

NATATION SCOLAIRE

Propositions de repères dans les apprentissages

L'élève est capable d'effectuer :	à l'issue d'un 1 ^{er} module de 10 à 15 séances :	à l'issue d'un 2 ^{ème} module de 10 à 15 séances :	à l'issue d'un 3 ^{ème} module de 7 à 10 séances :	à l'issue d'un 4 ^{ème} module de 7 à 10 séances :	à l'issue d'un 5 ^{ème} module de 7 à 10 séances :
Entrée dans l'eau	Entrer dans l'eau avec ou sans aide (humaine ou matérielle)	Sauter du bord sans aide (humaine ou matérielle)	Sauter du bord (profondeur minimale de 1,30m).	Sauter ou plonger.	Plonger
Équilibration	S'allonger sur le ventre et/ou sur le dos avec ou sans matériel.	S'allonger sur le ventre et/ou le dos sans aide	S'allonger sur le ventre et sur le dos sans aide sans redressement de la tête, pendant au moins 5 secondes	S'allonger sur le ventre et sur le dos en alternant les positions, sans redresser la tête, pendant au moins 10 secondes	Maintenir un équilibre vertical pendant au moins 10 secondes.
Immersion	Mettre la tête dans l'eau, avec ou sans appui plantaire.	S'immerger durablement (au moins 5 secondes)	Aller chercher au moins un objet immergé avec ou sans support (perche) et remonter sans aide.	Aller chercher un ou des objets immergés d'au moins 1,5 m.	Aller chercher un ou des objets à une profondeur comprise entre 1,5 et 2 m dans le cadre d'un parcours aquatique.
Respiration	Parler sous l'eau en comptant, chanter, crier.	Dans le cadre d'un déplacement, reprendre une inspiration la plus courte possible pour s'immerger à nouveau.	Recherche d'une respiration régulière dans le déplacement (tendre vers une inspiration courte et expiration complète).	Se déplacer en respirant régulièrement (inspiration la plus courte possible et expiration la plus complète).	Nager en coordonnant la respiration et les mouvements de bras et de jambes.
Déplacement	Se déplacer avec ou sans matériel sur le ventre ou sur le dos sur au moins 5 m.	Se déplacer sur le ventre ou sur le dos sur une quinzaine de mètres.	Se déplacer sur le ventre et/ou sur le dos sur environ 20 m.	Sur au moins 25 m, enchaîner un déplacement sur le ventre puis sur le dos.	Se déplacer sur le ventre et/ou sur le dos sur 30 m.
Validation dans le cadre d'un enchaînement d'actions type parcours aquatique :	Entrer dans l'eau sans aide, se laisser flotter avec ou sans aide, aller chercher un objet immergé dans l'eau et se déplacer avec ou sans matériel sur le ventre ou sur le dos sur au moins 5 m. proposition de parcours P1	Se déplacer sur une quinzaine de mètres mais aussi s'immerger, se laisser flotter et se déplacer sous l'eau. <i>Compétences attendues à l'issue du cycle des apprentissages fondamentaux (fin de CE1)</i> proposition de parcours P2	Sauter, aller chercher un objet immergé, se déplacer en immersion sur quelques mètres (de 2 à 3 m), réaliser une immobilisation verticale pendant 5 secondes et se déplacer sur 20m avec échanges respiratoires. proposition de parcours P3	Sauter ou plonger, passer sous un obstacle flottant, aller chercher 2 objets immergés espacés de 5 mètres. Poser les objets sur le bord du bassin, se laisser flotter sur le dos et sur le ventre pendant 10 secondes et se déplacer sur 25 m (12,5 m en position dorsale et 12,5 m en position ventrale). proposition de parcours P4	Plonger, se déplacer en immersion et nager, sur le ventre et/ou sur le dos sur 30 m. <i>Compétences attendues à l'issue du cycle des approfondissements (fin de CM2)</i> proposition de parcours P5

Recommandations pour la mise en œuvre des parcours



1^{er} degré du Savoir – Nager :

Un parcours de capacités composé de 5 tâches à réaliser en continuité et sans reprise d'appuis au bord du bassin :

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

Recommandations pour la mise en œuvre des formes de travail proposées

L'enseignement des activités de natation à l'école repose sur un taux d'encadrement défini par cycle d'enseignement.

■ **Pour les élèves de maternelle** : 3 adultes ;

L'enseignant de la classe et deux adultes agréés qualifiés et/ou bénévoles

■ **Pour les élèves du cycle 2 et 3** : 2 adultes ;

L'enseignant de la classe et un adulte qualifié, agréé ou bénévole.

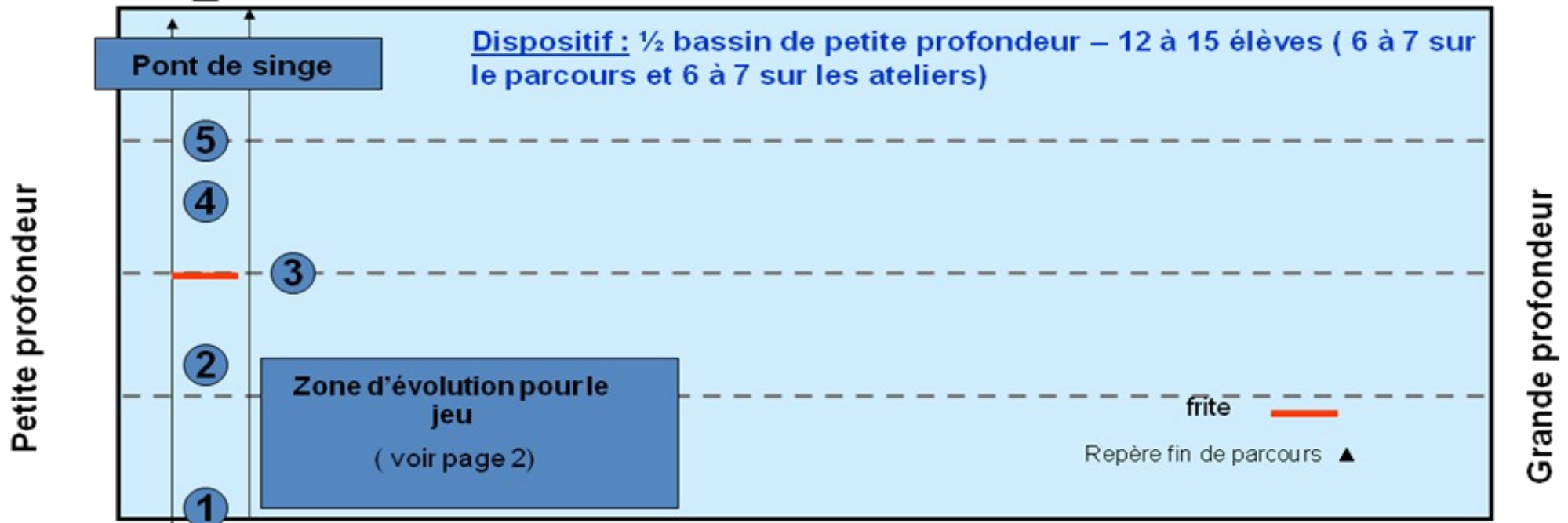
Les classes sont donc réparties en 2 ou 3 groupes de travail selon le cycle d'enseignement.

Les parcours et aménagements proposés ne concernent qu'un groupe de travail.

Ainsi, le ou les autres groupes évoluent dans un espace de travail prévu dans l'organisation générale (livret d'accueil) de la piscine concernée.


Parcours 1 :

Compétences attendues à l'issue d'un 1^{ème} module de 10 à 15 séances



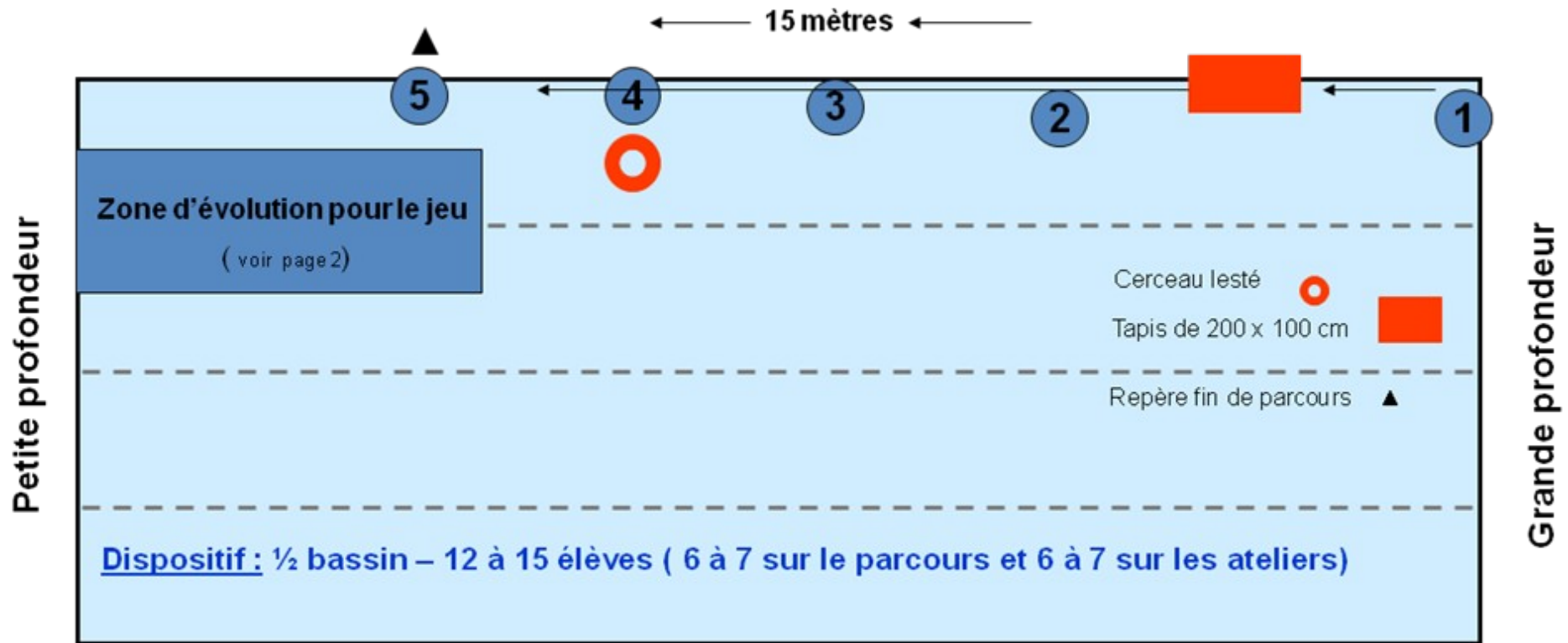
Descriptif du parcours :

- 1: entrée libre dans le bassin
- 2 : déplacement ventral avec ou sans aide (appuis ou non sur le pont de singe)
- 3 : passer sous la frite (tête immergée) ou tête émergée (tête soulevant la frite)
- 4 : Rechercher un objet immergé en petite profondeur (tête immergée) ou rechercher un objet semi-lesté (épaulés dans l'eau) ou toucher l'objet semi-lesté avec ses mains
- 5 : Déplacement ventral ou dorsal, avec ou sans aide, jusqu'au bord opposé

	<h1>Descriptif de l'atelier - Jeu « 1, 2, 3 ...Soleil »</h1>
Dominante :	déplacements (en marchant) et immersions (jusqu'aux épaules).
Matériel à prévoir	
Dispositif :	<p>Les élèves se placent contre le bord du bassin, face au « compteur » qui leur tourne le dos._</p> <p><u>Remarque :</u> Avant de débiter le jeu, donner aux élèves le choix d'une entrée dans l'eau : par l'échelle, en sautant, avec un toboggan...</p>
Consignes :	<ul style="list-style-type: none"> • <u>pour les statues</u> : regagner le bassin opposé sans être éliminé par le « compteur » <i>Pour ne pas être éliminé :</i> 1) être immobile quand le compteur se retourne ou 2) avoir le corps immergé jusqu'aux épaules. • <u>pour le compteur</u> : se placer dos aux statues et comptez jusqu'à 3. Se retourner et annoncez les prénoms des statues éliminées.
Critères de réussite :	<p><u>Pour les statues</u> : traverser le bassin sans être éliminé._</p> <p><u>Pour le compteur</u> : piéger un maximum de statues</p>
Variables :	Pour ne pas être éliminé, mettre la tête dans l'eau et compter jusqu'à 3.
Comportements attendus :	Les élèves ne rencontrent pas d'appréhension pour entrer dans l'eau, se déplacer en marchant et immerger leur corps jusqu'aux épaules.

Parcours 2 :

Evaluation des compétences : fin du cycle des apprentissages fondamentaux
Compétences attendues à l'issue d'un 2^{ème} module de 10 à 15 séances



Descriptif du parcours : (le départ peut se faire en petite ou grande profondeur)

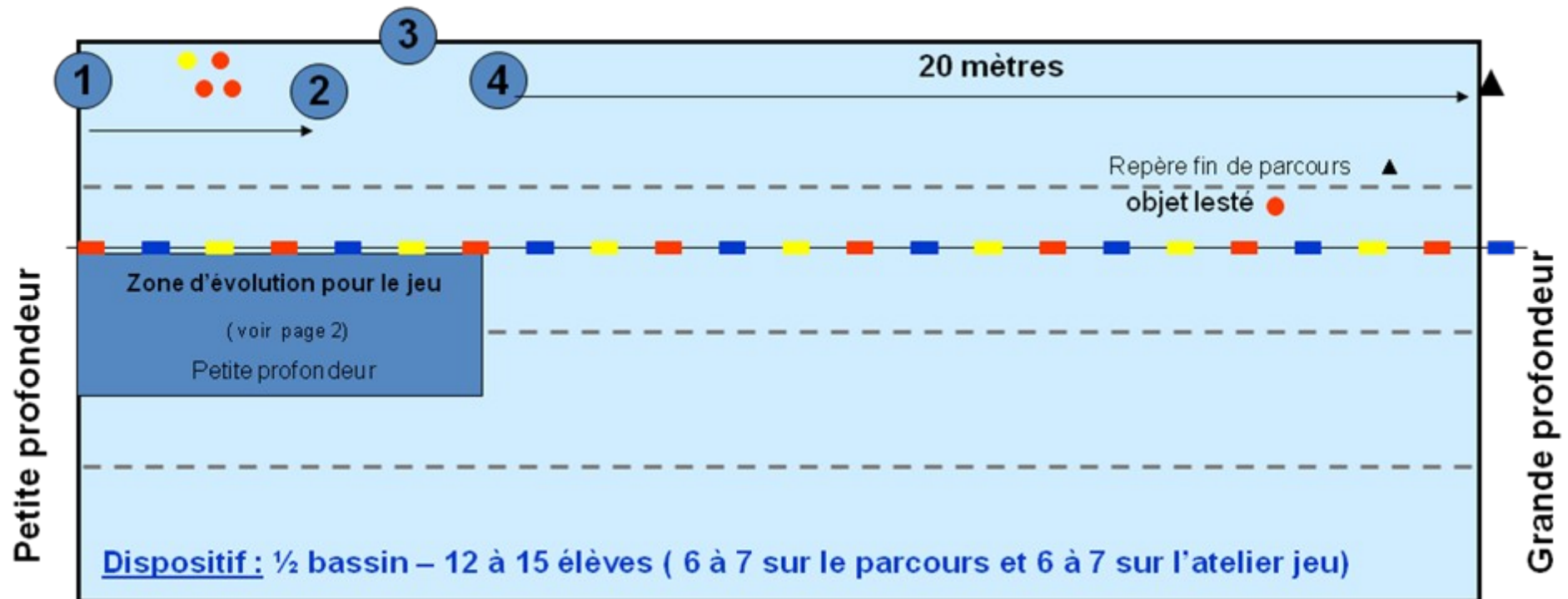
- 1: entrée libre dans le bassin
- 2 : immersion – déplacement sous l'eau (en passant sous le tapis flottant)
- 3 : déplacement sur 15 mètres
- 4: se laisser flotter , sur le ventre ou sur le dos (cerceau servant de repère)

Descriptif de l'atelier - Jeu de la chasse aux trésors

Dominante :	déplacements et immersions.
Matériel à prévoir	<ul style="list-style-type: none"> - Un grand nombre d'objets flottants, d'objets semi-immergés, d'objets lestés de formes et de natures différentes. - paniers, planches, tapis... (coffres à trésors) - des aides à la flottaison (si besoin).
Dispositif :	<ul style="list-style-type: none"> - Des objets lestés et flottants sont placés en quantité suffisante dans le bassin. - des paniers, planches, ou tapis...sont placés sur le bord du bassin et représentent des coffres à trésors. <p>(un tapis flottant, au centre de l'atelier pourrait également être utilisé comme coffre à trésors.) Les élèves sont répartis sur l'ensemble de l'aire de jeu. <i>remarque : Avant de débiter le jeu, donner aux élèves le choix d'une entrée dans l'eau : par l'échelle, en sautant, avec un toboggan...</i> Faire plusieurs parties.</p>
Consignes :	<ul style="list-style-type: none"> - récupérez un seul objet flottant et/ou immergé à la fois et allez le déposer dans un des coffres à trésors, en marchant, en courant, en nageant. (sur le ventre, sur le dos, sous l'eau).
Critères de réussite :	Récupérer au moins 2 objets flottants et/ou immergés pendant une partie.
Variables :	<ul style="list-style-type: none"> - obliger les élèves à changer de coffre à trésors pour chaque objet ramené. - obliger les élèves à ramener un objet lesté puis un objet flottant, puis un objet lesté ... - constituer 2 équipes et déterminer l'équipe qui ramène le plus d'objets sur une partie.
Comportements attendus :	Les élèves proposent différentes formes de déplacement dans l'eau et tentent et/ ou réussissent des immersions.

Parcours 3 :

Compétences attendues à l'issue d'un 3^{ème} module de 7 à 10 séances



Descriptif du parcours :

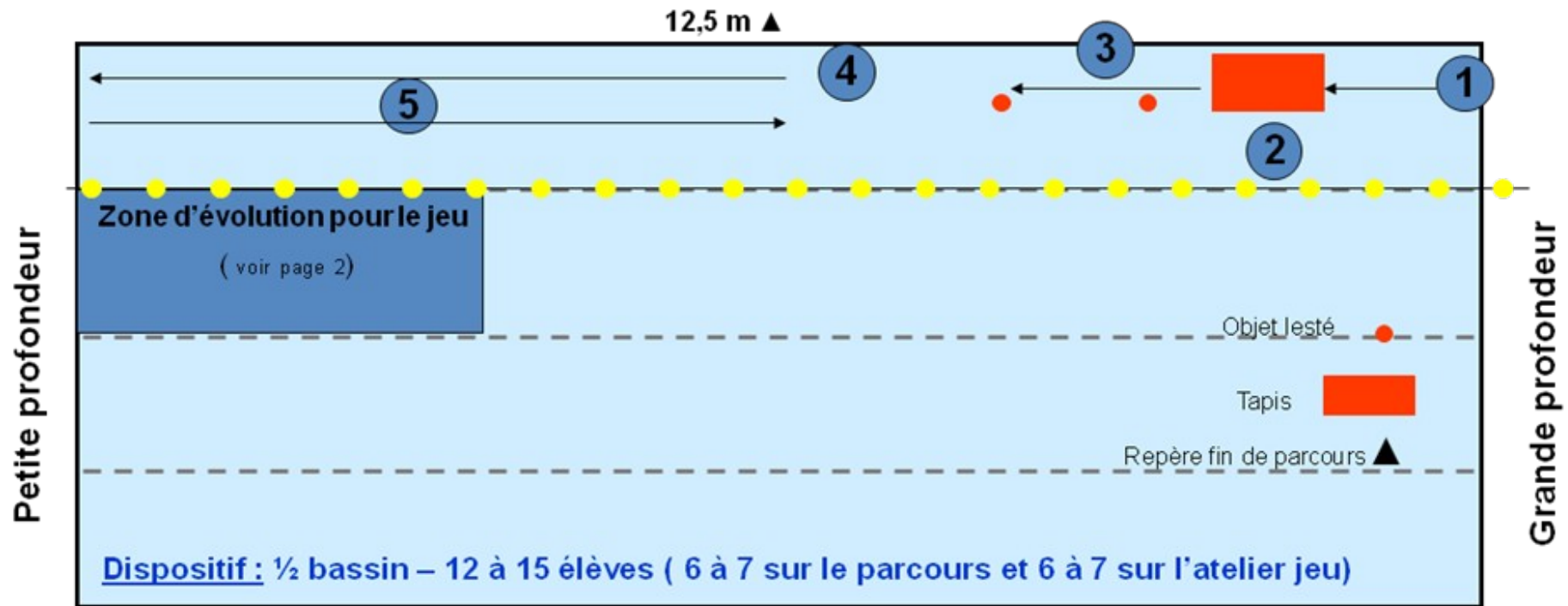
- 1: sauter, aller chercher un objet immergé, ressortir la tête de l'eau et montrer l'objet.
- 2 : se déplacer en immersion sur 2 à 3 mètres
- 3 : se laisser flotter , sur le ventre ou sur le dos pendant 5 secondes
- 4: déplacement sur 20 mètres sur le ventre et/ou sur le dos

Descriptif de l'atelier - Jeu de l'épervier

Dominante :	déplacements, immersions et équilibres horizontaux.
Matériel à prévoir	- des aides à la flottaison (si besoin).
Dispositif :	Les éperviers se placent contre la ligne d'eau, le chasseur contre le bord du bassin._ Faire plusieurs parties.
Consignes :	<p><u>Pour les éperviers</u> : regagner le bord opposé du bassin, en marchant, en courant et/ou en nageant, sans se faire éliminer.</p> <p>Un épervier est éliminé s'il se fait toucher mais peut gagner une immunité en :</p> <ul style="list-style-type: none"> - faisant l'étoile de mer, ventrale ou dorsale, - s'immergeant le corps jusqu'aux épaules - s'immergeant le visage et comptant jusqu'à 3. - nageant sous l'eau. <p><u>pour les chasseurs</u> : toucher un maximum d'éperviers.</p>
Critères de réussite :	<p><u>Pour les éperviers</u> : ne pas se faire toucher par le chasseur.</p> <p><u>Pour les chasseurs</u> : éliminer un maximum d'éperviers.</p>
Variables :	<ul style="list-style-type: none"> - les chasseurs se tiennent par la main - les éperviers évoluent par 2. - les chasseurs se tiennent par la main et forment une barrière à franchir. Pour rejoindre le bord opposé et passer cette « barrière », les éperviers doivent se déplacer sous l'eau.
Comportements attendus :	Les éperviers proposent différents types de déplacements et des équilibres ventraux ou dorsaux.

Parcours 4 :

Compétences attendues à l'issue d'un 4^{ème} module de 7 à 12 séances



Descriptif du parcours :

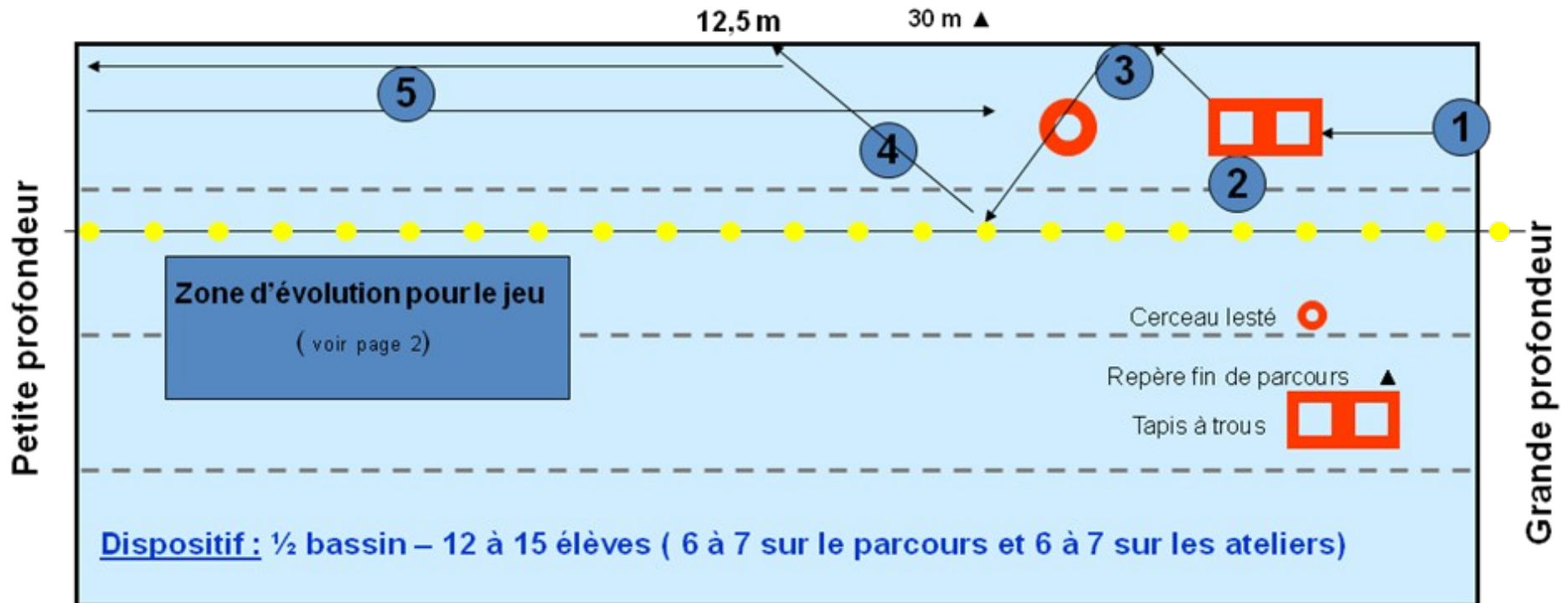
- 1 : sauter ou plonger
- 2 : passer sous un obstacle flottant
- 3 : chercher 1 premier objet immergé, le montrer (en ressortant la tête de l'eau) ; chercher un deuxième objet, le montrer (en ressortant la tête de l'eau).
Espace entre les 2 objets : 3 à 5 m.
- 4 : se laisser flotter sur le dos et sur le ventre pendant 10 secondes
- 5 : se déplacer sur 12,5 m sur le ventre et 12,5 m sur le dos.

Descriptif de l'atelier - Jeu du « nage et grimpe »

Dominante :	déplacements
Matériel à prévoir	Des aides à la flottaison (si besoin).
Dispositif :	Les élèves se déplacent, nagent dans l'aire de jeu. <i>remarque : les élèves peuvent entrer dans l'eau par l'échelle ou en sautant.</i>
Consignes :	- Au signal sonore du maître ou du MNS, regagner le plus vite possible le bord du bassin et s'y assoir. Celui qui est le dernier ou la dernière à s'assoir a un gage mais n'est pas éliminé(e) du jeu. exemples de gages : réaliser le jeu en tenant un objet, réaliser le jeu par binôme...
Critères de réussite :	Ne pas s'assoir sur le bord du bassin le dernier ou la dernière.
Variables :	- si les élèves rencontrent des difficultés, remplacer la consigne « aller s'assoir sur le bord » par « aller toucher le bord du bassin ou une ligne à l'eau ou un objet placé sur le bord du bassin... (prévoir ainsi autant d'objets que d'élèves et transformer la situation en jeu de la chaise musicale) - varier la nature des signaux. (exemple visuel).
Comportements attendus :	Les élèves ne se déplacent pas rapidement mais tentent de trouver des solutions pour ne pas arriver le dernier ou la dernière.

Parcours 5 :

Evaluation des compétences : fin du cycle des approfondissements
Compétences attendues à l'issue d'un 5^{ème} module de 7 à 12 séances



Descriptif du parcours :

- 1: plonger
- 2: ressortir par la tête dans un trou du tapis flottant, tête émergée, tenir un équilibre vertical pendant 10 secondes et retrouver appui au bord du bassin.
- 3: pousser contre le mur et se déplacer en immersion, jusqu'à la ligne d'eau, en passant dans le cerceau lesté
- 4: déplacement sur le dos jusqu'au bord du bassin
- 5: déplacement ventral sur 30 mètres avec virage en posant les 2 mains contre le mur.

Descriptif de l'atelier - Jeu de la « Course à l'australienne »

Dominante :	déplacements
Matériel à prévoir	- Des aides à la flottaison (si besoin).
Dispositif :	<p>Les élèves se placent dans l'eau, contre le bord du bassin ou sur le bord du bassin. Ils nagent dans le sens de la largeur. Les déplacements peuvent se faire : avec les aides à la flottaison en nage ventrale, en nage dorsale, ...au choix des élèves. Le dernier arrivé est éliminé. Faire plusieurs manches et arrêter le jeu lorsqu'il reste environ 2 élèves.</p>
Consignes :	<p>Au signal , plongez ou sautez (en fonction de la profondeur de la zone de travail) pour réaliser un aller et retour en nageant. Le dernier qui rejoint le bord est éliminé.</p>
Critères de réussite :	A l'arrêt du jeu, être toujours en course.
Variables :	<ul style="list-style-type: none"> - éliminer les 3 ou 4 derniers sur chaque manche. - imposer des handicaps en fonctions des compétences des élèves. - associer un bon nageur à un nageur moins confirmé et les obliger à nager ensemble du début à la fin de chaque traversée.
Comportements attendus :	Les élèves utilisent des modes de déplacement différents : déplacements sur le ventre et/ou sur le dos.