

**Piscine C JOUVE 2018-2019 période 2 - CE (3^{ème} année de pratique)
Repères pour un cycle d'apprentissage de 11 semaines**

DU LUNDI 7 JANVIER 2019 AU VENDREDI 5 AVRIL 2019

Semaines	Séances	Objectifs
2/3	<p align="center"><u>Séance 1/2</u> AMENAGEMENT 1 REACTIVER SES CONNAISSANCES - S'ENGAGER DANS L'ACTIVITE</p>	<p>Pour l'élève : Reprendre contact avec :</p> <ul style="list-style-type: none"> - l'environnement matériel, humain et le milieu aquatique - vérifier ses compétences (valider son niveau de pratique) <p>Pour l'enseignant Observer les réponses motrices dans les situations proposées. Valider la constitution des groupes constitués.</p> <p>S'IMMERGER - Régler l'ensemble des craintes liées à l'immersion</p> <p>S'EQUILIBRER - Maîtriser sa posture et sa respiration pour s'équilibrer</p>
4/5	<p align="center"><u>Séance 3/4</u> AMENAGEMENT 2 ENTRER / S'IMMERGER S'EQUILIBRER</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Régler l'ensemble des craintes liées à l'immersion - Maîtriser sa respiration - Varier les positions du corps / Trouver des équilibres différents
6/9	<p align="center"><u>Séance 5/6</u> AMENAGEMENT 3 S'IMMERGER S'EQUILIBRER GLISSER</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ENTRER / S'IMMERGER : Travail de <ul style="list-style-type: none"> - faciliter la pénétration - modifier l'angle de pénétration - S'IMMERGER / S'EQUILIBRER <ul style="list-style-type: none"> - Régler l'ensemble des craintes liées à l'immersion - Maîtriser sa respiration - Contrôler son apnée, apprécier la sensation poumon / ballast <ul style="list-style-type: none"> - S'EQUILIBRER / GLISSER - S'équilibrer dans toutes les positions - Se propulser / glisser <ul style="list-style-type: none"> - SE SAUVER SOI MÊME <p>Tâches / Certificat d'Aisance Aquatique (C2A)</p>
10	<p align="center"><u>Séance 7</u> AMENAGEMENT 1 EVALUATION TEST SAVOIR NAGER PALIER 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> - se situer dans les apprentissages en cours. - observer les réponses motrices des élèves pour préciser le contenu des séances suivantes
11/12	<p align="center"><u>Séance 8/9</u> AMENAGEMENT 3 GLISSER SE DEPLACER APPROCHE CODIFIEE</p>	<p>Respirer</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alternner une respiration aérienne avec une expiration aquatique - Rester aligné / allongé <p>Se propulser</p> <ul style="list-style-type: none"> - identifier les appuis et mouvements efficaces pour agir sur l'eau - coordonner ses mouvements et sa respiration <p>Se coordonner Se déplacer avec les bras et les jambes de manière simultanée ou alternée</p>
13	<p align="center"><u>Séance 10</u> AMENAGEMENT 4 TEST SAVOIR NAGER PALIER 3 / PALIER 2 TEST AISANCE AQUATIQUE (C2A)</p>	<p>Evaluer les acquis TESTS SN PALIER 3 / SN PALIER 2 C2A (Certificat d'Aisance Aquatique)</p>
14	<p align="center"><u>Séance 11</u> AMENAGEMENT GRAND PARCOURS</p>	<p>POUR L'ELEVE Agir et explorer un parcours aménagé sur les 2 bassins de la piscine mettant en jeu à la fois les compétences aquatiques acquises et les "connaissances et attitudes essentielles".</p> <p>POUR L'ENSEIGNANT Favoriser la mise en activité autonome des élèves en proposant différents matériels et consignes d'utilisation de ce matériel, en référence aux situations vécues et aux apprentissages menés au cours du cycle.</p>