

# Prévention des noyades et développement de l'aisance aquatique

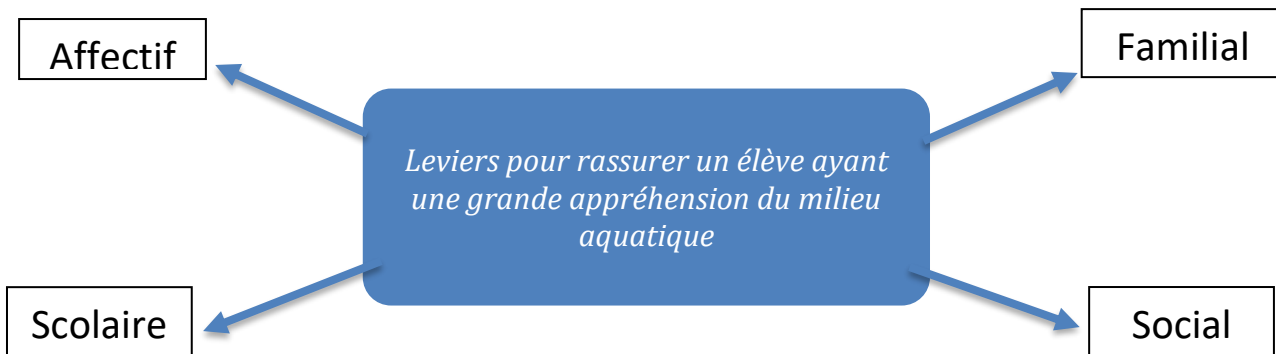
*Document d'aide à la mise en œuvre de l'enseignement de la natation à l'école.*

Niveaux		Observations	Entrée dans l'eau	Immersion / Respiration	Equilibre	Déplacement / Propulsion
<b>PREALABLES</b>						
NIVEAU 0 (douche)	Constat initial	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Pour les élèves qui ne connaissent pas le milieu aquatique, qui ont une peur panique de l'eau.</b> Ils ne descendent pas dans le bassin. Ils manifestent une appréhension à l'entrée dans l'eau. Pour ceux-là l'objectif principal est de les amener à les mettre en confiance, les rassurer et accepter le contact avec l'eau.</li> </ul>				
	Niveau attendu	Chaque tâche peut être effectuée indépendamment ou en enchaînement	Se familiariser avec l'eau	Se mouiller la tête		
NIVEAU 1 (Petite ou moyenne profondeur)	Constat initial	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Pour les élèves qui connaissent peu l'espace aquatique, qui peuvent avoir ou ont peur de l'eau.</b> Ils descendent dans l'eau avec de l'aide (marche, bord, ...), s'immergent jusqu'à la poitrine mais surtout pas la tête. Ils ne quittent pas les appuis de terrien, ils marchent dans l'eau, ils ne prennent appui que sur des supports fixes et évidemment, ils respirent hors de l'eau. Pour ceux-là l'objectif principal est de les amener à quitter les appuis de terriens, mais aussi à prendre plaisir à aller dans l'eau (sensations agréables), à les mettre en confiance.</li> </ul>				
	Niveau attendu	Chaque tâche peut être effectuée indépendamment ou en enchaînement	<a href="#">Entrer dans l'eau en descendant par l'échelle</a>	<a href="#">Immerger partiellement la tête</a>	<a href="#">Se laisser flotter, avec l'aide d'une ou deux frites ou d'un appui stable</a>	<a href="#">Se déplacer sur une quinzaine de mètres dans l'eau, le long du mur, en prenant appui dessus</a>
NIVEAU 2 (petite ou moyenne profondeur)	Constat initial	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Pour les élèves qui ont déjà une connaissance de l'espace aquatique et qui sont moins dans l'appréhension.</b> Ils descendent dans l'eau sans aide, sautent avec ou sans frite en petite profondeur. Ils immergent partiellement la tête mais en gardant des appuis au sol ou au bord en position statique. Ils sont déjà capables, éventuellement, de bloquer leur respiration en immersion. Ils sont capables de quitter momentanément les appuis plantaires et de se déplacer en prenant appui sur des supports fixes. Pour ceux-là l'objectif est de les amener à acquérir une bonne position de flottaison : rechercher l'équilibre en inclinaison et en allongement qui les feront se déplacer en mettant la tête dans l'eau et en faisant l'expérience de l'expiration aquatique (souffler par la bouche).</li> </ul>				
	Niveau attendu	Chaque tâche peut être effectuée indépendamment ou en enchaînement	<a href="#">Entrer dans l'eau en sautant avec aide à la flottaison (frite ou perche)</a>	<a href="#">Immerger totalement la tête, avec un appui instable</a>	<a href="#">Se laisser flotter sans bouger, avec l'aide d'une ou deux frites ou d'un appui stable</a>	<a href="#">Se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans appui au mur, avec une aide à la flottaison (frite, planche, ...)</a>
	Constat initial	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Pour les élèves qui n'ont plus peur de l'eau mais dont l'autonomie n'est pas assurée.</b> Ils sont capables de sauter en moyenne profondeur avec aide (frite, perche, ...). Ils immergent totalement la tête, avec éventuellement des appuis au sol ou au bord, avant et après l'immersion. Ils soufflent dans l'eau, ils expirent par la bouche. Ils se déplacent sur des supports mobiles. Pour ceux-là l'objectif est de les amener à devenir autonome dans leurs déplacements (sans aide à la flottaison) : enchaîner les actions sans reprise d'appuis, tout en alternant l'inspiration aérienne et l'expiration aquatique.</li> </ul>				

<b>NIVEAU 3</b> <b>(moyenne</b> <b>profondeur)</b>	Niveau attendu	Chaque tâche peut être effectuée indépendamment ou en enchaînement	<a href="#">Entrer dans l'eau en sautant sans aide</a>	<a href="#">Se déplacer brièvement sous l'eau pour passer sous un objet flottant</a>	<a href="#">Se laisser flotter un instant, sans bouger, sans aide à la flottaison</a>	<a href="#">Se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui</a>
	Attendus de fin de cycle 2	<b>Evaluation de fin cycle 2 :</b> Tâches à effectuer en enchaînement	Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion.			
NIVEAU 4 (moyenne ou grande profondeur)	Constat initial	<b>• Pour les élèves qui sont déjà autonomes dans l'eau : enchaîner et combiner les actions pour aborder la nage.</b> <i>Ils se déplacent sans aide à la flottaison et il s'agit de développer leur maîtrise du milieu aquatique : c'est à dire perfectionner leur autonomie par un changement de profondeur, d'orientation, de sens des trajets et une réelle vision aquatique.</i>				
	Niveau attendu	Chaque tâche sera effectuée en enchaînement avec au moins une autre (exemple : Se rééquilibrer sur le dos ou sur le ventre en position d'étoile de mer, après une immersion)	<a href="#">Entrer dans l'eau sans aide, en réalisant un saut bouteille</a>	<a href="#">Aller chercher un objet au fond du bassin, avec ou sans aide, en immersion complète</a>	<a href="#">Ils font l'étoile de mer sur le ventre et sur le dos et un équilibre en position verticale, avec éventuellement une reprise d'appui entre chaque équilibre.</a>	<a href="#">Se déplacer sur 20 m, allongé sur le ventre ou sur le dos, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui</a>
	<b>ATTESTATION SCOLAIRE DU PASS-NAUTIQUE</b>	<b>Test du Pass-Nautique</b> Tâches à réaliser	<b>1</b> Effectuer un saut dans l'eau	<b>5</b> franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant	<b>2</b> réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq seconds <b>3</b> réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes	<b>4</b> nager sur le ventre pendant vingt mètres

## PREALABLES

### Une approche individuelle et globale



#### **1. Affectif**

##### a. Relation école-piscine

Des maîtres-nageurs peuvent rencontrer les classes avant le module d'apprentissage natation scolaire. Il s'agit de mieux intégrer la natation scolaire au projet de classe et à l'enseignement de l'EPS par une intervention en direction des élèves et par un échange direct avec les enseignants. Le maître-nageur est à la fois le porte-parole de ses collègues et l'expert qui apporte un éclairage technique et pédagogique.

L'intervention en direction des élèves (30 minutes pendant le temps de classe) aborderait les points suivants :

- Présentation de l'établissement (video, photographies) et des règles en terme d'hygiène et de sécurité.
- Présentation de l'organisation des groupes et des séances.
- Présentation de ce que l'on va faire à la piscine, ce que l'on va utiliser comme matériel.
- Présentation de la première séance.

##### b. Relation enseignant-élève

Avant la première séance, l'enseignant peut demander aux enfants de verbaliser leurs émotions et leurs ressentis.

Les enfants ayant des difficultés à faire émerger leurs émotions peuvent faire parler un tiers (une mascotte, une image, une peluche...)

#### **2. Familial**

Pour favoriser la mise en place des séances de natation, une présentation du projet pédagogique peut être proposée aux familles lors de la réunion de début d'année.

L'intervention pourra aborder les points suivants:

- Présentation du matériel nécessaire (serviette, bonnet)
- Présentation du projet pédagogique et des règles de la piscine (douche, pédiluve, attitude autour du bassin)
- Présentation de la première séance
- Présentation de l'établissement et des moniteurs.

Lors des entretiens individuels avec les familles, en amont des séances, les enseignants peuvent questionner les parents sur:

- les peurs éventuelles des enfants par rapport à cette activité et comment y remédier.
- la relation à l'eau des parents
- la culture à l'eau de l'enfant (est-il déjà allé à la piscine? Se met-il la tête sous l'eau dans la douche? Prend-il un bain ou une douche?)

### **3. Scolaire**

Afin d'aider les élèves à rentrer dans les apprentissages de la natation scolaire, il est important de leur présenter les objectifs de l'aisance aquatique et de la natation scolaire.

Pour aider les élèves à se projeter dans ce nouveau milieu, une lecture d'albums peut être proposée (*cf. liste des albums*) ou la présentation d'un livret d'accueil (*cf. mon carnet de natation*)

### **4. Social**

Pour favoriser l'aisance des enfants dans le milieu aquatique et leur autonomie, il peut être intéressant de leur proposer l'activité assez tard dans l'année (exemple: 3ème trimestre pour les CP)

Pour les élèves en grande difficulté, la nomination d'un tuteur que l'enfant aura choisi peut l'aider à commencer l'activité avec plus de confiance.



## **ENTREE DANS L'EAU**

### **Niveau 0**

<b>Constat initial</b>	<b>Pour les élèves qui ne connaissent pas le milieu aquatique, qui ont une peur panique de l'eau.</b> <b>Ils ne descendent pas dans le bassin. Ils manifestent une appréhension à l'entrée dans l'eau.</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Se familiariser avec l'eau</b>

### **Situations sous la douche**

#### Situations pédagogiques :

Aller sous la douche en mettant une partie du corps : pieds, jambes, bras, fesses, dos, ventre	
Mettre la tête en arrière sous les jets de la douche sans faire toucher les yeux et les oreilles	
S'asperger sous la douche avec différents objets : arrosoir, seau, pistolet à eau, canard de bain...	

## ENTREE DANS L'EAU

### Niveau 1




<b>Constat initial</b>	<b>Pour les élèves qui connaissent peu l'espace aquatique, qui peuvent avoir ou ont peur de l'eau.</b> <b>Ils descendent dans l'eau avec de l'aide (marche, bord, ...)</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Entrer dans l'eau en descendant par l'échelle</b>

### Situations en petite ou moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Descendre dans l'eau avec l'aide de l'adulte
- Entrer seul dans l'eau par les escaliers
- Entrer seul dans l'eau par l'échelle
- Entrer dans l'eau par la rampe pour les personnes à mobilité réduite pour s'immerger progressivement

#### Situations pédagogiques :

Descendre dans le bassin par les marches : debout, assis, par 2 en se donnant la main.	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Assis au bord du bassin et entrer dans l'eau avec l'aide d'un adulte (en tenant la main, une perche, une frite).</li><li>• Accroupi au bord (en tenant la main, une perche, une frite).</li><li>• En glissant sur le tapis, en marchant.</li><li>• Allonger sur le ventre</li></ul>	
Descendre par l'échelle en arrière.	

Situations de jeux :

<b><i>Situation 1 : « J'appelle un copain »</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Entrer dans l'eau librement en appelant un camarade qui y entre à son tour et ainsi de suite.
<b>CONSIGNES</b>	A l'appel de son prénom, entrer dans l'eau par l'échelle, avec ou sans l'aide de l'adulte, en marche avant ou marche arrière. Une fois immergé, annoncer à son tour le prénom d'un camarade.
<b>DÉROULEMENT</b>	Les élèves sont en ligne au bord du bassin, attendant d'être appelés par leur camarade.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Les élèves acceptent de s'immerger en rentrant par l'échelle, sans l'aide de l'adulte si possible.
<b>MATÉRIEL</b>	L'échelle
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Faire une entrée identique à celle de l'élève qui appelle</li><li>- Faire obligatoirement une entrée différente de la précédente</li><li>- Appeler et demander une manière d'entrer dans l'eau</li></ul>

<b><i>Situation 2 : Le sauvetage</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Rentrer dans l'eau pour aller sauver un objet flottant
<b>CONSIGNES</b>	A la demande de l'enseignant, entrer dans l'eau par l'échelle, le bord, les escaliers pour aller chercher un objet flottant et le ramener au bord.
<b>DÉROULEMENT</b>	Les élèves sont au bord de l'eau et attendent d'être appelés par l'adulte.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	L'entrée dans l'eau annoncée par l'enseignant est respectée, l'objet est ramené au bord.
<b>MATÉRIEL</b>	Objets flottants
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Entrée dans l'eau choisie par l'élève : escalier (en se tenant ou non à la rampe), échelle, bord.</li><li>- En situation de jeu : faire des groupes pour entrer dans l'eau et récupérer des objets. Chaque type d'entrée apporte un certain nombre de points.</li></ul>

<b><i>Situation 3 : Le crocodile</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Rentrer dans l'eau de manière allongée.
<b>CONSIGNES</b>	Au signal de l'enseignant, entrer dans l'eau par le bord sur un tapis, sur le ventre en se déplaçant à l'aide des mains.
<b>DÉROULEMENT</b>	Les élèves sont au bord de l'eau et attendent d'être appelés : ils entrent dans l'eau en partant du tapis
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	L'élève est en position allongée sur le ventre.
<b>MATÉRIEL</b>	Tapis flottant pour s'allonger sur le bord
<b>VARIABLES</b>	Entrer dans l'eau par les marches de l'escalier.

# ENTREE DANS L'EAU

## Niveau 2





<b>Constat initial</b>	Pour les élèves qui ont déjà une connaissance de l'espace aquatique et qui sont moins dans l'appréhension.  Ils descendent dans l'eau sans aide, sautent avec ou sans frite en petite profondeur.
<b>Niveau attendu</b>	Entrer dans l'eau en sautant avec aide à la flottaison (frite ou perche)

### Situations en petite ou moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Entrer dans l'eau depuis le bord du bassin (en position **assise**) avec aide à la flottaison.
- Entrer dans l'eau depuis le bord du bassin (**debout**) avec aide à la flottaison.

#### Situations pédagogiques :

Debout au bord, entrer dans l'eau avec l'aide d'un adulte (en tenant la main, une perche, une frite).	
Sauter dans l'eau avec l'aide de la perche.	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sauter dans l'eau en saisissant une perche tendue au-dessus de l'eau ou en saisissant une perche tenue à la surface de l'eau.</li><li>• Variante : en attrapant une frite tenue par l'adulte ou en attrapant une frite posée sur l'eau.</li></ul>	
Entrer dans l'eau en glissant sur le petit toboggan avec :  - une frite ou une planche,  - sur le dos,  - sur le ventre,  - tête en avant si la profondeur est suffisante.	

Situations de jeux :

<b><i>Situation 1 : Le défi des nageurs</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Entrer comme son partenaire
<b>CONSIGNES</b>	Chacun son tour propose et montre un mode d'entrée dans l'eau différent. Les autres élèves du groupe doivent réaliser la même entrée les uns après les autres. On gagne un point quand on réalise le défi.
<b>DÉROULEMENT</b>	Former des groupes d'élèves.  Exemples d'entrées possibles : sauter dans le cerceau, sauter dans un tapis percé, roulade sur le tapis, chute dans l'eau, ....
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Nombre de points
<b>MATÉRIEL</b>	Toboggan, cerceaux, tapis, tapis percé
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Varier la profondeur</li><li>- Défi entre deux groupes</li><li>- Donner des contraintes spécifiques : entrer par les mains, hauteur de l'entrée dans l'eau (bord, marches, plot de départ...)</li></ul>

<b><i>Situation 2 : « Le filet de pêche »</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Au signal, entrer dans l'eau afin de s'emparer d'un objet flottant
<b>CONSIGNES</b>	Au signal, entrer dans l'eau en sautant avec sa frite sous les bras pour ramener un objet flottant
<b>DÉROULEMENT</b>	Les élèves sont en ligne, au bord du bassin. Chaque élève a un objet flottant face à lui, une frite sous les bras
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Sauter dans l'eau (avec la frite sous les bras) pour ramener un objet flottant
<b>MATÉRIEL</b>	Une frite par élève  Un objet flottant par élève, positionné à 1m du bord
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- augmenter la profondeur</li><li>- imposer une entrée dans l'eau</li><li>- instaurer ce jeu en équipe, sous forme de relais par exemple</li><li>- sauter avec une perche pour les élèves plus en difficulté</li></ul>

**Situation 3 : « Le numéro »**

<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Entrer dans l'eau le premier à l'appel de son numéro.
<b>CONSIGNES</b>	A l'appel de leur numéro, les enfants sautent dans l'eau.
<b>DÉROULEMENT</b>	2 équipes s'affrontent l'une en face de l'autre. Donner un numéro à chaque élève.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Entrée dans l'eau.
<b>MATÉRIEL</b>	Aucun
<b>VARIABLES</b>	- Imposer une manière d'entrer dans l'eau - Changer la position de départ : à genoux, assis, debout

# ENTREE DANS L'EAU

## Niveau 3

**Niveau 3 : niveau attendu en  
fin de cycle 2**



<b>Constat initial</b>	Pour les élèves qui n'ont plus peur de l'eau mais dont l'autonomie n'est pas assurée.  Ils sont capables de sauter en moyenne profondeur avec aide (frite, perche, ...).
<b>Niveau attendu</b>	Entrer dans l'eau en sautant sans aide

### Situations en moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Entrer dans l'eau depuis le bord du bassin (en position **assise**) sans aide à la flottaison
- Entrer dans l'eau depuis le bord du bassin (**debout**) sans aide à la flottaison

#### Situations pédagogiques :

<ul style="list-style-type: none"><li>• Sauter du bord, en moyenne profondeur.</li><li>• Sauter pour attraper une frite dans l'eau, du bord puis du plot.</li></ul>	
Courir sur un tapis fin pour entrer dans l'eau.	

Situations de jeux :

<b><i>Situation 1 : Le jeu de cartes</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Réaliser l'entrée dans l'eau selon la consigne indiquée sur les cartes. Apporte des points à son équipe.
<b>CONSIGNES</b>	Dans chaque équipe, chacun votre tour, vous allez piocher une carte action et une carte exigence. L'entrée dans l'eau que vous effectuerez permettra d'apporter un certain nombre de points.
<b>DÉROULEMENT</b>	Deux équipes différentes. Un élève de chaque équipe choisi une carte apportant 1, 2, 3 ou 4 points et une seconde qui apporte un bonus de 1 ou 2 points. S'il réussit le saut, il apporte un nombre de point à l'équipe. A la fin on compte le nombre de point de chaque équipe.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Réaliser une entrée dans l'eau qui permet de rapporter un maximum de points.
<b>MATÉRIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">2 jeux de cartes Actions - Exigences</a></li> <li>- toboggan</li> <li>- tapis</li> <li>- cerceaux</li> <li>- Perche</li> <li>- frite</li> </ul>
<b>VARIABLES</b>	Varié le nombre de cartes proposées par groupe. Proposer le jeu en binôme.

**Les points des cartes:**

Cartes « action »		Cartes « exigence »			
Toboggan	1 point	Par les pieds	+ 1	Par la tête	+ 2
Tapis	1 point	Avec éclaboussure	+ 1	Dans un cerceau	+ 2
Bord avec perche	2 points	En avant	+ 1	Sans éclaboussure	+ 2
Bord sans perche	3 points			Sous une ligne d'eau	+ 2
Bord du plot	4 points			Loin derrière une frite	+ 2
Plot	5 points			An arrière	+ 2

<b><i>Situation 2 : « le saut en longueur » :</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Entrer dans l'eau en sautant le plus loin possible, au-dessus de la frite qui flotte à la surface.
<b>CONSIGNES</b>	Chacun son tour, sauter dans l'eau de plus en plus loin au-dessus de la frite.  Sauter par-dessus les 3 frites, plus ou moins éloignées du bord
<b>DÉROULEMENT</b>	En file indienne, devant les deux ou trois zones de saut, les élèves sautent chacun leur tour. L'élève qui vient de sauter tient la frite pour le camarade suivant.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Sauter loin et passer au-dessus de la frite. Savoir ajuster son saut en fonction de la zone choisie.
<b>MATÉRIEL</b>	3 frites
<b>VARIABLES</b>	Attraper un objet flottant derrière la frite au moment de l'entrée dans l'eau.

# ENTREE DANS L'EAU

## Niveau 4

### Niveau 4 : niveau attendu pour passer le Pass-Nautique




Constat initial	Entrer dans l'eau en sautant sans aide à la flottaison
Niveau attendu	Entrer dans l'eau en roulant sur un tapis ou en se laissant glisser tête la première sur un toboggan

### Situations en moyenne ou grande profondeur

#### Éléments de progression:

- Entrer dans l'eau en sautant, roulant, glissant, de différentes façons en moyenne profondeur
- Entrer dans l'eau en sautant, roulant, glissant, de différentes façons sans aide en grande profondeur

#### Situations pédagogiques:

Entrer dans l'eau en sautant d'un tapis sans aide à la flottaison.	
Entrer dans l'eau par le toboggan, la tête la première, sans aide à la flottaison.	
Entrer dans l'eau en sautant du bord en grande profondeur, sans aide à la flottaison.	

Situations de jeux:

<b><i>Situation 1 : Le phoque</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Entrer dans l'eau en glissant sur un toboggan Contrôler son immersion.
<b>CONSIGNES</b>	Glisser allongé sur le dos et pieds en avant, sur le toboggan pour entrer dans l'eau. Attraper la planche pour finir le parcours avec des battements de pieds.
<b>DEROULEMENT</b>	Parcours à réaliser individuellement, par petit groupe.
<b>MATERIEL</b>	1 toboggan 1 planche par élève 1 ligne d'eau pour indiquer la fin du parcours
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Réussir à attraper la planche après la glissade
<b>VARIABLES</b>	Distance à parcourir Varier les mouvements des jambes pendant le déplacement en position ventrale

<b><i>Situation 2 : Le cirque aquatique</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLÈVE</b>	Entrer dans l'eau en glissant sur un toboggan puis sur un tapis Contrôler son immersion.
<b>CONSIGNES</b>	Glisser la tête la première, sur le toboggan pour entrer dans l'eau et attraper la planche pour finir le parcours avec des battements de pieds. Sortir du bassin. Entrer à nouveau dans l'eau par un tapis en roulade avant. Attraper la planche pour finir le parcours avec des battements de pieds.
<b>DEROULEMENT</b>	Course / 2 groupes de 5 élèves
<b>MATERIEL</b>	- toboggan - tapis - 1 planche par élève - 1 ligne d'eau pour indiquer la fin du parcours
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Réaliser correctement l'entrée en enchaînant le parcours.
<b>VARIABLES</b>	Distance à parcourir Varier les mouvements des jambes pendant le déplacement en position dorsale



# IMMERSION

## Niveau 0

<b>Constat initial</b>	<b>Pour les élèves qui ne connaissent pas le milieu aquatique, qui ont une peur panique de l'eau.</b> <b>Ils ne descendent pas dans le bassin. Ils manifestent une appréhension à l'entrée dans l'eau.</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Se mouiller la tête</b>

### Situations sous la douche

#### Situations pédagogiques :

Aller sous la douche en mettant une partie de la tête : l'arrière de la tête, les cheveux, le visage (en se bouchant le nez si besoin)	
Faire des allers-retours sous la douche	
S'asperger le visage avec différents objets : arrosoir, seau, pistolet à eau, canard de bain...	

# IMMERSION

## Niveau 1






<b>Constat initial</b>	<b>Pour les élèves qui connaissent peu l'espace aquatique, qui peuvent avoir ou ont peur de l'eau. Ils s'immergent jusqu'à la poitrine mais surtout pas la tête, ils respirent hors de l'eau.</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Immerger partiellement la tête</b>

### Situations en petite ou moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Accepter de s'arroser ou se faire arroser.
- Aller chercher un objet où l'enfant a l'eau jusqu'au menton.
- Immerger la tête (avec des lunettes) en bloquant la respiration.

#### Situations pédagogiques:

Prendre de l'eau au creux de ses mains et souffler dans ses mains pour faire des bulles.	
Faire des bulles dans l'eau en utilisant une paille.	
Souffler sur une balle de tennis de table pour la faire se déplacer sur l'eau.	
Immerger brièvement la tête en se tenant au mur	
Pousser un ballon avec différentes parties de la tête.	

Situations de jeux :

<b><i>Situation 1 : Les baleines</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Souffler sur une balle pour la faire déplacer sur l'eau.
<b>CONSIGNES</b>	Au signal de l'enseignant, les élèves soufflent sur la balle
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves se déplacent d'un bord à l'autre de la piscine en marchant tout en soufflant sur la balle.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Souffler sur la balle sans la tenir avec les mains.
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Balles de tennis de table</li><li>- Balles flottantes</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se déplacer en courant</li><li>- Nombre de balles par élèves</li><li>- Proposer un relais</li></ul>

<b><i>Situation 2 : L'otarie</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer avec un ballon
<b>CONSIGNES</b>	Au signal de l'enseignant, les élèves se déplacent en poussant un ballon avec la tête
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves se déplacent d'un bord à l'autre de la piscine en marchant tout en déplaçant le ballon avec la tête
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Pousser le ballon avec les mains sans le toucher avec les mains
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ballons flottant</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Les parties du corps pouvant toucher le ballon (coude, pied, genou, ventre...)</li><li>- Proposer un relais</li></ul>

# IMMERSION

## Niveau 2



<b>Constat initial</b>	<b>Pour les élèves qui ont déjà une connaissance de l'espace aquatique et qui sont moins dans l'appréhension. Ils immergent partiellement la tête mais en gardant des appuis au sol ou au bord en position statique. Pour cela ils bloquent, éventuellement, leur respiration en immersion.</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Immerger totalement la tête, avec un appui instable.</b>

### Situations en petite ou moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Immerger totalement la tête, avec ou sans appui avec matériel.
- Immerger totalement la tête, avec ou sans appui à partir de jeux.
- Immerger totalement la tête pour franchir un obstacle.

#### Situations pédagogiques :

Immerger brièvement la tête pour passer sous un objet en soufflant dans l'eau.	
Immerger la tête pour crier dans l'eau.	
Souffler dans l'eau pour faire des bulles	
En tenant le bord du bassin, garder la tête sous l'eau en soufflant dans l'eau le plus longtemps possible.	

Situations de jeux :

<b><u>Situation 1 : La frite circulaire</u></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Immerger totalement la tête
<b>CONSIGNES</b>	Mettre la tête sous l'eau au passage de la frite.
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves sont en ronde dans un bassin de petite profondeur. Un élève ou l'enseignant fait tourner une frite à la surface de l'eau. Les élèves s'immergent pour ne pas être touchés par la frite.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Ne pas se faire toucher par la frite.
<b>MATERIEL</b>	Frites Lunettes
<b>VARIABLES</b>	Vitesse de rotation de la frite. Nombre de frites

<b><u>Situation 2 : Les crevettes dans le filet</u></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Immerger totalement la tête
<b>CONSIGNES</b>	Un groupe d'élèves joue le rôle du filet : « Vous devez former une ronde, écarter les jambes et le bras. Cette ronde représente un filet. Vous devez laisser les crevettes sortir » Un groupe d'élèves joue les crevettes : « Vous êtes des crevettes prises au piège dans un filet. Vous devez en sortir le plus vite possible. »
<b>DEROULEMENT</b>	Les crevettes sont dans le filet (ronde) et veulent en sortir le plus vite possible. Le filet est toujours ouvert (bras et jambes écartés) et compte tout haut pour savoir en combien de temps toutes les crevettes ont réussi à sortir. Il ne faut pas empêcher les crevettes de sortir pour l'instant
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Les élèves sortent tous du filet.
<b>MATERIEL</b>	Aucun
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hauteur des bras</li><li>- Profondeur du bassin</li><li>- Comportement du filet (possibilité de bloquer légèrement les crevettes)</li></ul>

<b><u>Situation 3 : Les îles</u></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Immerger totalement la tête
<b>CONSIGNES</b>	Au signal, aller se placer dans un cerceau sans le toucher.
<b>DEROULEMENT</b>	Des cerceaux sont disposés à la surface de l'eau. Les élèves se déplacent dans le bassin librement. Au signal de l'enseignant, ils doivent tous entrer dans un cerceau différent.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Les élèves entrent dans le cerceau sans le toucher.
<b>MATERIEL</b>	Cerceaux
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- La taille du cerceau.</li><li>- L'emplacement des cerceaux.</li><li>- Le nombre de cerceaux.</li></ul>

# IMMERSION

## Niveau 3 : niveau attendu en fin de cycle 2



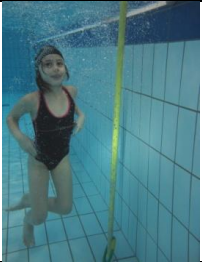


<b>Constat initial</b>	Les élèves immergent totalement la tête avec éventuellement des appuis au sol ou au bord, avant ou après l'immersion. Ils soufflent dans l'eau et expirent par la bouche.
<b>Niveau attendu</b>	Se déplacer brièvement sous l'eau pour passer sous un objet flottant.

### Situations en moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Se déplacer brièvement sous l'eau pour passer sous un objet flottant ;
- S'asseoir au fond de l'eau en soufflant, seul ou avec un camarade ;

#### Situations pédagogiques :

Se cacher totalement pendant 5 secondes sous un objet flottant.	
Se déplacer dans la cage à écureuils en s'aidant des barreaux.	
Descendre le long d'une perche et la lâcher pour se laisser remonter.	
Descendre le long d'une perche, la lâcher pour aller saisir une perche voisine et remonter le long de cette dernière.	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Passer dans le tapis à trou.</li><li>• Traverser le tapis à trou.</li><li>• Passer sous un tapis.</li></ul>	

Situations de jeux :

<b><i>Situation 1: Le Tunnel</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Immerger totalement la tête
<b>CONSIGNES</b>	Des cerceaux représentant des tunnels sont disposés à différentes hauteurs. Il faut passer à travers
<b>DEROULEMENT</b>	Différents cerceaux lestés sont disposés dans l'eau ou tenus par le PE ou le MNS. Les élèves réalisent un parcours en essayant de passer dans le plus de « tunnels » possibles.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Les élèves acceptent de passer dans les cerceaux. La tête est immergée.
<b>MATERIEL</b>	Cerceaux lestés ou cerceaux classiques tenus par personnel agréé
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hauteur des cerceaux</li><li>- Nombre de cerceaux</li><li>- Profondeur du bassin</li></ul>

<b><i>Situation 2: l'anneau de la grenouille</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Récupérer un anneau situé à la cheville d'un camarade.
<b>CONSIGNES</b>	Récupérer l'anneau de la grenouille avec les mains.
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves sont placés en binômes. Un élève, la grenouille, passe un anneau à la cheville et se tient au bord. L'autre camarade s'immerge et récupère l'anneau.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	L'élève a récupéré l'anneau.
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Lunettes</li><li>- Anneaux.</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Profondeur de l'anneau.</li><li>- Hauteur de l'anneau sur la jambe</li></ul>

<b><i>Situation 3: Le Jacuzzi</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Faire le plus de bulles possibles au fond du bassin
<b>CONSIGNES</b>	Les élèves, par groupe de 2 à 4, doivent s'asseoir au fond du bassin et faire le plus de bulles possibles.
<b>DEROULEMENT</b>	En fonction du niveau des élèves, ces derniers descendent au fond du bassin (avec ou sans aide matériel) pour s'asseoir et faire des bulles.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Les élèves s'immergent et soufflent dans l'eau (présence de bulles)
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Lunettes</li><li>- Perche</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Profondeur du bassin</li><li>- Des élèves observateurs peuvent compter le nombre de bulles</li></ul>

# IMMERSION

## Niveau 4

### Niveau 4 : niveau attendu pour passer le Pass-Nautique







<b>Constat initial</b>	<b>Pour les élèves qui sont déjà autonomes dans l'eau : enchaîner et combiner les actions pour aborder la nage. Développer leur maîtrise du milieu aquatique : c'est à dire perfectionner leur autonomie par un changement de profondeur, d'orientation et une réelle vision aquatique.</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Aller chercher un objet au fond du bassin, avec ou sans aide, en immersion complète.</b>

### Situations en moyenne ou grande profondeur

#### Éléments de progression :

- Immerger totalement la tête
- Se déplacer brièvement sous l'eau et aller vers le fond
- Souffler partiellement dans l'eau
- Se déplacer sur une plus grande distance sous l'eau en soufflant dans l'eau

#### Situations pédagogiques :

Descendre le long de l'échelle de plus en plus bas et toucher les barreaux progressivement avec une partie du corps (mains, coudes, fesses, genoux, pieds...)	
Aller chercher un objet immergé au fond du bassin en tenant le bord ou l'échelle.	
Descendre le long d'une perche et remonter l'anneau qui s'y trouve au pied	
Sauter dans l'eau avec un anneau, l'enfiler dans la perche et le remonter le long	
Descendre le long d'une perche oblique tête la première	
D'un tapis ou de la cage à écureuils, aller chercher un objet à 1,20m de profondeur sans aide	

Situations de jeux :

<b><i>Situation 1 : LES CHASSEURS DE TRESOR</i></b>	
<b>BUT DE L'ELEVE</b>	Se déplacer sous l'eau pour ramasser un objet. L'élève apporte un point à son équipe si l'objet est déposé dans le coffre.
<b>CONSIGNES</b>	« Vous devez récupérer le plus de trésors possibles et les ramener dans votre coffre. »
<b>DEROULEMENT</b>	2 équipes sont constituées, divers objets sont dispersés au fond du bassin. Chaque équipe possède un coffre matérialisé sur le bord du bassin. Au signal, les élèves tentent de récupérer les objets posés au fond.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Tous les objets sont récupérés.
<b>MATERIEL</b>	Objets à récupérer (anneaux etc...)
<b>VARIABLES</b>	Distance à parcourir Profondeur de l'objet Nombre de joueurs par équipe Nombre d'objets

<b><i>Situation 2 : LES PERLES</i></b>	
<b>BUT DE L'ELEVE</b>	Récupérer les perles (représentées par des anneaux par exemple) et les rapporter à la surface.
<b>CONSIGNES</b>	« Beaucoup d'objets sont au fond de la piscine. Certains d'entre eux sont des perles d'une valeur inestimable. A l'aide de la perche, ou non, vous devrez récupérer ces perles. Les perles sont jaunes »
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves sont au bord du bassin. Plusieurs anneaux sont dispersés au fond. Lorsque l'enseignant le demande, ils vont chercher les anneaux de la couleur annoncée.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Les bons anneaux sont rapportés (bonne vision aquatique)
<b>MATERIEL</b>	Anneaux de différentes couleurs Perche (ou cage ludique) pour les élèves en difficulté
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Nombre d'anneaux</li><li>- Profondeur du bassin</li><li>- Emplacement des anneaux par rapport au bord</li><li>- Temps laissé aux élèves pour accomplir la tâche</li></ul>

<b><i>Situation 3 : LE BERET AQUATIQUE</i></b>	
<b>BUT DE L'ELEVE</b>	A l'appel du numéro, l'élève doit être le plus rapide pour récupérer un objet immergé.
<b>CONSIGNES</b>	Lorsque l'élève entend son numéro, il se déplace rapidement vers l'objet et s'immerge pour le récupérer avant son adversaire.
<b>DEROULEMENT</b>	2 équipes sont constituées et disposées face à face. Un objet lesté est placé à égale distance des deux équipes. Chaque élève possède un numéro.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Gagner plus de points que l'équipe adverse.
<b>MATERIEL</b>	Objets à récupérer (anneaux)
<b>VARIABLES</b>	Distance à parcourir Profondeur de l'objet Nature de l'objet.

# EQUILIBRE

## Niveau 1






<b>Constat initial</b>	<b>Les élèves ne quittent pas les appuis de terriens, ils marchent dans l'eau, ils ne prennent appui que sur des supports fixes.</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Accepter de s'allonger quelques secondes, avec l'aide d'une ou deux frites ou d'un appui stable.</b>

### Situations en petite ou moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Rester accroché au mur en réduisant progressivement le nombre d'appuis
- Accepter de lâcher les mains du mur.
- Accepter de se laisser tracter par un camarade.
- S'accrocher à un objet flottant (frite, planche,...) en retirant progressivement les appuis plantaires.

#### Situations pédagogiques :

<p>En très petite profondeur (pataugeoire, marches), se déplacer à plat ventre en appuis sur les avant-bras ou les mains et le menton dans l'eau (« le crocodile »).</p>	
<p>S'allonger à plusieurs sur un grand tapis en position ventrale et dorsale.</p>	
<p>S'allonger sur le ventre sur le bord du bassin avec les pieds dans l'eau / en se tenant : à la goulotte - à une perche - à une ligne d'eau. S'allonger sur le dos avec l'aide d'un camarade ou d'un adulte.</p>	 
<p>Sur le ventre : se laisser tirer par un adulte / un camarade par les 2 mains / avec une main / avec une planche, avec une perche. Sur le dos : se laisser tirer par un adulte / un camarade par les 2 mains / avec une main / avec une planche, avec une perche.</p>	

S'allonger à l'aide d'une ou deux planches.



Situations de jeux :

***Situation 1: 1, 2, 3 PLOUF***

<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer le plus rapidement pour aller toucher le mur
<b>CONSIGNES</b>	Se déplacer et s'arrêter en équilibre quand le meneur se retourne.
<b>DEROULEMENT</b>	Chaque élève part avec un objet flottant, se déplace pour rejoindre le bord opposé et s'équilibre quand le meneur se retourne pendant 3 secondes mais sans reprise d'appui : sinon il retourne au départ.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	S'équilibrer verticalement ou horizontalement, sans reprise d'appui
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ballons</li><li>- Frites</li><li>- Planches</li><li>- Flotteurs</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Varier le matériel : ne pas reprendre le même objet.</li><li>- Varier les dimensions de l'espace</li></ul>

***Situation 2: Jacques a dit***

<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Immerger la tête
<b>CONSIGNES</b>	Quand un camarade désigné (ou PE ou MNS) annonce « Jacques a dit », il faut appliquer la consigne donnée.
<b>DEROULEMENT</b>	Le PE ou un élève donne une succession de tâches à accomplir. Elles ne doivent être réalisées qu'à l'annonce du « Jacques a dit ».
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Les élèves immergent la tête lorsque Jacques le demande
<b>MATERIEL</b>	Lunettes de piscine pour chaque élève
<b>VARIABLES</b>	Nommer différentes actions incitant l'élève à mettre la tête sous l'eau

# EQUILIBRE

## Niveau 2




<b>Constat initial</b>	<b>Les élèves quittent momentanément les appuis plantaires et se déplacent en prenant appui sur des supports fixes.</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Se laisser flotter sans bouger, avec l'aide d'une ou deux frites ou d'un appui stable.</b>

### Situations en petite ou moyenne profondeur

#### Eléments de progression :

- En binôme, je tiens les mains de mon camarade qui est debout, immobile ; je passe d'une position ventrale à une position en boule.
- Sur le ventre, je prends appuis bras tendus sur le bord de la goulotte et je laisse remonter mes jambes avec gainage du corps pour sentir l'horizontalité.
- Idem mais je lâche progressivement l'appui en écartant les bras du corps.
- Je me tiens à la verticale à l'aide d'une frite sous chaque bras.
- Je m'allonge sur le ventre avec deux frites, puis une.
- Je m'allonge sur le dos en prenant appui sur deux planches, puis une.
- Je traverse le bassin en utilisant une ligne d'eau tendue au ras de l'eau.

#### Situations pédagogiques :

Se tenir à un camarade en faisant la planche ventrale	
Faire l'étoile ventrale en se tenant au bord du bassin.	
Faire l'étoile de mer en tenant une frite	

Situations de jeux :

<b><i>Situation 1: La course aux bateaux</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se laisser tirer par son camarade.
<b>CONSIGNES</b>	Tirer le bateau pour se déplacer dans le bassin.
<b>DEROULEMENT</b>	Par groupe de 2, l'élève qui tire (= le moteur du bateau) se déplace dans le bassin en tenant son camarade (= le bateau) par les mains, les bras, une frite placée sous les aisselles, une planche...
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	S'allonger à l'horizontale : sur le dos et/ou le ventre
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frite</li> <li>- Planche</li> </ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bateau : flottaison sur le ventre, sur le dos.</li> <li>- Course de chars</li> </ul>

<b><i>Situation 2: L'île flottante</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer en s'allongeant le long du mur et en se tenant d'une seule main pour déplacer la planche (=île) d'un point A au point B.
<b>CONSIGNES</b>	Tenir d'une main le bord du bassin et de l'autre une planche.
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves partent du point A, se déplacent les uns derrière les autres et sortent de l'eau une fois arrivés au point B. Ils retournent en marchant sur le bord de la piscine vers le point A et recommencent le parcours.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Se déplacer en s'allongeant sur le ventre.
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Une planche</li> <li>- Des plots : un pour signaler le départ, un pour signaler l'arrivée et un intermédiaire pour déclencher le départ de l'élève suivant.</li> </ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Changer le sens de circulation et la main d'appui au mur</li> <li>- Relais.</li> </ul>

<b><i>Situation 2: Jacques a dit</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Tenir en position verticale
<b>CONSIGNES</b>	Quand un camarade désigné (ou PE ou MNS) annonce « Jacques a dit », il faut appliquer la consigne donnée.
<b>DEROULEMENT</b>	Le PE ou un élève donne une succession de tâches à accomplir. Elles ne doivent être réalisées qu'à l'annonce du « Jacques a dit ».
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Les élèves restent en position verticale quelques secondes lorsque Jacques le demande (« Levez un pied / levez les deux pieds et tenez quelques secondes »).
<b>MATERIEL</b>	Lunettes de piscine pour chaque élève. 2 frites par élève.
<b>VARIABLES</b>	Nommer différentes actions incitant l'élève à rester en position verticale. Même exercice avec une planche. Même exercice en utilisant le rebord du bassin.

# EQUILIBRE

## Niveau 3




Constat initial	Les élèves se déplacent sur des supports mobiles.
Niveau attendu	Se laisser flotter un instant, sans bouger, sans aide à la flottaison.

### Situations en moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Se laisser flotter en position verticale sans appréhension.
- Debout dans le petit bassin, se laisser tomber en avant en tenant une planche et glisser le plus loin possible.
- Depuis un tapis flottant, s'accroupir puis se laisser tomber en avant et glisser sur le ventre le plus loin possible.
- S'allonger sur le ventre en tenant un flotteur dans chaque main.
- Avec un ballon tenu sur la poitrine, je me place en équilibre costal à droite puis à gauche.
- Avec un ballon tenu à bout de bras, je passe d'un équilibre ventral à un équilibre dorsal en pivotant sur le côté.
- Avec un ballon tenu sur le ventre, en position de l'œuf, je passe sur le dos sans modifier cette position groupée du corps.

#### Situations pédagogiques :

Faire « l'étoile » ventrale en se repoussant du mur	
S'allonger sur le dos les pieds posés sur le bord en regardant le plafond et en maintenant le nombril à la surface de l'eau et progressivement, parvenir à quitter le bord.	
En ronde, un élève sur deux se laisse porter en position ventrale et dorsale.	

Situations de jeux :

<b><i>Situation 1: Les Icebergs</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer en contournant les obstacles, sans appui plantaire.
<b>CONSIGNES</b>	Se déplacer en prenant appui sur la ligne d'eau, en contournant les obstacles.
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves suivent le parcours en prenant appui sur les différents supports proposés en essayant de ne pas prendre appui au sol.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Pas de reprise d'appui au sol
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tapis en mousse (=icebergs)</li><li>- Ligne d'eau</li><li>- Echelle flottante</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Faire le parcours avec une main</li><li>- Faire le parcours le plus rapidement possible</li></ul>

<b><i>Situation 2: Les castors</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer le long de la ligne d'eau en déplaçant des objets
<b>CONSIGNES</b>	Transporter un rondin de l'autre côté de la rive, en prenant appui sur la ligne d'eau sans toucher le sol.
<b>DEROULEMENT</b>	Au départ, les élèves (=castors) prennent un rondin (=flotteur) posé dans un cerceau sur le bord et le transportent de l'autre côté de la rive pour le déposer dans un cerceau sur le bord (=barrage). Ensuite ils reviennent au point de départ en respectant le sens du parcours.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se tracter en tenant la ligne d'eau d'une main (main droite ou main gauche)</li><li>- Lâcher la ligne d'eau pour se déplacer</li></ul>
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Flotteurs</li><li>- Cerceaux</li><li>- Lignes d'eau</li><li>- Frites</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Envisager le parcours de chaque côté de la ligne d'eau</li><li>- Relais : deux équipes avec deux parcours en parallèle (transporter le plus vite x rondins ou transporter le plus de rondins en x minutes)</li></ul>

# EQUILIBRE

## Niveau 4

### Niveau 4 : niveau attendu pour passer le Pass-Nautique




Constat initial	Se laisse flotter, sans bouger et sans aide à la flottaison
Niveau attendu	Passer de l'étoile ventrale à l'étoile dorsale avec ou sans reprise d'appuis.

#### Situations en moyenne ou grande profondeur

##### Eléments de progression :

- Alternier le long du bassin (ou ligne d'eau), s'allonger sur le ventre, tourner et s'allonger sur le dos.
- S'allonger sur le ventre en tenant une ligne d'eau puis ramener les jambes sous la ligne pour s'allonger sur le dos (ou tourner sur le côté pour s'allonger sur le dos).
- Avec aide pour la flottaison, se déplacer, aller d'un repère à un autre, effectuer une étoile ventrale suivie d'une étoile dorsale à chaque repère.
- Sans ceinture, enchaîner déplacement ventral, étoile ventrale, étoile dorsale, déplacement dorsal sur la largeur d'un bassin.
- Après une glissée ventrale, rester immobile dans des positions d'équilibres variées.
- Par binôme, un élève réalise une étoile tenue par un camarade qui ensuite le lâche.

##### Situations pédagogiques :

Effectuer une étoile ventrale ou dorsale sans élément de flottaison entre 2 et 4 secondes	
Enchaîner l'étoile ventrale et l'étoile dorsale avec ou sans reprise d'appuis.	
Par 2 ou 3, faire « l'étoile » et se laisser déplacer par ses partenaires	

Situation de jeux :

<b><i>Situation 1: Le bois flottant</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer sans reprise d'appuis
<b>CONSIGNES</b>	Par équipe de 3, transporter votre rondin de bois (un camarade) jusqu'à la ligne d'eau sans qu'il touche le sol.
<b>DEROULEMENT</b>	Par équipe de 3, deux élèves déplacent un camarade, qui doit rester en position horizontale, du bord à la ligne d'eau centrale. Une reprise d'appuis au sol de ce dernier entraîne une perte de point. À chaque fin de trajet, on change de rôle.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Rester en équilibre sans poser les pieds au sol
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Changer le parcours</li><li>- Etoile dorsale ou ventrale</li></ul>

<b><i>Situation 2: Les dauphins</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer en effectuant le moins possible d'appuis plantaires.
<b>CONSIGNES</b>	Traverser le bassin en battant des jambes en effectuant le moins d'appui au sol.
<b>DEROULEMENT</b>	Traverser le bassin en se propulsant pour s'allonger en prenant le moins possible d'appuis plantaires. Il s'agit de battre son propre record ou celui du groupe.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Traverser le bassin en étant allongé</li><li>- S'allonger dans l'eau avec le moins d'appuis plantaires</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Changer le parcours</li><li>- Sur le dos ou sur le ventre</li></ul>

## DÉPLACEMENT PROPULSION

### Niveau 1




<b>Constat initial</b>	<b>Ils ne quittent pas les appuis de terrien, ils marchent dans l'eau, ils ne prennent appui que sur des supports fixes</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Quitter les appuis de terriens. Se déplacer sur une quinzaine de mètres dans l'eau, le long du mur, en prenant appui dessus</b>

### Situations en moyenne ou grande profondeur

#### Éléments de progression :

- Se déplacer position semi-allongée tête hors de l'eau
- Se déplacer avec l'aide des bras et / ou des jambes sans efficacité
- Réaliser des actions ponctuelles sans enchaînement
- Enchaîner partiellement des actions mais l'une des actions n'est pas maîtrisée

#### Situations pédagogiques :

Se déplacer le long du mur en se tenant les deux mains au bord (se poursuivre, se contourner, se croiser, en tournant sur soi-même, avec une main sur le bord et l'autre sur une planche).	
Se déplacer en marchant avec un flotteur dans chaque main.	
Se déplacer en marchant, en courant, en sautillant. Se poursuivre.	

Situation de jeux :

<b><i>Situation 1 : Les derniers seront les premiers</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer en s'aidant du bord, en contournant les obstacles
<b>CONSIGNES</b>	Se mettre dans l'eau, s'accrocher au bord et en file indienne, le dernier de la file doit venir se placer en première position. Il ne peut pas marcher, mais il peut s'aider du bord du bassin pour avancer
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves sont dans l'eau, accrochés au bord, les uns à côté des autres. Le dernier de la file doit la remonter pour venir en première position. Les élèves passent à tour de rôle. Les élèves sont dans le bassin et se dirigent progressivement vers la moyenne profondeur pour quitter les appuis de terrien.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Réussir à remonter la file sans appui pédestre au sol
<b>MATERIEL</b>	Un couloir près du bord
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Imposer un nombre d'appuis en passant entre chaque élève, plus ou moins important selon les capacités des élèves</li><li>- Au lieu de passer de l'autre côté d'un élève, il est possible de faire le tour d'une frite (facile), d'un tapis (difficile)</li></ul>

<b><i>Situation 2: Requins et Sardines</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ne pas se faire attraper si on est une sardine</li><li>- Attraper le camarade si on est un requin</li></ul>
<b>CONSIGNES</b>	Lorsque dans l'histoire racontée par le meneur de jeu, l'enfant entend le mot « sardine », les sardines s'échappent et les requins les pourchassent.
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves se déplacent en marchant dans le bassin pour rejoindre le bord opposé du bassin. Deux lignes séparées de 1m50 : la ligne des sardines est en avant de la ligne des requins
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Sardine : Rejoindre le bord opposé sans se faire attraper Requin : Toucher la sardine
<b>MATERIEL</b>	Néant
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Distance de départ entre les sardines et les requins</li><li>- Position de départ : de face, de dos...</li><li>- Un contre un</li></ul>

## DÉPLACEMENT PROPULSION

### Niveau 2

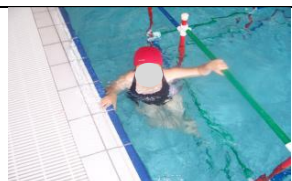




<b>Constat initial</b>	<b>Les élèves sont capables de quitter momentanément les appuis plantaires et de se déplacer en prenant appui sur des supports fixes.</b>
<b>Niveau attendu</b>	<b>Se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans appui au mur, avec une aide à la flottaison (frote, planche, ...)</b>

#### Situations en petite ou moyenne profondeur

##### Éléments de progression :

- Se propulser à l'aide des bras ou des jambes (avec ou sans matériel)
- Enchaîner plusieurs actions
- Participer à des relais ou à des jeux collectifs avec du matériel

##### Situations pédagogiques :

Se déplacer le long du mur, en touchant le mur avec les pieds / sans toucher le mur avec les pieds / avec une main sur le mur et une sur la cage à écureuils pour aller vers une perte des appuis plantaires. (possibilité d'utiliser la ligne d'eau)	
Faire « le kangourou » : en ayant les épaules quasiment immergées, se déplacer en foulées bondissantes avec une planche sous chaque bras	
Se laisser tirer par un adulte / un camarade par les 2 mains / avec une planche, avec une perche / avec une main / sur le dos	
Se déplacer en ventral avec un 1 flotteur (frote, planche) sous chaque bras en abandonnant les appuis plantaires et en posant le menton sur l'eau (des adultes sont présents dans l'eau)	
Se déplacer en dorsal avec un 1 flotteur (frote, planche) sous chaque bras en abandonnant les appuis plantaires et en regardant le plafond (des adultes sont présents dans l'eau)	

Situations de jeux :

<b><u>LE CARGO</u></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Transporter les objets de l'autre côté du bassin sans en perdre
<b>CONSIGNES</b>	Battre des pieds pour déplacer son cargo et son chargement.
<b>DEROULEMENT</b>	Par groupe de 4, les élèves déplacent un tapis sur lequel sont posés différents objets pour les transporter de l'autre côté du bassin
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Tous les objets sont arrivés à bon port.
<b>MATERIEL</b>	Tapis, objets flottants....
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Augmenter la distance entre le point de départ et d'arrivée.</li><li>- Diminuer la taille du cargo : planche</li><li>- Augmenter le nombre d'objets flottants par cargo.</li><li>- Varier le mode de déplacement</li><li>- Arriver le premier au port.</li><li>- Faire ce jeu en relais</li></ul>

<b><u>LA CHASSE AUX TRESORS</u></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Ramasser le maximum d'objets
<b>CONSIGNES</b>	Constituer 2 équipes. Des objets flottants vont être installés au milieu du bassin, le but est d'aller les chercher pour les ramener dans le coffre à trésors de l'équipe. L'équipe qui a le plus de trésors à la fin du jeu remporte la partie. Les planches peuvent être utilisées comme aide au déplacement et peuvent servir de bateau.
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves sont dans le grand bain, face à face, les trésors sont situés entre les 2 équipes.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Ramasser plus d'objets que l'équipe adverse
<b>MATERIEL</b>	Objets flottants tels que : balles, planches, flotteurs de ceinture, anneaux...
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Certains objets peuvent être dans un bassin où les élèves ont pied</li><li>- Nombre/poids des objets</li><li>- Distance à parcourir jusqu'aux objets</li><li>- Introduire une notion de temps pour que les élèves cherchent à se déplacer rapidement</li></ul>

# DÉPLACEMENT PROPULSION

## Niveau 3





Constat initial	Les élèves se déplacent sur des supports mobiles.
Niveau attendu	Se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui.

### Situations en moyenne profondeur

#### Éléments de progression :

- Effectuer différents types de déplacements (sur le ventre ou sur le dos)
- Varier les mouvements de propulsion des bras et des jambes en coordonnant sa respiration
- Participer à des relais sans matériel et sur petite distance (largeur)
- Participer à des jeux collectifs (avec ou sans matériel)

#### Situations pédagogiques:

Allongé sur un tapis fin, battre des pieds pour se déplacer	
Par groupe de trois, allongés sur un gros tapis, l'élève de devant se propulse avec les bras et les deux de derrière battent des jambes.	
Se déplacer sur le dos par l'action des jambes avec une frite ou une planche sur le ventre.	
Se déplacer à l'aide d'une planche ou d'une frite grâce à l'action des jambes : <ul style="list-style-type: none"><li>• en ventral, menton dans l'eau</li><li>• en dorsal, regard dirigé vers le plafond</li></ul>	

Situation de jeux:

<b><i>Situation 1: Le relais flottant</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer le plus rapidement possible
<b>CONSIGNES</b>	Deux équipes s'opposent: ils se déplacent le long d'un parcours en nageant avec du matériel. Une fois arrivés au point de départ, ils tapent dans la main du camarade suivant
<b>DEROULEMENT</b>	2 équipes à l'intérieur desquelles chaque élève, successivement, doit effectuer un déplacement en nageant avec du matériel de flottaison.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Adopter une position horizontale
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Frites</li><li>- Planches</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Plusieurs équipes</li><li>- Modifier le parcours</li><li>- Modifier le matériel de flottaison</li></ul>

<b><i>Situation 2: Le transporteur rattrapé</i></b>	
<b>BUT DE L'ÉLEVE</b>	Se déplacer le plus rapidement possible pour ne pas se laisser rattraper par un
<b>CONSIGNES</b>	Par deux, vous allez pousser le tapis sans vous faire rattraper par le binôme adverse.
<b>DEROULEMENT</b>	Les élèves sont dans l'eau et doivent amener un tapis jusqu'au point déterminé par l'enseignant.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Adopter une position horizontale
<b>MATERIEL</b>	Gros tapis
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Possibilité de s'aider du bord du bassin</li><li>- Possibilité de varier le nombre de pousseurs</li><li>- 1 ou 2 élèves sont allongés sur le tapis et transportés, ils peuvent aider avec leurs bras.</li></ul>

# DÉPLACEMENT PROPULSION

## Niveau 4

### Niveau 4 : niveau attendu pour passer le Pass-Nautique






Constat initial	Le élèves se déplacent sans aide à la flottaison
Niveau attendu	Se déplacer sur 15m, allongé sur le ventre ou sur le dos, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui.

### Situations en moyenne ou en grande profondeur

#### Éléments de progression :

- Immerger totalement la tête
- Se déplacer brièvement sous l'eau et aller vers le fond
- Souffler partiellement dans l'eau
- Se déplacer sur une plus grande distance sous l'eau en soufflant dans l'eau

#### Situations pédagogiques:

Réaliser une coulée ventrale après impulsion au mur.	
Réaliser une coulée dorsale après impulsion au mur.	
Se déplacer en fusée, le long du mur, 15 mètres, sur le dos ou sur le ventre.	
Se déplacer sur le ventre et sur le dos sans matériel de flottaison sur une courte distance pour rejoindre un appui (bord, perche, ligne d'eau)	
Se déplacer sur le ventre et sur le dos sans matériel de flottaison dans un couloir en zigzaguant du bord vers une ligne d'eau.	

Situations de jeux:

<b><i>Situation 1: Le bétet</i></b>	
<b>BUT DE L'ELEVE</b>	Aller chercher un objet flottant et le ramener dans son camp
<b>CONSIGNES</b>	A l'appel de leur numéro, les deux joueurs de deux équipes en compétition vont chercher un objet flottant
<b>DEROULEMENT</b>	Deux équipes: à l'appel de leur numéro, les élèves partent chercher un objet et le ramènent dans leur camp
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Se déplacer sans utiliser les appuis plantaires
<b>MATERIEL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Planches</li><li>- Pullboy</li><li>- Frites</li><li>- Ballons</li></ul>
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Annoncer plusieurs numéros</li><li>- Mettre plusieurs objets flottant</li></ul>

<b><i>Situation 2: La fusée</i></b>	
<b>BUT DE L'ELEVE</b>	Se déplacer et se propulser en s'allongeant le plus possible dans l'eau
<b>CONSIGNES</b>	Vous allez vous propulser par une poussée des jambes sur le bord. Vous devez parcourir la plus grande distance sans faire de mouvement.
<b>DEROULEMENT</b>	Chaque enfant se propulse par une poussée des jambes sur le bord du bassin. L'élève doit parcourir la plus grande distance possible sans faire de mouvement.
<b>CRITERES DE REUSSITE</b>	Se déplacer sans utiliser les appuis plantaires
<b>MATERIEL</b>	Aucun
<b>VARIABLES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sur le ventre ou sur le dos</li><li>- Partir sur le ventre et faire une vrille pour arriver sur le dos</li><li>- Départ à deux</li><li>- Faire un relais</li></ul>

