster les couples en fonction de la force de chacun. Manchot est maître chez lui Les enfants sont par 2. Le couple se trouve dans un couloir (2 lignes d'eau, des tracés au sol...). Ils se repoussent avec différentes parties du corps (épaules, fesses...) en gardant les mains dans le dos. Le but est de faire toucher une ligne d'eau à son adversaire pour montrer que « manchot est maître chez lui ».
Se déplacer aisément dans le petit bassin Contrôler sa trajectoire Repérer les espaces vides	Chats et souris Un chat et des souris se promènent dans le bassin. Le chat essaie de toucher le plus de souris possible. Ces dernières peuvent éventuellement trouver refuge en cherchant des points d'accroche (échelle, bord du bassin...). La rivière aux crocodiles Une rivière est représentée par un couloir (matérialisée par 2 lignes d'eau, des cordelettes...). Un crocodile évolue dans cette rivière mais ne peut en sortir. Les joueurs sont rassemblés d'un côté ou de l'autre de la rivière. Au signal, chacun tente une traversée de la rivière sans se faire toucher par le crocodile. Pour éviter les éliminations et le risque d'attraper froid par inactivité, chaque joueur peut disposer de deux petits objets (balles, anneaux...). « Je me suis fait touché par le crocodile », je lui donne un de mes objets.
Se déplacer et varier sa vitesse Repérer les espaces vides	L'épervier Un épervier se trouve au milieu du bassin. Les enfants traversent le terrain sans se faire toucher. Je suis touché, je m'associe en l'épervier en lui donnant la main. Constituer ainsi des groupes de 2 ou 3 joueurs éperviers. Qui attrape ? Même principe que l'épervier mais un meneur désigne les joueurs que l'épervier doit attraper en les nommant ou en donnant une de leur caractérisant (tu attrapes une fille, un garçon au bonnet rouge, un garçon qui a un maillot de bain noir...)



Se déplacer et varier sa vitesse Repérer les espaces vides	Débarrassez-moi de ces souris Les enfants sont répartis en 2 groupes placés de part et d'autre d'une ligne (d'eau par exemple). Chaque groupe dispose d'une dizaine de balles ou ballons (ce sont des souris). Au signal, les 2 groupes font le ménage et renvoient leurs souris chez les autres.
Aller chercher un objet lesté	Béret avec objets lestés Tout le monde connaît les jeux du béret mais attention, il faudra peut-être mettre la tête sous l'eau pour récupérer l'objet.
Se laisser flotter	Le chemin du bateau Les enfants choisissent un ou plusieurs objets flottant (planches, frites ...). Un chemin est mis en place par l'adulte. L'enfant le réalise au mieux.
Se faire promener	Le chemin du bateau L'idée est la même, mais l'enfant se laisse conduire par l'autre.
Accepter de se faire éclabousser	La puce éclabousseuse Une puce décide de toucher les personnes qu'elle rencontre. Pour les piquer, elle les éclabousse.
Passer sous	Le filet des pêcheurs Un groupe d'enfant constitue le filet du pêcheur en se tenant la main et en organisant une ronde. L'autre groupe représente les poissons (ils se trouvent à l'extérieur de la ronde). Le filet décide d'un mot signal choisi dans une comptine ou chanson connues. Pendant la chanson, les poissons entrent et sortent du filet en passant sous les bras. Au mot signal, le filet se baisse et emprisonne les poissons à l'intérieur qui s'associe au filet.
S'immerger	La bombe Une ronde est constituée. Un meneur est le compteur de la bombe (ballon qui circule de mains en mains dans la ronde). Il se trouve à l'extérieur de la ronde et ne regarde pas les joueurs. Le meneur compte de la manière suivante : Tic-Tac-Tic-Tac....Boum. Au « boum », celui qui est en possession de la bombe s'immerge. Il devient le meneur et le jeu reprend. Les lapins dans leur terrier 2 groupes sont constitués. Une ronde représente le terrier. Les lapins (l'autre groupe) sont à l'intérieur ou à l'extérieur. Ils entrent ou sortent du terrier en passant entre les jambes des joueurs qui constituent la ronde. On peut rajouter des feuilles de choux (objets lestés ou flottant) à l'extérieur du terrier. Les lapins constituent leurs réserves à l'intérieur.

Ces jeux ne sont pas « figés ». Ce sont des exemples d'activités qui nous permettent de travailler des objectifs propres aux activités aquatiques. Ce sera un moyen pour que l'enfant ne se focalise pas sur ses angoisses et ses craintes. On revient sur des exercices ou des jeux qu'il connaît et donc rassurants.

L'adulte peut appliquer certaines variables pour orienter ses exercices vers des objectifs plus précis ou autre. Par exemple, en introduisant le jeu du béret, il peut demander à l'enfant de se déplacer en propulsion ventrale.



Un exemple de fiche à remettre à un intervenant extérieur

<u>Enfants concernés :</u> Victor Justin Lise Simon Léna	Séance n° :
<u>Objectifs :</u> ✗ Toucher le fond du petit bassin ✗ Se déplacer en changeant les appuis et prises ✗ Souffler dans l'eau par la bouche pendant quelques secondes	
<u>Situations n°1 :</u> -Un jeu approprié à l'objectif pour mettre en situation -Une situation structurée «on va essayer de... » / « comment faire pour... »... Evolutions : Sur quelles variables peut-on « jouer » ?	<u>Situations n° 2 :</u> Evolutions :
<u>Situation n°3 :</u> Evolutions :	<u>Remarques en fin de séances</u>