



Il s'agit d'une série de jeux, d'une sélection non exhaustive, favorisant la prise de contact ludique et dédramatisant des élèves avec le milieu aquatique.

L'objectif de ces jeux est une entrée dans l'activité et une première ébauche de construction du futur nageur par des mises en situation variées recherchant essentiellement l'allongement, et l'alignement des segments ainsi qu'une prise de conscience des appuis dans l'eau.

Ces jeux se réalisent en petite profondeur.

#### - **Le train**

Par équipe de 5 : A, B, C, D et E

**Objectif** : s'allonger dans l'eau

A se déplace, B le tient par la taille. Ensuite, on rajoute C qui tient B par les chevilles, puis idem avec D et E. L'équipe qui réussit l'aller et retour avec le plus grand nombre a gagné.

**Consignes** : pour réussir, les wagons doivent s'allonger le plus possible (se profiler). La propulsion étant assurée par un tiers, les élèves peuvent se concentrer sur le corps.

**Variable** : A pousse B par les chevilles...

#### - **La dispute**

Par 2, une planche pour 2

**Objectif** : s'allonger dans l'eau et glisser

A tient la planche, B le promène par les pieds

- 1<sup>er</sup> signal, B pousse 1 le plus loin possible. A doit essayer de rester allonger le plus longtemps possible
- 2<sup>ème</sup> signal, A lâche la planche et doit retrouver B et monter sur son dos
- 3<sup>ème</sup> signal, les 2 doivent retrouver la planche et celui qui passe dessous et la soulève avec la tête a gagné.

**Variable :** compter les points, imposer à A de faire des battements, de rester jambes écartées ou au contraire serrées après la poussée de B, B peut se cacher après avoir poussé A en se mettant sur le dos, en se cachant sous l'eau...

- **Les déménageurs**

Par équipe de 3, 2 des joueurs doivent transporter le 3<sup>ème</sup> à l'autre bout du bassin.

Les consignes sur la façon de porter varient.

Par les mains, par les pieds, un aux mains, un aux pieds, sur le ventre, sur le dos...

- **Concours de déplacement**

Par 2, réaliser des déplacements selon différents critères appréciés par les autres nageurs qui désignent un vainqueur.

- Le plus vite possible (au mois un des 2 en position allongée)
- Le plus d'éclaboussures
- Le plus sous l'eau
- en arrière
- En sortant le maximum de parties du corps de l'eau...

- **Le béret**

Les élèves sont en attente assis sur une planche. Au signal, un de chaque équipe va chercher l'objet immergé ou non et le ramène soit dans son camp, soit dans le camp adverse.

**Variables :** si touché, ou si attrapé ou bloquer, laisser l'objet sur place, un partenaire viendra le chercher... Appeler plusieurs numéros, obliger des déplacements variés sur le retour ou sur l'aller...

- **Le guide**

Par 2, des objets de couleurs et de formes différentes dispersés dans le bassin.

A tient B par la taille. Quand B passe au dessus d'un objet, il donne un signal à A qui doit reconnaître la couleur et/ou la forme de l'objet (immersion de la tête).

- **Le saute-mouton**

Par 4, saute-mouton.

Les consignes pour le sauteur peuvent varier : appuis avec les mains, glisser sur le dos, sans toucher l'autre, rentrer par la tête, passer en dessous...

Pour le mouton : varier la position, plus ou moins sous l'eau...

**Variables :** par 2, faire une traverser de bassin (sur la largeur) en alternant les rôles. Faire des courses par équipes de 2...

- **L'épervier**

Jeu de l'épervier.

Pour ne pas être touché, les consignes pour les éperviers pouvant évoluer en fonction du niveau de compétences des élèves :

- tête dans l'eau
- allongé sur le dos
- allongé sur le ventre
- immergé une partie précise du corps en position allongée...

#### - **Les défis**

Chaque équipe s'affronte et chaque équipier choisi son défi :

- traverser le plus vite possible
- aller le plus loin sous l'eau (une largeur maxi)
- rester le plus longtemps en surface sans bouger (quand les pieds tombent au fond, perdu !)
- chercher 3 objets avec retour au bord entre chaque
- course assis sur une planche (en avant, en arrière, sur le côté...)
- aller le plus loin possible e, poussant sur le mur

.... Et d'autres encore....

#### **Le bateau à moteur :**

Course sur 6 à 7 mètres, en faisant des bulles, le visage dans l'eau.

#### **Relais la boule de feu :**

Les élèves sont en cercle autour d'un objet flottant, ils se donnent la main. Il faut tirer les camarades pour qu'ils touchent l'objet (on doit l'éviter en sautant par-dessus ou en s'immergeant).

#### **Le filet du pêcheur :**

Les élèves sont divisés en 2 groupes, les uns formant un cercle, les autres sont répartis à l'extérieur du cercle ; ils doivent entrer et sortir du cercle. Les autres à un signal donné ferment le filet en baissant les bras (le signal : on compte jusqu'à un nombre convenu à l'avance, ou, on, s'arrête à un endroit donné d'une chanson). Les élèves ainsi attrapés prennent place dans le filet.

#### **Le mur chinois :**

Les élèves sont répartis de chaque côté du bassin, un chasseur est au milieu. Il faut changer de camp, chaque enfant attrapé par le chasseur fera au milieu du bassin un obstacle immobile ; un mur se forme ainsi peu à peu, de plus en plus difficile à franchir, en passant par-dessus ou par-dessous.

#### **La chasse au trésor :**

Un objet est immergé au fond de l'eau, le premier qui le trouve gagne le droit de le cacher la fois suivante.

#### **Les statues :**

Un élève est debout sur le bord, il tourne le dos au bassin, il compte jusqu'à 10, puis il se retourne. Les autres doivent progresser sans être vus, ceux qui sont vus entraînent de bouger sont renvoyés au départ. A gagné celui qui arrive de l'autre côté sans être vu.

### **La course au trésor :**

Le maître jette dans l'eau différents objets flottants et non flottants ; deux équipes sont réparties de part et d'autre du bassin ; au signal, il faut ramener le plus d'objets possible : 1 point pour les objets flottants, 2 points pour les objets non-flottants.

### **Jeu de touche :**

Un chasseur. Les autres joueurs sont sauvés s'ils nagent ou plongent avant d'être touchés.

### **Le chat et la souris :**

Les élèves sont en cercle, une souris est à l'intérieur, un chat à l'extérieur. Le chat doit attraper la souris dans ou en dehors du cercle. Les élèves du cercle aident la souris en gênant le chat, en baissant ou en levant les bras.

### **Les lapins dans la clairière :**

Les joueurs sont en cercle deux par deux, l'un derrière l'autre face au centre. Au milieu sont disposés des flotteurs de ceintures. Au signal, les élèves de l'extérieur font le tour du cercle, puis passant sous les jambes de leur partenaire, attrapent un flotteur (il y en a un de moins que d'élèves), regagnent leur place et grimpent sur les épaules de leur partenaire. Celui qui n'a pas de flotteur a un gain.

### **Le béret :**

Deux équipes de chaque côté du bassin, les joueurs sont numérotés, au milieu un objet soit flottant, soit immergé. Le maître appelle un numéro ; les enfants appelés doivent ramener l'objet dans leur équipe (on peut courir, nager, partir dans l'eau, sauter ou plonger)

### **Le loup et le berger :**

Par équipe de 5 ou 6 ; le loup fait face au berger ; les autres sont les moutons ; ils forment une chaîne fermement attachée à la taille du berger. Au signal, le loup doit toucher le dernier des moutons, le berger doit l'en empêcher en écartant les bras. En cas de réussite, le loup prend la place du berger et le dernier mouton, la place du loup.

### **Balle au chasseur :**

Le chasseur doit toucher un joueur avec un ballon, le joueur touché devient à son tour chasseur.

### **L'épervier :**

Le chasseur attrape les joueurs. Chaque enfant touché se place au bout de la chaîne, seules les extrémités de la chaîne peuvent toucher les autres.

### **Nage et grimpe :**

Les enfants nagent ou marchent dans l'eau, au signal, ils regagnent le bord et s'assoient. Celui qui est le dernier à un gage.

### **Relais ping-pong :**

Au signal, le n°1 traverse le bassin, il pousse une balle de ping-pong devant lui en soufflant dessus, il passe au n°2, etc.... On ne doit pas utiliser les mains. Ce relais peut aussi se faire en nageant.

### **Relais saute-mouton :**

Au signal le n°1 pose les mains sur les épaules du n°2 qui s'immerge. Le n°1 passe par-dessus le n°2 puis entre les jambes du n°3, puis par-dessus le n°4 etc.... Lorsque le n°1 arrive au bout de la file, il crie TOP et c'est le numéro 2 qui part à son tour.

### **Relais cuillère dans la bouche :**

Le n°1 traverse le bassin avec dans la bouche une cuillère, contenant une balle de ping-pong, il nage soit sur le dos, soit sur le ventre, et ne doit pas toucher à la balle avec les mains même s'il la perd en route, il la récupère alors à la cuillère. Il passe ensuite au numéro 2 etc.

### **Relais cheval :**

Le n°1 est assis sur le bord, il serre entre ses jambes une planche. Au signal, il entre dans l'eau, il ne se propulse qu'avec les bras, et doit éviter que la planche ne lui échappe. Il passe la planche au n°2, qui passe au n°3, etc....

### **Servez-vous de votre tête :**

Le n°1 traverse le bassin en transportant un objet sur la tête, si l'objet tombe, il doit le récupérer avant de poursuivre. Il passe au n°2 etc.