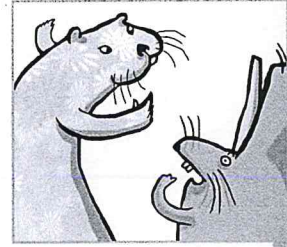


L'eau peut-elle rentrer dans ton corps ?

Séances 2 et 3 (petite, puis grande profondeur)

Objectif dominant : **IMMERSION**

▶ **ACCEPTER L'OUVERTURE DES YEUX ET DE LA BOUCHE**



En classe : **rappel du dialogue** (page 12 de l'album)

« Je ne veux pas aller dans la rivière, dit Têtanlère le lendemain matin, c'est trop dangereux ! Si je tombe, c'est évident, l'eau va rentrer partout à l'intérieur de mon corps ! »

« Mais non, l'eau ne peut pas rentrer dans ton corps », répondit Pensatou.

« Si, si, si ! J'en suis sûr, je l'ai vu dans mon cauchemar ! »

→ Discussion en groupe classe, réponses provisoires à la question.

→ Propositions, par les enfants, d'activités permettant de vérifier ces hypothèses.

→ Propositions d'activités par l'enseignant(e), rappel de l'expérience suggérée par Lola et des conditions de son déroulement (page 13 de l'album) :

« Voyons si Pensatou a raison, dit Lola. Viens avec moi dans la mare. Essaie de mettre la tête dans l'eau et ouvre grand la bouche. »

À la piscine

Expériences

- Un acteur et un (ou plusieurs) observateur(s) : ouvrir la bouche sous l'eau, faire une grimace la bouche ouverte...
- Crier sous l'eau, dire son prénom, montrer un certain nombre de doigts...
- Souffler sous l'eau, fort, par à coups...

Évolutions

- Varier la position de la tête : en regardant vers le fond, vers l'avant, sur le côté...
- Essayer avec et sans lunettes de natation.



En classe : **mise en commun**

- Discussion en groupe classe et retour sur les hypothèses.
- Élaboration d'une trace écrite et conservation dans un support à déterminer (« cahier de l'eau »).

En classe : **rappel de la fin du dialogue** (page 14 de l'album)

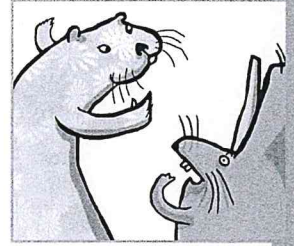
« Pensatou a raison, se dit Têtanlère. C'est vraiment génial, l'eau ne rentre pas. »

Peux-tu couler ?

Séances 4 et 5 (petite, puis grande profondeur)

Objectif dominant : **ÉQUILIBRE**

► **ACCEPTER DE NE RIEN FAIRE POUR RESENTIR LA FLOTTAISON**



En classe : rappel du dialogue (page 22 de l'album)

« Je ne continue pas, dit Têtanlère au matin, c'est trop dangereux ! Si je lâche ma branche, c'est certain, je coule ! »

« Mais non, tu ne peux pas couler », répondit Pensatou.

« Si, si, si ! j'en suis sûr, je l'ai vu dans mon cauchemar ! »

→ Discussion en groupe classe, réponses provisoires à la question.

→ Propositions, par les enfants, d'activités permettant de vérifier ces hypothèses.

→ Propositions d'activités par l'enseignant(e), rappel de l'expérience suggérée par Lola et des conditions de son déroulement (page 23 de l'album) :

« Voyons si Pensatou a raison, dit Lola. Viens avec moi dans la rivière. Essaie de rester sans bouger, la tête dans l'eau, et lâche le bord. »

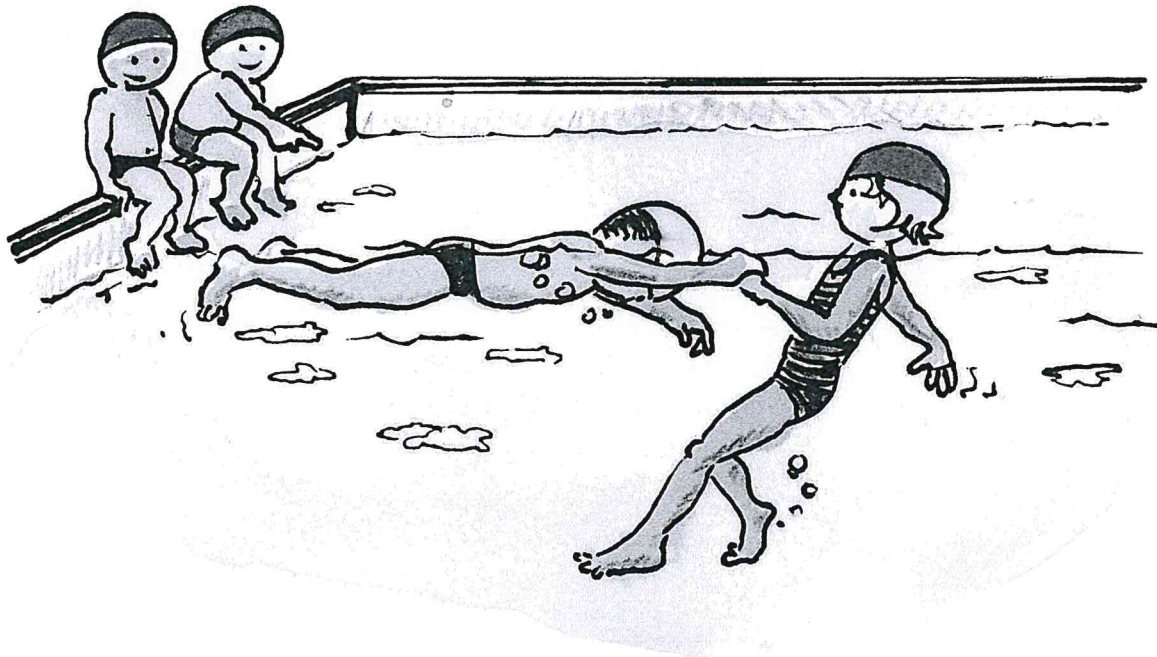
À la piscine

Expériences

- Un acteur et un (ou plusieurs) observateur(s) : essayer de lâcher l'appui (manuel ou pédestre).
- S'aider du bord, d'un camarade, d'une ligne d'eau... pour rester le plus horizontal possible, puis lâcher l'appui.

Évolutions

- Idem, en grande profondeur.
- Varier les positions de flottaison, rester tonique ou relâché...



En classe : mise en commun

- Discussion en groupe classe et retour sur les hypothèses.
- Élaboration d'une trace écrite et conservation dans un support à déterminer (« cahier de l'eau »).

En classe : rappel de la fin du dialogue (page 24 de l'album)

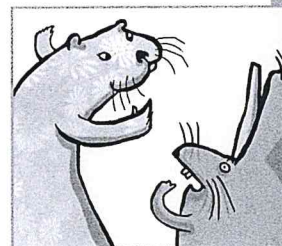
« Pensatou a raison, pensa Têtanlère. C'est fantastique, l'eau me porte. Je flotte. »

Peux-tu rester au fond ?

Séances 6 et 7 (petite, puis grande profondeur)

Objectif dominant : **ÉQUILIBRE**

▶ **ACCEPTER DE NE RIEN FAIRE POUR RESSENTIR LA POUSSÉE DE L'EAU**



En classe : **rappel du dialogue** (page 32 de l'album)

« Pas question que je vous suive, s'exclama Têtanlère, le lendemain matin, c'est trop dangereux ! Si je descends au fond, l'eau va me garder, j'en suis certain ! »

« Mais non, tu ne peux pas rester au fond », répondit Pensatou.

« Si, si, si ! J'en suis sûr, je l'ai vu dans mon cauchemar ! »

→ Discussion en groupe classe, réponses provisoires à la question.

→ Propositions, par les enfants, d'activités permettant de vérifier ces hypothèses.

→ Propositions d'activités par l'enseignant(e), rappel de l'expérience suggérée par Lola et des conditions de son déroulement (page 33 de l'album) :

« Voyons si Pensatou a raison, dit Lola. Viens avec moi dans la rivière. Essaie de descendre jusqu'au fond le long de cette branche, puis lâche-la et ne bouge plus. »

À la piscine

Expériences

- Un acteur et un (ou plusieurs) observateur(s) : descendre au fond de l'eau le long d'une perche, de l'échelle ou d'un camarade, sans faire de mouvements.
- Essayer de s'asseoir, de s'accroupir sous l'eau, de s'allonger au fond.
- Se faire aider par un camarade qui, en poussant, peut parvenir à maintenir le premier au fond.

Évolutions

À partir d'une entrée dans l'eau (en sautant, en glissant par le toboggan...), constater que l'on remonte sans actions motrices (qui peuvent laisser croire à l'enfant qu'elles sont la cause de cette remontée).



En classe : **mise en commun**

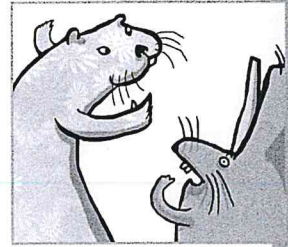
- Discussion en groupe classe et retour sur les hypothèses.
- Élaboration d'une trace écrite et conservation dans un support à déterminer (« cahier de l'eau »).

En classe : **rappel de la fin du dialogue** (page 34 de l'album)

« Pensatou a raison, réalisa Têtanlère. C'est incroyable, l'eau me pousse vers la surface. Je remonte. »

Peux-tu souffler toujours dans l'eau... et jamais dans l'air ?

Séances 8 et 9 (petite, puis grande profondeur)



Objectif dominant : **RESPIRATION**

▶ **ALTERNER INSPIRATION AÉRIENNE ET EXPIRATION SUBAQUATIQUE**

En classe : **hypothèses**

- Discussion en groupe classe, réponses provisoires à la question.
- Propositions, par les enfants, d'activités permettant de vérifier ces hypothèses.
- Propositions d'activités par l'enseignant(e)

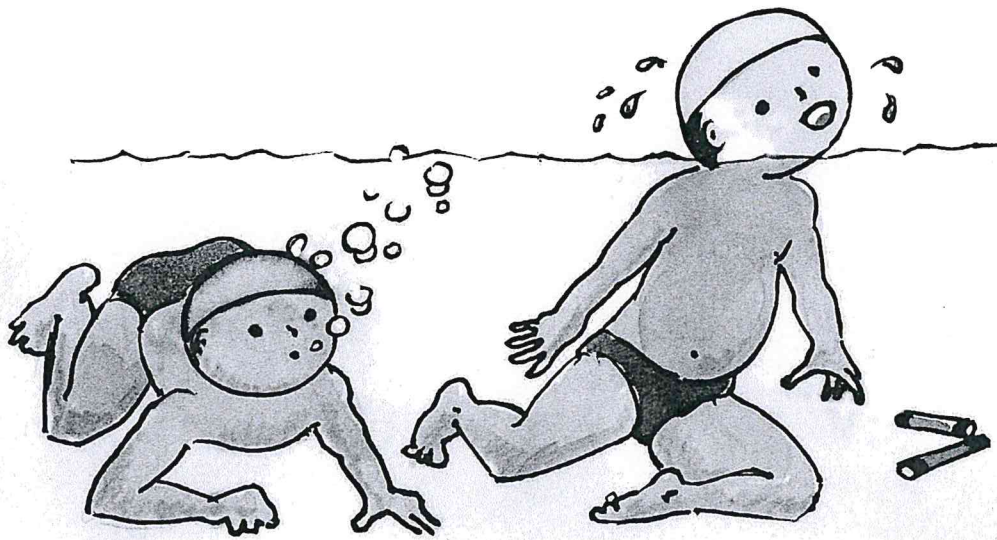
À la piscine

Expériences

- Un acteur et un (ou plusieurs) observateur(s) : sur place, un enfant s'immerge et essaie de réaliser une alternance immersion / surface (sous l'eau, on souffle ; au-dessus de l'eau, on inspire).
- Faire durer le plus longtemps possible cette alternance.
- Varier le rythme (fort ou faible, long ou bref...), la position de la tête...

Évolutions

- Même situation en déplacement : l'un des enfants progresse en marchant ou par succession de plongées avec reprise d'appuis plantaires. Réaliser la même séquence respiratoire et aller le plus loin possible.
- Même situation en se tirant le long de la goulotte ou d'une ligne d'eau.



En classe : **mise en commun**

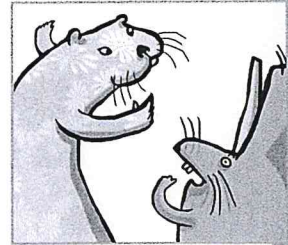
- Discussion en groupe classe et retour sur les hypothèses.
- Élaboration d'une trace écrite et conservation dans un support à déterminer (« cahier de l'eau »).

Peux-tu te déplacer facilement dans l'eau ?

Séances 8 et 9 (petite, puis grande profondeur)

Objectif dominant : **PROPULSION**

► **RESSENTIR LA RÉSISTANCE DE L'EAU**



En classe : hypothèses

- Discussion en groupe classe, réponses provisoires à la question.
- Propositions, par les enfants, d'activités permettant de vérifier ces hypothèses.
- Propositions d'activités par l'enseignant(e).

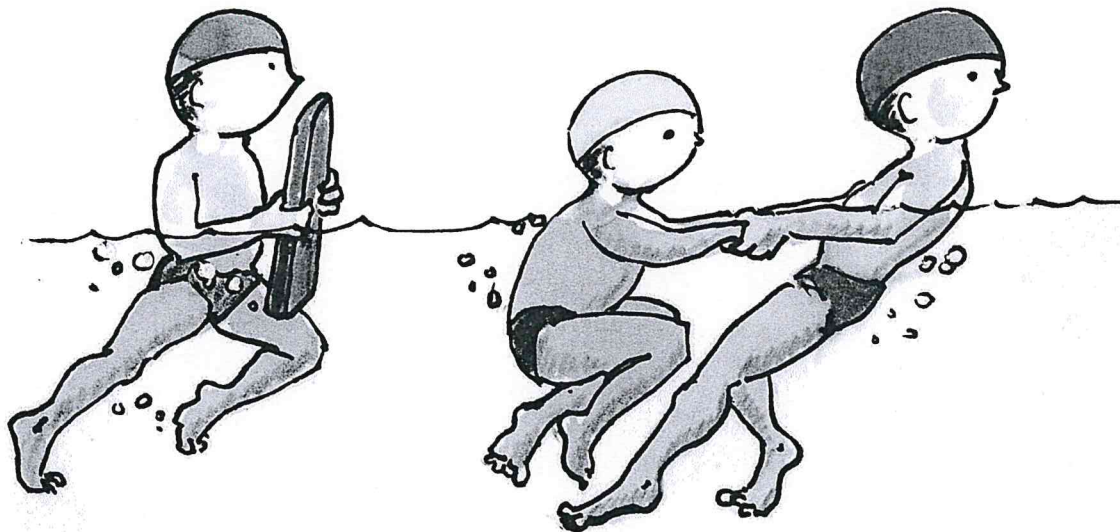
À la piscine

Expériences

- Un acteur et un (ou plusieurs) observateur(s) : essayer de courir avec de l'eau jusqu'à la taille, par exemple, puis en tenant une planche verticale contre son ventre. Que sent-on ? Que se passe-t-il ? Pourquoi ?
- Se déplacer en se tenant à la goulotte, en position verticale puis en position allongée. Que sent-on ? Que se passe-t-il ? Pourquoi ?
- Par deux : tirer le partenaire par les mains en reculant, ce dernier essayant de rester vertical ou, au contraire, allongé. Que sent-on ? Que se passe-t-il ? Pourquoi ?

Évolutions

Reprendre l'expérience de déplacement en se tirant le long de la goulotte, en grande profondeur.



En classe : mise en commun

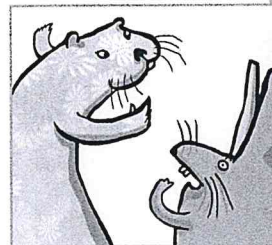
- Discussion en groupe classe et retour sur les hypothèses.
- Élaboration d'une trace écrite et conservation dans un support à déterminer (« cahier de l'eau »).

Comment glisser facilement dans l'eau ?

Séances 10 et 11 (petite, puis grande profondeur)

Objectif dominant : **PROPULSION**

► **RESSENTIR LES CARACTÉRISTIQUES HYDRODYNAMIQUES DE DIFFÉRENTES POSITIONS**



En classe : **hypothèses**

- Discussion en groupe classe, réponses provisoires à la question.
- Propositions, par les enfants, d'activités permettant de vérifier ces hypothèses.
- Propositions d'activités par l'enseignant(e).

À la piscine

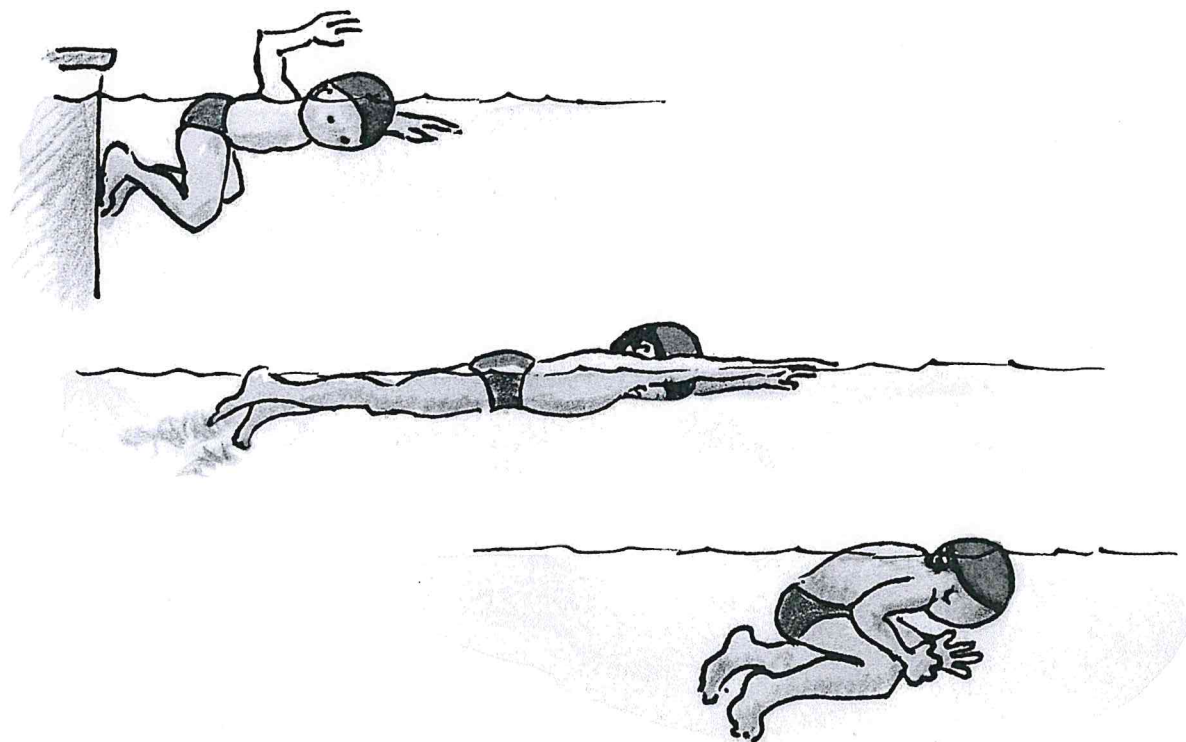
Expériences

- Un acteur et un (ou plusieurs) observateur(s) : faire une poussée sur le bord et essayer d'aller le plus loin possible sans autre mouvement. Chercher une position hydrodynamique « en sous-marins » (voir « jeux des souris », fiche 7).
- Idem, mais après la poussée, changer la forme corporelle. Expérimenter différentes positions :
 - se laisser glisser et se regrouper en boule ;
 - se laisser glisser et s'étaler en étoile ;
 - se laisser glisser en restant le plus allongé possible.

Que sent-on ? Que se passe-t-il ? Pourquoi ?

Évolutions

À partir d'une entrée dans l'eau (en plongeant, en glissant par le toboggan...), essayer de faire un demi-tour (en passant du ventre sur le dos par exemple).



En classe : **mise en commun**

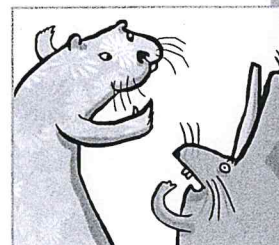
- Discussion en groupe classe et retour sur les hypothèses.
- Élaboration d'une trace écrite et conservation dans un support à déterminer (« cahier de l'eau »).

Comment s'aider de l'eau pour avancer ?

Séances 10 et 11 (petite, puis grande profondeur)

Objectif dominant : **PROPULSION**

► **RESSENTIR LES SURFACES D'APPUI ET L'INFLUENCE DE LEUR ORIENTATION**



En classe : hypothèses

- Discussion en groupe classe, réponses provisoires à la question.
- Propositions, par les enfants, d'activités permettant de vérifier ces hypothèses.
- Propositions d'activités par l'enseignant(e).

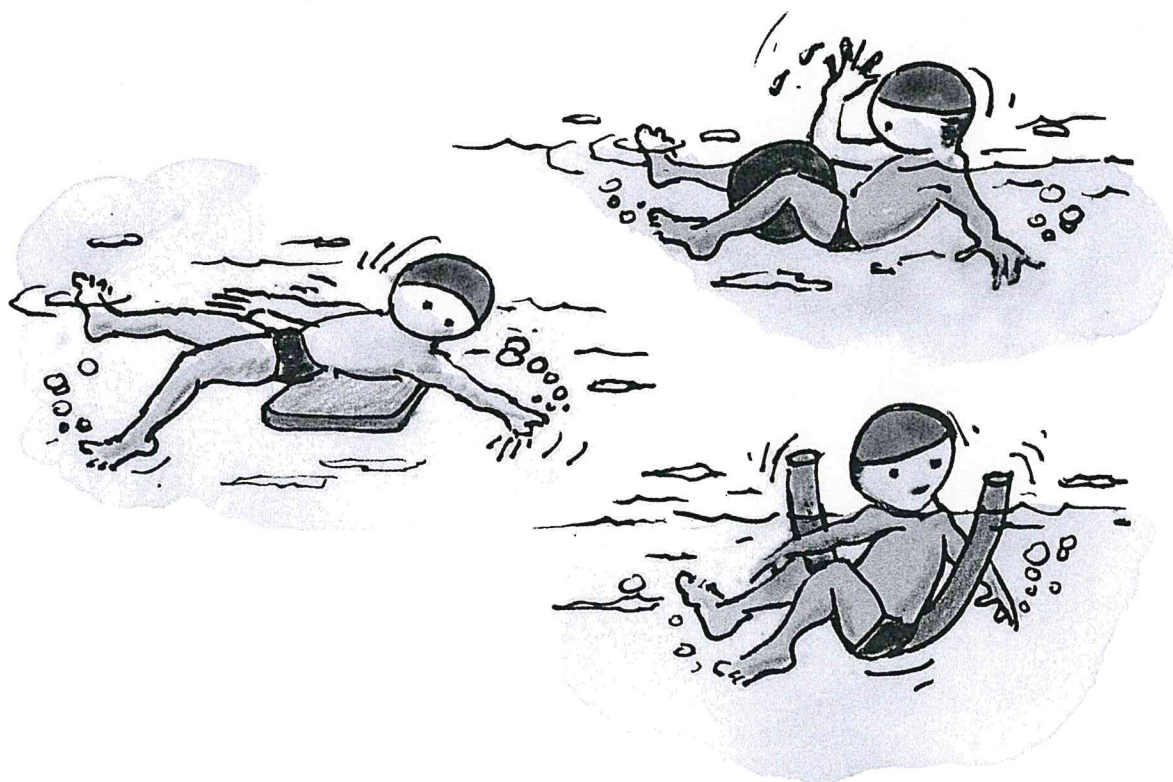
À la piscine

Expériences

- Un acteur et un (ou plusieurs) observateur(s) : expérimenter différents objets destinés à faciliter la flottaison (frite, planche, ballon...), différentes positions (assis, sur le ventre, sur le dos...) et différentes formes de propulsion à l'aide des bras (en avant, en arrière, en tournant sur place...).
- Expérimenter différentes orientations des mains : verticales, obliques, horizontales. Que sent-on ? Que se passe-t-il ? Pourquoi ? Idem, mains ouvertes ou mains fermées.
- Expérimenter différents trajets des mains : longs et lents, courts, rapides et répétitifs, petits moulinets...

Évolutions

Retrouver ces sensations soit en grande profondeur, soit dans le volume subaquatique.



En classe : mise en commun

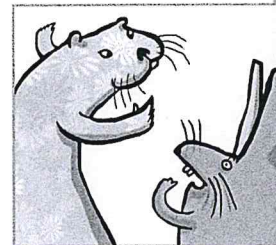
- Discussion en groupe classe et retour sur les hypothèses.
- Élaboration d'une trace écrite et conservation dans un support à déterminer (« cahier de l'eau »).

Peux-tu nager en n'expirant jamais dans l'air ?

Séance 12 (petite, puis grande profondeur)

Objectif dominant : **PROPULSION**

► **COORDONNER TRAJETS MOTEURS ET RESPIRATION (INSPIRATION AÉRIENNE ET EXPIRATION SUBAQUATIQUE) LORS D'UN DÉPLACEMENT**



En classe : **hypothèses**

- Discussion en groupe classe, réponses provisoires à la question.
- Propositions, par les enfants, d'activités permettant de vérifier les hypothèses.
- Propositions d'activités par l'enseignant(e).

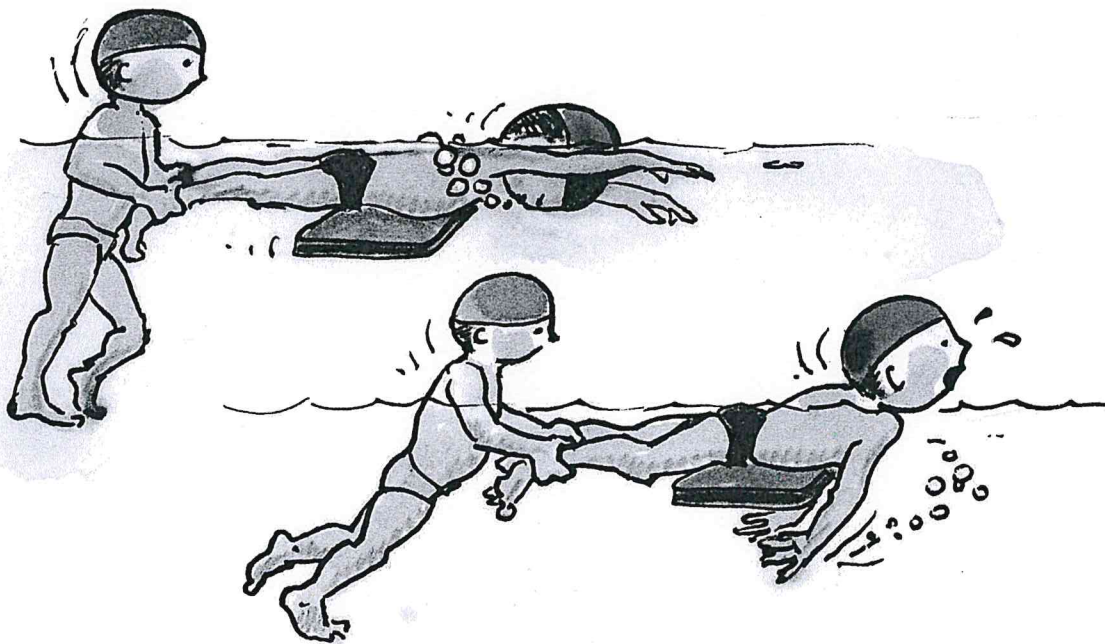
À la piscine

Expériences

- Un acteur et un (ou plusieurs) observateur(s) : positionné au départ en « bateau » (voir « jeux des souris », fiche 5), avec une planche ou un tapis sous le ventre destiné à faciliter la flottaison, un enfant, poussé par un ou deux partenaires, essaie de réaliser une alternance immersion/surface (sous l'eau, on souffle ; au-dessus de l'eau, on inspire).
- Faire durer le plus longtemps possible cette alternance.
- Varier le rythme : fort ou faible, long ou bref...
- Introduire une apnée dans la séquence : inspiration / apnée / expiration...

Évolutions

- Même situation en déplacement : l'enfant « bateau », aidé par les autres, progresse en s'aidant des bras. Réaliser la même séquence respiratoire et aller le plus loin possible.
- Même situation en assurant sa propulsion seul, avec ou sans planche.



En classe : **mise en commun**

- Discussion en groupe classe et retour sur les hypothèses
- Élaboration d'une trace écrite et conservation dans un support à déterminer (« cahier de l'eau »).