

De la familiarisation au milieu aquatique à l'obtention de l'Attestation Scolaire du Savoir Nager (ASSN)

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
NIVEAU 1 (Petite ou moyenne profondeur)	Constat initial	<p>• Pour les élèves qui connaissent peu l'espace aquatique, qui peuvent avoir ou ont peur de l'eau. 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.</p>				
	Niveau attendu	Chaque tâche peut être effectuée indépendamment ou en enchaînement	Entrer dans l'eau en descendant par l'échelle	Immerger partiellement la tête	Se laisser flotter, avec l'aide d'une ou deux frites ou d'un appui stable	Se déplacer sur une quinzaine de mètres dans l'eau, le long du mur, en prenant appui dessus
NIVEAU 2 (petite ou moyenne profondeur)	Constat initial	<p>• 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. Ils immergent partiellement la tête mais en gardant des appuis au sol ou au bord en position statique. Pour cela ils bloquent 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).</p>				
	Niveau attendu	Chaque tâche peut être effectuée indépendamment ou en enchaînement	Entrer dans l'eau en sautant avec ou sans aide à la flottaison (frite ou perche)	Immerger totalement la tête, avec un appui instable	Se laisser flotter sans bouger, avec l'aide d'une ou deux frites ou d'un appui stable	Se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans appui au mur, avec une aide à la flottaison (frite, planche, ...)
NIVEAU 3 (moyenne profondeur) Connaissances et capacités à évaluer au CE1	Constat initial	<p>• 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, ...). 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.</p>				
	Niveau attendu :	PREMIER PALIER DU SAVOIR-NAGER	1ère PARTIE		2ème PARTIE	
		L'évaluation s'effectue en deux parties, séparées par un temps de récupération. Pour la première partie, les actions devront être enchaînées sans reprise d'appui.	Entrer dans l'eau en sautant sans aide	Se déplacer brièvement sous l'eau pour passer sous un objet flottant	Se laisser flotter un instant, sans bouger, sans aide à la flottaison	Se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui

NIVEAU 4 (moyenne ou grande profondeur)	Constat initial	<p>• Pour les élèves qui sont déjà autonomes dans l'eau : enchaîner et combiner les actions pour aborder la nage.</p> <p><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></p>				
	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)	<u>Entrer dans l'eau sans aide, en roulant sur un tapis ou en se laissant glisser tête la première sur un toboggan</u>	<u>Aller chercher un objet au fond du bassin, avec ou sans aide, en immersion complète</u>	Ils font l'étoile de mer sur le ventre et sur le dos, avec éventuellement une <u>reprise d'appui entre les deux.</u>	<u>Se déplacer sur 15 m, allongé sur le ventre ou sur le dos, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui</u>
NIVEAU 5 (grande profondeur) Connaissances et capacités à évaluer au CM2	Constat initial	<p>• Pour les élèves qui sont déjà autonomes dans l'eau : enchaîner et combiner les actions pour améliorer la nage .</p> <p><i>Ils sont capables d'entrer dans l'eau en orientant leur corps de différentes manières, éventuellement de rentrer dans l'eau avec la tête en avant. Ils se déplacent de manière autonome sur le ventre ou sur le dos mais sur de courtes distances et de manière peu efficace. Il s'agit d'améliorer l'efficacité de leurs déplacements dans l'eau en abordant les nages codifiées, le plongeon, ainsi qu'en les amenant à augmenter progressivement le temps d'immersion du visage et d'expiration aquatique.</i></p>				
	Niveau attendu :	DEUXIEME PALIER DU SAVOIR-NAGER	1ère PARTIE		2ème PARTIE	
		L'évaluation s'effectue en deux parties, séparées par un temps de récupération. Pour la première partie, les actions devront être enchaînées sans reprise d'appui.	<u>Entrer dans l'eau sans aide, en sautant ou en plongeant du bord du bassin</u>	Effectuer un <u>déplacement orienté en immersion (par exemple, passer dans un cerceau immergé)</u>	<u>Rester immobile sur place 5 à 10 secondes avant de regagner le bord du bassin</u>	<u>Se déplacer sur une trentaine de mètres, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui (Par exemple, se déplacer sur 25 mètres, effectuer un virage, une coulée et une reprise de nage pour regagner le bord)</u>
NIVEAU 6 (grande profondeur)	Constat initial	<p>• Pour les élèves qui sont déjà autonomes dans l'eau : coordonner et synchroniser les actions pour perfectionner la nage</p> <p><i>Les élèves maîtrisent différents éléments d'au moins une nage codifiée mais éprouvent encore des difficultés à maintenir constamment leur équilibre et à synchroniser leurs mouvements avec la respiration aquatique, pour se déplacer avec efficacité.</i></p>				
	Niveau attendu	Parcours en capacités, composé de 5 tâches à réaliser en continuité, sans reprise d'appui au bord du bassin	<u>Sauter ou plonger dans le grand bain à partir d'un plot</u>	<u>Aller chercher un objet lesté au fond du bassin (à au moins 1m60) à la suite d'un plongeon canard</u>	<u>Enchaîner au moins un équilibre en position horizontale (étoile de mer) et un équilibre en position verticale, sans une reprise d'appui entre les deux, et maintenir au moins 5 secondes chaque position.</u>	<u>Se déplacer 30 m : 15 mètres sur le ventre et 15 mètres sur le dos</u>

ENTREE DANS L'EAU

Niveau 1

Constat initial	Les élèves descendent dans l'eau avec de l'aide (marche, bord)
Niveau attendu	Ils descendent dans le bain à l'aide d'une échelle

Eléments de progression

- Entrée dans l'eau jusqu'à la taille par les plages ou les escaliers dans un bassin en petite profondeur ;
- Entrée dans l'eau jusqu'aux épaules, jusqu'au menton par les plages ou les escaliers ;

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : PLOUF, PLOUF, PLOUF !</i>	
BUT DE L'ELEVE	Entrer dans l'eau rapidement au signal
CONSIGNES	Il s'agit d'entrer dans l'eau le plus vite possible dès qu'on entend son numéro.
DEROULEMENT	Les élèves sont placés en 4 équipes aux 4 coins du bassin (si possible). Dans chaque équipe, les élèves se voient attribuer un numéro de 1 à 4. Dès que l'adulte clame un numéro, les élèves concernés vont entrer dans l'eau, dans un bassin de petite profondeur, en partant assis du bord, le + vite possible. Le plus rapide des 4 ramène 1 point à son équipe! L'équipe qui obtient le plus de points a gagné.
CRITERES DE REUSSITE	être réactif pour permettre à son équipe d'obtenir le plus de points.
MATERIEL	Aide à la flottaison si nécessaire
VARIABLES	Avec des entrées différentes (en sautant droit, en sautant groupé...) Avec de positions de départ différentes (assis, accroupi, debout...)

<i>Situation 2 : LES BALLE FLOTTANTES</i>	
BUT DE L'ELEVE	Entrer dans l'eau au signal, repérer une balle flottante et l'acheminer grâce à son souffle jusqu'à la cachette de l'équipe.
CONSIGNES	L'élève entre dans l'eau quand son numéro est appelé, choisit une balle flottante et l'achemine le plus vite possible jusqu'à la cachette de son équipe.
DEROULEMENT	C'est un jeu par équipes (par groupes de 3 ou 4 pour favoriser le temps d'activité). Le départ est organisé depuis les plages. Chaque élève a un numéro attribué. Dès que l'adulte prononce un numéro, les enfants concernés s'élancent tout en repérant la balle qu'ils souhaitent acheminer, grâce à leur souffle, jusqu'à la cachette de leur équipe! L'enseignant veillera à ce que le rythme soit soutenu en faisant partir les élèves en « salves » rapprochées (sans attendre que les balles soient arrivées dans les différentes « cachettes »).
CRITERES DE REUSSITE	Entrer rapidement dans l'eau. Transporter une balle uniquement avec le souffle. Amener autant de balles que d'enfants dans l'équipe dans sa cachette et ce, le plus vite possible.
MATERIEL	Balles de ping-pongs et quelques cerceaux de couleurs (cachettes)
VARIABLES	La distance entre les plages et les cachettes

<u>Situation 3 : Le MESSAGE SECRET</u>	
BUT DE L'ELEVE	Entrer dans l'eau dès que mon camarade me nomme pour recevoir un secret.
CONSIGNES	L'élève entre dans l'eau comme il le souhaite (ou comme l'enseignant l'indique) dès que son camarade l'appelle et lui transmet un message secret.
DEROULEMENT	C'est un jeu par équipes (par groupes de 3 ou 4 pour favoriser le temps d'activité). Le meneur de chaque équipe entre dans l'eau et nomme un camarade ; celui-ci doit entrer dans l'eau plus vite possible, recueillir le mot-secret et appeler à son tour un autre camarade (et ainsi de suite). Quand tous les enfants de l'équipe sont dans l'eau, le dernier entré doit répéter à voix haute le mot-secret. L'équipe gagnante est celle qui a réussi à transmettre correctement le mot-secret dans le temps le plus court.
CRITERES DE REUSSITE	Tous les élèves sont dans l'eau et le dernier entré peut répéter le message initial.
MATERIEL	Aide à la flottaison si nécessaire (moyenne profondeur)
VARIABLES	En petite profondeur / en moyenne profondeur <ul style="list-style-type: none"> - Positions d'entrée dans l'eau : en sautant, en partant assis, en descendant par l'échelle. - Pour enchaîner une entrée dans l'eau avec une immersion, on demande aux élèves, au lieu de transmettre un mot-secret, de récupérer un objet immergé et de le remettre au meneur qui collectera tous les objets de l'équipe.

<u>Situation 4 : LE RELAIS DES NAGEURS BRETONS</u>	
BUT DE L'ELEVE	Entrer dans l'eau pour récupérer et acheminer un butin d'équipe d'une caisse vers une autre...mais avec un seul objet par enfant à chaque passage.
CONSIGNES	Il s'agit d'entrer dans l'eau, de récupérer un objet dans la caisse de votre équipe et de l'acheminer vers la malle au trésor sur le bord. L'équipe gagnante sera celle qui rapportera le plus d'objets : chacun ira plusieurs fois à la pêche !
DEROULEMENT	Les élèves sont placés en 3 ou 4 équipes. Un temps de jeu est défini en amont. Les élèves de chaque équipe vont entrer à tour de rôle dans l'eau en respectant la contrainte donnée (plage, bord, toboggan, tapis, échelle) pour récupérer un objet placé dans une caisse flottante et l'acheminer jusqu'à une autre caisse placée au bord à un endroit dédié pour chaque équipe.
CRITERES DE REUSSITE	Avoir constitué le « gros » trésor
MATERIEL	Objets à transporter Caisses (2 par équipes) Toboggan, Tapis
VARIABLES Pour une progressivité dans la difficulté	Lieux et moyens d'entrer dans l'eau (plage, escalier, bord, toboggan, tapis, échelle) Façons d'entrée dans l'eau variées imposées (par exemple, tous les enfants de chaque équipe doivent entrer dans l'eau au moins 1 fois par le tapis, le toboggan, du bord en sautant ...) Distance à parcourir Profondeur du bassin Nombre d'objets à récupérer

ENTREE DANS L'EAU

Niveau 2

Constat initial	Les élèves descendent dans l'eau à l'aide d'une échelle
Niveau attendu	Ils entrent dans l'eau en sautant avec ou sans aide à la flottaison

Eléments de progression

- Entrée dans l'eau en sautant sans aide à la flottaison en petite profondeur
- Entrée dans l'eau en sautant avec ou sans aide à la flottaison en moyenne profondeur

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : LE TRESOR DU CAPITAINE</i>	
BUT DE L'ELEVE	Etre capable de sauter rapidement dans l'eau
CONSIGNES	Sauter dans l'eau pour aller récupérer les trésors dans le navire échoué et rapporter le butin dans son camp Rapporter 1 trésor à la fois... il y aura plusieurs passages Mener rapidement l'action, sous forme de relais, pour faire gagner son équipe.
DEROULEMENT	Les élèves sont répartis en 3 ou 4 équipes (en fonction de l'effectif du groupe et de la configuration du bassin) Ils entrent dans l'eau (par les plages, en sautant, par l'échelle...) et vont récupérer un objet placé dans une caisse pour le ramener sur le bord (dans leur camp). Ils tapent dans la main d'un de leur partenaire qui prend le relais Le nombre de trésors est suffisant pour prévoir plusieurs passages et donc plusieurs entrées dans l'eau
CRITERES DE REUSSITE	Récupérer le plus gros trésor pour son équipe
MATERIEL	Caisses flottantes (arrimées à un cerceau lesté ou posées sur un tapis/matériel fixe) autant de caisses que d'équipes. Petits objets en nombre (3 ou 4 minimum par enfant)
VARIABLES	En changeant d'entrée dans l'eau : partir assis, debout, par l'échelle, faire un saut groupé... ; en proposant des situations d'entrées dans l'eau imposées et de difficulté croissante. Avec ou sans aide (frite) En petite ou en moyenne profondeur

<i>Situation 2 : LE REVEIL DU POISSON-DORMEUR</i>	
BUT DE L'ELEVE	Sauter en touchant un objet placé à la surface de l'eau
CONSIGNES	Sauter vers le poisson-dormeur pour le réveiller Réveiller le plus de poissons possible en un temps donné pour son équipe
DEROULEMENT	Les élèves sont placés par équipes : chaque partenaire de l'équipe procède chacun à son saut orienté et on compte 1 point pour chaque poisson réveillé. Un temps de jeu est défini et l'équipe s'organise pour réveiller le plus de poissons possible. Les « réveils » sont comptabilisés par équipe. Un élève peut sauter (entrer dans l'eau) quand son partenaire est revenu au bord (lieu précis à définir lors de la séance). Dans la mesure du possible, les élèves sont en 2 groupes pour favoriser le temps d'activité et mettre un enjeu plus ludique avec les points qui s'accumulent en même temps.

CRITERE DE REUSSITE	Arriver à toucher l'objet-poisson Etre rapide : multiplier les entrées dans l'eau Coopérer pour gagner en équipe.
MATERIEL	Aide à la flottaison si nécessaire (moyenne profondeur)
VARIABLES	En petite ou moyenne profondeur Avec ou sans matériel Positionnement du poisson-dormeur : plus près ou plus éloigné du bord Objet-poisson plus ou moins gros, plus ou moins facile à toucher Toucher plus précis : avec la main, avec le pied, avec les fesses...

<i>Situation 3 : LE POISSON VOLANT</i>	
BUT DE L'ELEVE	Sauter en touchant en objet en hauteur avant d'entrer dans l'eau
CONSIGNES	Sauter vers l'objet (vers l'avant, vers le haut...) pour toucher le poisson accroché à la perche
DEROULEMENT	Les élèves sont placés par équipes : chaque partenaire de l'équipe procède chacun à son saut orienté et on compte 1 point pour chaque poisson touché On comptabilise le nombre de points par équipe. Dans la mesure du possible (si 2 adultes sur le groupe : personne agréée) les élèves sont par groupes de 3 ou 4 pour favoriser le temps d'activité et mettre un enjeu plus ludique avec les points qui s'accumulent en même temps.
CRITERE DE REUSSITE	Arriver à toucher l'objet-poisson Coopérer pour gagner en équipe.
MATERIEL	Aide à la flottaison si nécessaire (moyenne profondeur)
VARIABLES	En petite ou moyenne profondeur Avec ou sans matériel Positionnement du poisson-volant (hauteur plus ou moins élevée) Objet-poisson plus ou moins gros, plus ou moins facile à toucher

ENTREE DANS L'EAU

Niveau 3 : premier palier du savoir-nager

Constat initial	Les élèves sautent dans l'eau avec aide à la flottaison, en moyenne profondeur
Niveau attendu	Ils entrent dans l'eau en sautant sans aide et en moyenne profondeur

Eléments de progression :

- Entrer dans l'eau en prenant appui sur un objet flottant : frite, planche
- Entrer dans l'eau sans aide à la flottaison en s'éloignant progressivement du bord

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : LE TELEPHONE AQUATIQUE</i>	
BUT DE L'ELEVE	Entrer dans l'eau en respectant la consigne
CONSIGNES	L'élève 1 entre dans l'eau comme il le souhaite avec une frite sous les bras dès que l'élève 2 immergé l'appelle. L'élève 1 lui transmet un début de message. L'élève 2 va relayer à l'élève 3 le message enrichi d'un ajout qu'il a inventé et ainsi de suite. A la fin l'équipe vérifie si le message final correspond aux différents ajouts.
DEROULEMENT	Les élèves sont par groupes de 3 ou 4 pour favoriser le temps d'activité.
MATERIEL	Aide à la flottaison si nécessaire
CRITERES DE REUSSITE	Restituer en entier le message correct
VARIABLES	Position d'entrée dans l'eau Nombre d'équipiers

<i>Situation 2 : LE HORS BORD</i>	
BUT DE L'ELEVE	Entrer dans l'eau sans tenir un objet aidant à la flottaison
CONSIGNES	Sauter dans l'eau puis attraper une des planches. Effectuer le parcours, 3 m aller et 3 m retour avec la planche. Sortir et la déposer dans le bac de l'équipe.
DEROULEMENT	Relais 4 à 6 équipes (5 élèves par équipe au plus suivant l'effectif de classe)
MATERIEL	Autant de planches que d'élèves
CRITERES DE REUSSITE	Avoir réuni le plus de planches pour son équipe
VARIABLES	Distance à parcourir Profondeur du bassin Nombre d'objets Lieux et moyens d'entrer dans l'eau

ENTREE DANS L'EAU

Niveau 4

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

Eléments 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 de jeux :

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

<i>Situation 2 : Le cirque aquatique</i>	
BUT DE L'ELEVE	Entrer dans l'eau en glissant sur un toboggan puis sur un tapis Contrôler son immersion.
CONSIGNES	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.
DEROULEMENT	Course / 2 groupes de 5 élèves
MATERIEL	- toboggan - tapis - 1 planche par élève - 1 ligne d'eau pour indiquer la fin du parcours
CRITERES DE REUSSITE	Réaliser correctement l'entrée en enchaînant le parcours.
VARIABLES	Distance à parcourir Varier les mouvements des jambes pendant le déplacement en position dorsale

ENTREE DANS L'EAU

Niveau 5

Constat initial	Entrer dans l'eau sans aide, en roulant sur un tapis ou en se laissant glisser tête la première sur un toboggan
Niveau attendu	Entrer dans l'eau sans aide, en sautant ou en plongeant du bord du bassin

Eléments de progression :

- Entrer dans l'eau en glissant sur un tapis sur le dos, assis, la tête la première, en rotation avant.

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : LE GRAND BLEU</i>	
BUT DE L'ELEVE	Entrer dans l'eau avec ou sans aide de la perche à partir du bord du bassin
CONSIGNES	Sauter dans l'eau pour aller chercher un objet lesté au fond de l'eau. Le ramener dans le bac de l'équipe. S'aider de la perche pour sauter et descendre si nécessaire.
DEROULEMENT	Pour un groupe de 10 élèves partagés en 2 groupes de 5. Organisation en relais où la première équipe à avoir rapporté les 5 objets a gagné.
MATERIEL	5 objets lestés (1 par élève) 2 perches (1 par équipe)
VARIABLES	Nombre d'objets Moyen d'entrer dans l'eau Proximité ou éloignement de l'échelle, du bord

<i>Situation 2 : SIRENES ET TRITON (divinités marines)</i>	
BUT DE L'ELEVE	Sauter ou plonger à partir de la position accroupie (puis debout) du bord du bassin
CONSIGNES	Etre un crapaud et se transformer en triton ou en sirène en entrant dans l'eau. Sauter la première fois accroupi, nager sur 3m aller puis 3m retour. Remonter sur le bord, se redresse et sauter à nouveau. Nager jusqu'à l'entrée de la grotte de Neptune.
DEROULEMENT	Atelier parcours pour 10 élèves. Organiser deux parcours en parallèle
MATERIEL	Cerceau (entrée de la grotte)
VARIABLES	Relai sur deux parcours parallèles Objets à transporter

ENTREE DANS L'EAU

Niveau 6

Constat initial	Entrer dans l'eau sans aide, en sautant ou en plongeant du bord du bassin
Niveau attendu	Sauter ou plonger dans le grand bain à partir d'un plot

Eléments de progression :

- Entrée dans l'eau en sautant à partir d'un plot
- Plonger du plot
- Plonger au-delà d'un repère flottant

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : Les sauteurs de l'extrême</i>	
BUT DE L'ELEVE	Sauter depuis le plot en gainant son corps
CONSIGNES	Sauter dans l'eau les bras le long du corps en faisant le moins d'éclaboussures possible.
DEROULEMENT	Défi 2 par 2. Les 2 enfants sautent en bouteille et un juge donne le point à celui qui a fait le moins d'éclaboussures Défi individuel. L'enfant saute et un observateur donne le point à celui qui a touché le foulard
MATERIEL	1 perche et 1 foulard
CRITERES DE REUSSITE	Faire le moins d'éclaboussures en sautant dans l'eau
VARIABLES	Corps : saut en avant, en arrière, en levant les bras, avec une volte Objet : un ballon lancé par l'adulte à toucher ou à attraper

<i>Situation 2 : Les plongeurs de l'extrême</i>	
BUT DE L'ELEVE	Plonger dans l'eau depuis le plot
CONSIGNES	Se laisser basculer dans l'eau la tête en avant les bras en flèche en position accroupie. Plonger du plot les jambes fléchies les bras en flèche après impulsion des deux pieds.
DEROULEMENT	Défi 2 par 2. Les 2 enfants plongent et un observateur donne le point à celui qui est ressorti le plus loin sans reprise de nage.
CRITERES DE REUSSITE	Réaliser un plongeon en poussant sur les jambes, bras tendus en avant.
MATERIEL	
VARIABLES	Espace : en plongeant au-delà d'une frite, d'un tapis.

ENTREE DANS L'EAU

Niveau 7 : Attestation du savoir-nager

Constat initial	Entrer dans l'eau sans aide, en sautant en grande profondeur
Niveau attendu	Sauter en grande profondeur et revenir à la surface en enchaînant les actions du test

Situations en grande profondeur

Eléments de progression :

- Entrée dans l'eau en sautant ou plongeant à partir du bord du bassin
- Entrée dans l'eau en sautant pour ressortir au-delà d'un repère flottant
- Entrée dans l'eau en sautant et pouvoir enchaîner les actions du test

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : Le pingouin</i>	
BUT DE L'ELEVE	Sauter, depuis le bord, dans différentes zones éloignées de 50 cm et matérialisées par 2 repères flottants ou posés sur le bord du bassin
CONSIGNES	« Saute le plus loin possible puis nage pour revenir au bord. »
DEROULEMENT	Par équipe les enfants sautent en essayant d'améliorer leur performance à chaque passage Jeu qui peut être réalisé en équipe avec un cumul de points (Zone1= 1 point / Zone : 2points / Zone 3 : 3points)
MATERIEL	2 objets flottants ou 2 frites positionnées sur le bord du bassin à 50 cm d'écart pour marquer les zones
CRITERES DE REUSSITE	Atteindre la zone suivante
VARIABLES	Augmenter la taille des zones

<i>Situation 2 : Le dauphin</i>	
BUT DE L'ELEVE	Sauter en grande profondeur et revenir à la surface puis s'immerger pour passer sous un obstacle flottant en réalisant une performance mesurée
CONSIGNES	« Saute puis reviens à la surface puis immerge-toi pour passer sous l'obstacle flottant (Prends ta respiration et souffle dans l'eau) »
DEROULEMENT	L'élève saute puis suit le parcours et reviens à la nage
MATERIEL	Un obstacle flottant
CRITERES DE REUSSITE	Sauter en reprenant rapidement la nage et en gardant la trajectoire du parcours Réaliser le parcours le plus rapidement possible
VARIABLES	Taille de l'obstacle flottant : une frite, une planche, un tapis Nombre d'obstacles

IMMERSION

Niveau 1

Constat initial	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..
Niveau attendu	Immerger partiellement la tête

Situations en petite ou moyenne profondeur

Éléments de progression :

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

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : L'aventurier</i>	
BUT DE L'ELEVE	Ramasser des objets flottant à la surface
CONSIGNES	L'enseignant lance des objets flottants dans un bassin de petite profondeur. « Allez chercher ces objets pour les mettre dans votre coffre ».
DEROULEMENT	2 ou plusieurs équipes sont constituées d'un nombre égal de joueurs. Les joueurs sont placés sur chaque bord du bassin et se font face. L'équipe gagnante est celle qui aura apporté le plus d'objets.
CRITERES DE REUSSITE	Les enfants entrent dans l'eau et acceptent une immersion partielle
MATERIEL	Objets flottants, cerceaux ou coffres
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Objets qui coulent pour inciter les élèves à mettre la tête sous l'eau- Ajouter un requin qui essaie de toucher les aventuriers

<i>Situation 2 : Jacques a dit</i>	
BUT DE L'ELEVE	Immerger la tête
CONSIGNES	Quand un camarade désigné (ou PE ou MNS) annonce « Jacques a dit », il faut appliquer la consigne donnée.
DEROULEMENT	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 ».
CRITERES DE REUSSITE	Les élèves immergent la tête lorsque Jacques le demande
MATERIEL	Lunettes de piscine pour chaque élève
VARIABLES	Nommer différentes actions incitant l'élève à mettre la tête sous l'eau

IMMERSION

Niveau 2

Constat initial	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 leur respiration en immersion.
Niveau attendu	Immerger totalement la tête, avec ou sans appui

Situations en petite ou moyenne profondeur

Eléments de progression :

- Immerger totalement la tête, avec ou sans appui à partir de jeux
- Immerger totalement la tête, avec ou sans appui avec matériel

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : La devinette</i>	
BUT DE L'ELEVE	Trouver le nombre désigné par un autre élève sous l'eau.
CONSIGNES	Un élève indique un nombre de doigts sous l'eau. Son partenaire doit immerger sa tête pour retrouver ce nombre et taper le bon nombre de fois la surface de l'eau.
DEROULEMENT	Par binômes, les élèves sont dans un bassin de petite profondeur. Ils jouent les 2 rôles chacun leur tour.
CRITERES DE REUSSITE	L'élève immerge totalement la tête
MATERIEL	Lunettes de piscine, cartes de couleurs plastifiées
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Profondeur du bassin- Retirer les lunettes- Jouer avec des couleurs- Jouer sous forme de relais pour ajouter une notion de rapidité d'exécution

<i>Situation 2 : Les crevettes dans le filet</i>	
BUT DE L'ELEVE	Immerger totalement la tête
CONSIGNES	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. »
DEROULEMENT	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
CRITERES DE REUSSITE	Les élèves sortent tous du filet.
MATERIEL	Aucun

VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Hauteur des bras- Profondeur du bassin- Comportement du filet (possibilité de bloquer légèrement les crevettes)
------------------	---

IMMERSION

Niveau 3

Constat initial	Pour les élèves qui n'ont plus peur de l'eau mais dont l'autonomie n'est pas assurée. Ils s'immergent jusqu'à la poitrine mais surtout pas la tête, ils respirent hors de l'eau..
Niveau attendu	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.

Situations en moyenne profondeur

Eléments 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 de jeux :

<i>Situation 1 : Le Tunnel</i>	
BUT DE L'ELEVE	Immerger totalement la tête
CONSIGNES	Des cerceaux représentant des tunnels sont disposés à différentes hauteurs. Il faut passer à travers
DEROULEMENT	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.
CRITERES DE REUSSITE	Les élèves acceptent de passer dans les cerceaux. La tête est immergée.
MATERIEL	Cerceaux lestés ou cerceaux classiques tenus par personnel agréé
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Hauteur des cerceaux- Nombre de cerceaux- Profondeur du bassin

<i>Situation 2 : Le Jacuzzi</i>	
BUT DE L'ELEVE	Faire le plus de bulles possibles au fond du bassin
CONSIGNES	Les élèves, par groupe de 2 à 4, doivent s'asseoir au fond du bassin et faire le plus de bulles possibles. Les autres élèves observent la quantité de bulles produites.
DEROULEMENT	En fonction du niveau des élèves, ces derniers descendent au fond du bassin (avec ou sans aide matérielle) pour s'asseoir et faire des bulles. Les autres élèves, à l'aide de lunettes, peuvent observer leurs camarades afin de comprendre les techniques utilisées pour descendre et faire des bulles.
CRITERES DE REUSSITE	Les élèves s'immergent et soufflent dans l'eau (présence de bulles)
MATERIEL	<ul style="list-style-type: none">- Lunettes- Perche- Poids
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Profondeur du bassin- Moyens de descendre au fond

IMMERSION

Niveau 4

Constat initial	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.
Niveau attendu	Aller chercher un objet au fond du bassin, avec ou sans aide, en immersion complète.

Situations en moyenne ou grande profondeur

Eléments 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 de jeux :

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

<i>Situation 2 : LES PERLES</i>	
BUT DE L'ELEVE	Récupérer les perles (représentées par des anneaux par exemple) et les rapporter à la surface.
CONSIGNES	« Beaucoup d'objets sont au fond de la piscine. Certains d'entre sont des perles d'une valeur inestimable. A l'aide de la perche, ou non, vous devrez récupérer ces perles. Les perles sont rouges »
DEROULEMENT	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.
CRITERES DE REUSSITE	Les bons anneaux sont rapportés (bonne vision aquatique)
MATERIEL	Anneaux de différentes couleurs

	Perche (ou cage ludique) pour les élèves en difficulté
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Nombre d'anneaux- Profondeur du bassin- Emplacement des anneaux par rapport au bord- Temps laissé aux élèves pour accomplir la tâche

IMMERSION

Niveau 5

Constat initial	<p>Pour les élèves qui sont déjà autonomes dans l'eau : enchaîner et combiner les actions pour améliorer la nage.</p> <p>Ils sont capables d'entrer dans l'eau en orientant leur corps de différentes manières, éventuellement de rentrer dans l'eau avec la tête en avant.</p> <p>Il s'agit d'augmenter progressivement le temps d'immersion du visage et d'expiration aquatique.</p>
Niveau attendu	Effectuer un déplacement orienté en immersion (par exemple, passer dans un cerceau immergé)

Situations en moyenne ou grande profondeur

Éléments de progression :

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

Situations de jeux :

<i>Situation 1 : LES DEMENAGEURS</i>	
BUT DE L'ELEVE	Se déplacer sous l'eau pour déposer un objet dans une zone indiquée. L'élève apporte un point à son équipe si l'objet est déposé dans la zone et s'il n'a pas mis sa tête hors de l'eau durant le déplacement.
CONSIGNES	Transporter un objet d'une zone vers une autre zone en se déplaçant sous l'eau.
DEROULEMENT	Constituer des équipes ; AU SIGNAL, par 2 (ou 3 selon la surface de jeu et le nombre d'équipes) les élèves prennent un objet et en immersion, le transportent dans la zone indiquée en veillant à rester sous l'eau.
CRITERES DE REUSSITE	L'élève a déplacé l'objet sans sortir sa tête de l'eau jusqu'à la zone définie.
MATERIEL	Objets à transporter Zone de collecte des objets Zone de dépose des objets
VARIABLES	Distance à parcourir Profondeur du déplacement (corps partiellement ou complètement immergé) Contrat de points à atteindre Contrat de temps

<i>Situation 2 : LE PASSAGE SECRET</i>	
BUT DE L'ELEVE	Effectuer un parcours sous l'eau en suivant 2 à 3 repères spécifiques ;
CONSIGNES	Se déplacer sous l'eau en empruntant le chemin de repères rouges. (par ex)
DEROULEMENT	Placer dans l'espace de jeu plusieurs anneaux lestés de couleurs différentes. Seuls les cerceaux rouges mènent au trésor. Les élèves passent l'un après l'autre et tentent de suivre le chemin jusqu'au trésor, avant de revenir à la surface.
CRITERES DE REUSSITE	Les élèves valident le parcours dans son intégralité.

MATERIEL	Anneaux lestés de différentes couleurs Un trésor
VARIABLES	Augmenter le nombre d'anneaux lestés Placer plusieurs parcours de couleurs différentes Permettre une ou deux remontées à la surface

IMMERSION

Niveau 6

Constat initial	Pour les élèves qui sont déjà autonomes dans l'eau : coordonner et synchroniser les actions pour perfectionner la nage Les élèves maîtrisent différents éléments d'au moins une nage codifiée mais éprouvent encore des difficultés à maintenir constamment leur équilibre et à synchroniser leurs mouvements avec la respiration aquatique, pour se déplacer avec efficacité.
Niveau attendu	Aller chercher un objet lesté au fond du bassin (à au moins 1m60) à la suite d'un plongeon canard

Situations en grande profondeur

Éléments de progression :

- Plongeon canard partiellement réussi : buste pas suffisamment incliné, difficulté à dresser les jambes
- Respiration mal placée
- Plongeon canard plus fluide : bascule plus efficace
- Respiration maîtrisée : inspiration

prise Situations de jeux :

<i>Situation 1 : LE CHASSEUR</i>	
BUT DE L'ÉLÈVE	Plonger rapidement.
CONSIGNES	Le meneur de jeu montre avec ses doigts un numéro (de 1 à 10). Les élèves concernés doivent effectuer un plongeon canard et disparaître sous l'eau. L'élève qui plonge et disparaît le premier, marque 1 point pour son équipe.
DEROULEMENT	2 ou plusieurs équipes sont constituées d'un nombre égal de joueurs se voyant attribués un numéro. Les joueurs sont placés sur chaque bord du bassin et se font face. L'équipe gagnante est celle qui aura marqué le plus de points.
CRITERES DE REUSSITE	L'élève disparaît de la surface de l'eau au moins 3s.
MATERIEL	aucun
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Ajouter une autre action (comme toucher le fond)- Modifier la position de départ (à partir d'une glissée ventrale, par ex)

<i>Situation 2 : LE DEFI</i>	
BUT DE L'ÉLÈVE	Plonger en canard, à une profondeur de 1,50m pour ramasser un objet
CONSIGNES	Au signal donné, les premiers de chaque équipe plongent simultanément en canard, s'emparent d'un anneau et le remontent le plus vite possible en dressant le bras.

DEROULEMENT	<p>2 équipes sont constituées et, dans chaque équipe, les joueurs s'organisent.</p> <p>Le départ s'effectue dans l'eau depuis le bord du bassin. 2 anneaux sont placés au fond du bassin.</p> <p>Le gagnant est celui qui fait surface en premier. L'équipe gagnante est celle qui totalise le plus de points.</p>
CRITERES DE REUSSITE	Après un plongeon canard, les élèves rapportent un anneau
MATERIEL	Anneaux lestés
VARIABLES	<p>Travailler en profondeur plus importante.</p> <p>Effectuer le défi en duo 2 CONTRE 2. (les 2 enfants doivent plonger et remonter ensemble, liés par l'anneau)</p>

ÉQUILIBRE

Niveau 1

Constat initial	Les élèves ne quittent pas les appuis de terriens, ils marchent dans l'eau, ils ne prennent appui que sur des supports fixes
Niveau attendu	Se laisser flotter avec l'aide d'une ou deux frites ou d'un appui stable

Eléments de progression :

- Je m'accroche au mur en réduisant progressivement le nombre d'appuis (enlever une main du mur, enlever l'autre puis les deux), en s'éloignant plus ou moins du mur (bras fléchis, bras tendus).
- J'accepte de lâcher les mains du mur.
- J'accepte de me laisser tracter par un camarade.
- Je m'accroche à un objet flottant (frite, planche,...) en retirant progressivement les appuis plantaires.
- Je fais des « essais » de flottaison en position ventrale ou dorsale avec la frite (sous les bras, entre les jambes, sous la nuque, sur le ventre...).

Situations de jeux :

CAPITAINE A DIT

BUT DE L'ELEVE	Respecter les consignes données par « le Capitaine ».
CONSIGNES	Ne répondre qu'aux consignes données par le capitaine : « Le capitaine a dit : lâcher une main, le Capitaine a dit : lâcher les deux mains, ... ».
DEROULEMENT	Les élèves sont dans l'eau, accrochés au bord.
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none">- Lâcher une main- Lâcher les deux mains- Avoir la tête hors de l'eau- Mettre la tête sous l'eau
MATERIEL	Aucun si appui sur le mur ou la ligne d'eau. Frite ou planche pour complexifier la situation.
VARIABLES	Possibilité de s'appuyer sur une ligne d'eau, une frite ou une planche.

LES BIGORNEAUX

BUT DE L'ELEVE	S'éloigner du bord pour passer derrière, 1, 2 ... camarades.
CONSIGNES	Passer derrière le ou les camarades.
DEROULEMENT	Les élèves sont répartis par groupe de 5 les uns à côté des autres ; le 5ème se déplace et prend la place du 1 ^{er} , le 4 ^{ème} se déplace et prend la place ... et ainsi de suite. Le jeu se termine quand les élèves ont repris leur position de départ.
CRITERES DE REUSSITE	Lâcher la main gauche et/ou la main droite
MATERIEL	Aucun
VARIABLES	Un aller-retour ou un relais entre plusieurs équipes.

L'ILE FLOTTANTE

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer le long du mur en se tenant d'une seule main pour déplacer la planche (=île) d'un point A au point B.
CONSIGNES	Tenir d'une main le bord du bassin et de l'autre une planche.

DEROULEMENT	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.
CRITERES DE REUSSITE	- Tenir d'une main la planche sans la lâcher
MATERIEL	- Une planche - Des plots : un pour signaler le départ, un pour signaler l'arrivée et un intermédiaire pour déclencher le départ de l'élève suivant.
VARIABLES	- Changer le sens de circulation et la main d'appui au mur - Relais.

LA COURSE DE BATEAUX

BUT DE L'ELEVE	Se laisser tirer par son camarade.
CONSIGNES	Tirer le bateau pour se déplacer dans le bassin.
DEROULEMENT	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...
CRITERES DE REUSSITE	S'allonger à l'horizontale : sur le dos et/ou le ventre
MATERIEL	- Frite - Planche
VARIABLES	- Bateau : Flottaison sur le ventre, sur le dos. - Course de chars

ÉQUILIBRE

Niveau 2

Constat initial	Les élèves quittent momentanément les appuis plantaires et se déplacent en prenant appui sur des supports fixes
Niveau attendu	Se laisser flotter sans bouger, avec l'aide d'un appui instable

Éléments 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 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 de jeux :

<u>LE PECHEUR ET LES MEDUSES</u>	
BUT DE L'ELEVE	Eviter de se faire attraper par les pêcheurs
CONSIGNES	Les pêcheurs (1/3 de l'effectif) poursuivent les méduses qui cherchent à ne pas être attrapées. Si danger, elles doivent soit se mettre en boule (avec ballon ou frites), soit faire une étoile (avec frites ou planches) ; dès que le pêcheur s'éloigne, la méduse peut se déplacer avec des appuis plantaires. L'élève attrapé va au bord dans une zone « panier ». Dès que quelques méduses (variable selon le nombre d'élèves) sont attrapées, le jeu s'arrête et les méduses deviennent pêcheurs.
DEROULEMENT	Les élèves sont dans l'eau répartis dans une partie du bassin clairement délimitée.
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none">- Réaliser un équilibre statique (boule, étoile) à l'aide d'un élément de flottaison.
MATERIEL	<ul style="list-style-type: none">- Ballons, frites, ou planches- Plots pour matérialiser la zone « panier »
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Possibilité de changer d'aide à la flottaison (ballon, frite ou planche)- Augmenter ou diminuer le nombre de pêcheurs.

LES CASTORS

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer le long de la ligne d'eau en déplaçant des objets
CONSIGNES	Transporter un rondin de l'autre côté de la rive, en prenant appui sur la ligne d'eau sans toucher le sol.
DEROULEMENT	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.

CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none"> - Se tracter en tenant la ligne d'eau d'une main (main droite ou main gauche) - Lâcher la ligne d'eau pour se déplacer
MATERIEL	<ul style="list-style-type: none"> - Flotteurs - Cerceaux - Lignes d'eau - Frites
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none"> - Envisager le parcours de chaque côté de la ligne d'eau - Relais : deux équipes avec deux parcours en parallèle (transporter le plus vite x rondins ou transporter le plus de rondins en x minutes)

LES ICEBERGS

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

ÉQUILIBRE

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.

Eléments 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 de jeux :

<i>LES DAUPHINS</i>	
BUT DE L'ELEVE	Glisser dans le cerceau sans le toucher
CONSIGNES	Partir du petit bassin, le dauphin se laisse tomber et glisse le plus loin possible en passant à travers un cerceau tenu par le dresseur.
DEROULEMENT	Les élèves sont par groupe de deux : le dresseur tient le cerceau immergé et un le dauphin glisse à l'intérieur sans le toucher.
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none">- S'allonger horizontalement sur le ventre, bras tendus devant soi.- Réaliser une poussée en prenant appui sur le mur ou le fond du bassin
MATERIEL	Cerceaux
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Partir d'un tapis flottant- Utilisation d'une planche ou d'un flotteur pour aider la flottaison.

<i>LES MARSOUINS</i>	
BUT DE L'ELEVE	Traverser la largeur du bassin en prenant le moins d'appuis possibles au sol.
CONSIGNES	Traverser le bassin en s'élançant sur le ventre. A chaque appui au sol, le camarade pose un anneau.
DEROULEMENT	Les élèves sont par groupe de deux : le premier part en position ventrale et à chaque appui, le second place un anneau lesté au sol.
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none">- S'allonger horizontalement sur le ventre, bras tendus devant soi.- S'équilibrer horizontalement sur le ventre durant la phase de glisse.- Réaliser une poussée en prenant appui le fond du bassin
MATERIEL	<ul style="list-style-type: none">- Anneaux lestés
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Traversée à effectuer avec une planche- Record à battre

1, 2, 3 PLOUF

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer le plus rapidement pour aller toucher le mur
CONSIGNES	Se déplacer et s'arrêter en équilibre quand le meneur se retourne.
DEROULEMENT	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.
CRITERES DE REUSSITE	S'équilibrer verticalement ou horizontalement, sans reprise d'appui
MATERIEL	<ul style="list-style-type: none">- Ballons- Frites- Planches- Flotteurs
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Varier le matériel : ne pas reprendre le même objet.- Varier les dimensions de l'espace

ÉQUILIBRE

Niveau 4

Constat initial	Les élèves se déplacent sans aide à la flottaison.
Niveau attendu	Faire l'étoile de mer sur le ventre et sur le dos, avec éventuellement une reprise d'appui entre les deux.

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 de jeux :

1, 2, 3 ETOILE

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer le plus rapidement pour aller toucher le mur.
CONSIGNES	Se déplacer et s'arrêter en étoile (ventre et dos) quand le meneur se retourne.
DEROULEMENT	Chaque élève se déplace pour rejoindre le bord opposé et s'équilibre par une étoile (dorsale ou ventrale) quand le meneur se retourne pendant 3 secondes mais sans reprise d'appui : sinon il retourne au départ.
CRITERES DE REUSSITE	S'équilibrer horizontalement (sur le ventre ou sur le dos) sans reprise d'appui
MATERIEL	Aucun
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Varier la dimension de l'espace- Varier la durée de l'équilibre- Varier la position (en T-X-Y)

LES DANSEURS AQUATIQUES

BUT DE L'ELEVE	Réaliser trois équilibres différents en duo.
CONSIGNES	Réaliser un enchaînement de trois équilibres à deux.
DEROULEMENT	Les élèves par groupe de deux proposent et exécutent en synchronie une suite de trois figures avec équilibre devant leurs camarades
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none">- S'équilibrer horizontalement (sur le ventre ou sur le dos) sans reprise d'appui- S'équilibrer verticalement sans reprise d'appui- Utiliser les bras et les jambes pour changer de position.
MATERIEL	Aucun
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Un seul élève marque l'équilibre, l'autre est une aide à la flottaison.- Un duo propose un équilibre et les autres doivent le reproduire.

LA RONDE AQUATIQUE

BUT DE L'ELEVE	Effectuer les actions demandées par l'enseignant
-----------------------	--

CONSIGNES	Réaliser tous ensemble les équilibres demandés.
DEROULEMENT	Les élèves se tiennent la main et tournent en rond.
	Au signal donné par l'enseignant, les élèves se lâchent les mains puis réalisent un équilibre ventral, dorsal, horizontal ou vertical.
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none"> - S'équilibrer horizontalement (sur le ventre ou sur le dos) sans reprise d'appui - S'équilibrer verticalement sans reprise d'appui
MATERIEL	Aucun
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none"> - Réaliser deux équilibres successivement. - Réaliser l'action en se tenant les mains.

ÉQUILIBRE

Niveau 5

Constat initial	Les élèves se déplacent sans aide à la flottaison.
Niveau attendu	Rester immobile sur place 5 à 10 secondes avant de regagner le bord du bassin.

Éléments de progression :

- Après une coulée ventrale, rester immobile dans des positions variées.
- Après une coulée dorsale, rester immobile dans des positions variées.
- Les élèves se laissent tomber en avant en se laissant glissé, enchaînent un équilibre horizontal puis se déplacent sans reprise d'appui.
- Les élèves se laissent tomber en arrière en se laissant glissé, enchaînent un équilibre horizontal puis se déplacent sans reprise d'appui.

Situations de jeux :

<i>LES PIRATES</i>	
BUT DE L'ÉLEVE	Aller chercher le butin.
CONSIGNES	Les pirates (1/3) poursuivent les corsaires qui cherchent à rapporter le butin (=pièces d'or) dans leur bateau. Si danger, ils doivent faire une étoile (dorsale ou ventrale) ; dès que le pirate s'éloigne, le corsaire peut reprendre son déplacement. S'il est attrapé, le pirate confisque le butin et le dépose dans son bateau. Dès que les corsaires ont 10 pièces d'or, le jeu s'arrête.
DEROULEMENT	Les élèves sont dans l'eau répartis dans une partie du bassin clairement délimité : trésor, bateau.
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none">- S'équilibrer horizontalement et verticalement sans reprise d'appui- Se déplacer sans reprise d'appui
MATERIEL	<ul style="list-style-type: none">- Bateau représenté par un tapis flottant- Les pièces d'or sont représentées par des anneaux, ou des objets flottants.
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Augmenter le nombre de pirates- Limiter le temps de jeu (ex : 5 minutes)

<i>JEU DU REQUIN</i>	
BUT DE L'ÉLEVE	Ne pas se faire toucher par le requin
CONSIGNES	Se rendre de l'autre côté du bassin sans se faire toucher par le requin.
DEROULEMENT	Les élèves (= les poissons) doivent traverser le bassin, au signal du requin. Si danger, les poissons doivent faire une étoile et ne peuvent pas être capturés par le requin. Les poissons touchés deviennent à leur tour requin. A partir d'1/3 de requins, le jeu s'arrête.

CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none"> - S'équilibrer horizontalement et verticalement sans reprise d'appui - Se déplacer sans reprise d'appui
MATERIEL	Aucun
VARIABLES	Agrandir ou diminuer l'espace de jeu

LES CREVETTES ET LES EPUISSETTES

BUT DE L'ELEVE	Lancer les objets dans le cerceau
CONSIGNES	Lancer les crevettes dans les épuisettes. Le jeu s'arrête au moment où la première équipe a pêché 3 crevettes.
DEROULEMENT	Les élèves par groupe de deux : le pêcheur est dans l'eau avec un cerceau (épuisette) en équilibre et son camarade lui lance les crevettes à attraper.
CRITERES DE REUSSITE	S'équilibrer horizontalement et verticalement sans reprise d'appui
MATERIEL	<ul style="list-style-type: none"> - Cerceau - Flotteur - Objets en mousse
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none"> - Imposer un équilibre - Alternner les équilibres entre chaque capture de crevette.

ÉQUILIBRE

Niveau 6

Constat initial	Les élèves maîtrisent différents éléments d'une nage codifiée mais ont encore des difficultés à maintenir constamment leur équilibre.
Niveau attendu	Enchaîner au moins un équilibre en position horizontale (étoile de mer) et un équilibre en position verticale, sans une reprise d'appui entre les deux, et maintenir au moins 5 secondes chaque position.

Eléments de progression :

- Effectuer une poussée en équilibre ventral, à l'arrêt puis retrouver la position verticale
- Effectuer une poussée en équilibre dorsal, à l'arrêt puis retrouver la position verticale
- En déplacement horizontal alterner l'équilibre dorsal et ventral, sans reprise d'appui, avec reprise de nage.

Situations de jeux :

LA LOUTRE

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer en respectant le code de la loutre
CONSIGNES	Se déplacer sur le ventre ou sur le dos et s'équilibrer en respectant les codes (plots) de couleur.
DEROULEMENT	Les élèves suivent un parcours indiquant le sens et le mode de déplacement et les différents équilibres.
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none">- Se déplacer sans reprise d'appui.- S'équilibrer sans reprise d'appui.
MATERIEL	Plot jaune : équilibre
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Préciser le type d'équilibre à coller sur le plot. V : ventral ; D : dorsal- Préciser le type de déplacement en insérant un nouveau plot de couleur et deux affichettes Plot rouge = V : ventral ; D : dorsal- Différencier les parcours : forme, longueur...

1, 2, 3 CROCO

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer le plus rapidement pour aller toucher le mur
CONSIGNES	Se déplacer et s'arrêter en équilibre quand le meneur se retourne.
DEROULEMENT	Les élèves se déplacent pour rejoindre le bord opposé et s'équilibrent quand le meneur se retourne pendant 5 secondes mais sans reprise d'appui : sinon ils retournent au départ.
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none">- Se déplacer sans reprise d'appui.- S'équilibrer sans reprise d'appui.
MATERIEL	Aucun
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Varier les modes de déplacement (ventral et dorsal)- Varier les équilibres.

DÉPLACEMENT PROPULSION

Niveau 1

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

Eléments de progression :

- Se déplacer à l'aide d'appuis au sol :
 - seul, en avant, à reculons, en pas chassés
 - à 2, en se tenant par une main, par deux mains
- Se déplacer avec appui au sol, et traction des bras :
 - en avant, à reculons
 - à grandes enjambées, à pieds joints loin et/ou proche du mur
 - se déplacer en appui avec les mains au bord du bassin (pour aller vers la moyenne profondeur)

Situations d'apprentissages ludiques :

<i>LES DERNIERS SERONT LES PREMIERS</i>	
BUT DE L'ÉLÈVE	Se déplacer en s'aidant du bord, en contournant les obstacles
CONSIGNES	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
DEROULEMENT	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.
CRITERES DE REUSSITE	Réussir à remonter la file sans appui pédestre au sol
MATERIEL	Un couloir près du bord
VARIABLES	- Imposer un nombre d'appuis en passant entre chaque élève, plus ou moins important selon les capacités des élèves - 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)

<i>L'OTARIE</i>	
BUT DE L'ÉLÈVE	Se déplacer pour aller récupérer un objet flottant le plus rapidement possible
CONSIGNES	Constituer 2 équipes. Chaque joueur porte un numéro de 1 à n. Lorsqu'un numéro sera annoncé, le joueur désigné aura pour but de récupérer le ballon avant son adversaire.
DEROULEMENT	Les élèves sont répartis en 2 équipes égales de n joueurs disposées à l'opposé sur un bord du bassin. Chaque membre de l'équipe s'attribue un nombre de 1 à n. Le ballon est placé au centre de l'aire de jeu. Prévoir des jeux avec des équipes réduites afin d'assurer l'action des enfants.

CRITERES DE REUSSITE	Récupérer le ballon avant son adversaire
MATERIEL	Un ballon
VARIABLES	Le meneur peut annoncer plusieurs numéros en même temps
<u>REQUINS ET SARDINES</u>	
BUT DE L'ELEVE	<ul style="list-style-type: none"> - Ne pas se faire attraper si on est une sardine - Attraper le camarade si on est un requin
CONSIGNES	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.
DEROULEMENT	<p>Les élèves se déplacent en marchant dans le bassin pour rejoindre le bord opposé du bassin.</p> <p>Deux lignes séparées de 1m50 : la ligne des sardines est en avant de la ligne des requins</p>
CRITERES DE REUSSITE	<p>Sardine : Rejoindre le bord opposé sans se faire attraper</p> <p>Requin : Toucher la sardine</p>
MATERIEL	Néant
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none"> - Distance de départ entre les sardines et les requins - Position de départ : de face, de dos... - Un contre un

DÉPLACEMENT PROPULSION

Niveau 2

Constat initial	Les élèves sont capables de quitter momentanément les appuis plantaires et de se déplacer en prenant appui sur des supports fixes. Rechercher l'allongement pour se déplacer en mettant la tête dans l'eau
Niveau attendu	Se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans appui au mur, avec une aide à la flottaison (frite, planche, ...)

Eléments de progression :

- . Se déplacer en se laissant tirer par un camarade.
- . *Se déplacer en position allongée sur le ventre (avec aide de planche ou frite) : en essayant de traverser le bassin, allongé sur un tapis, uniquement par battements des pieds. En battant des pieds – en alterné – en simultané sur le dos/ventre.*
- . Lâcher un appui du mur
- . Traverser avec des ponts de singes
- . Traverser largeur du couloir avec une frite ou 2 sous les bras
- . Se déplacer en se tirant à l'aide des bras à une corde tendue entre les échelles.

Situations d'apprentissages ludiques :

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

LA CHASSE AUX TRESORS

BUT DE L'ELEVE	Ramasser le maximum d'objets
CONSIGNES	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.
DEROULEMENT	Les élèves sont dans le grand bain, face à face, les trésors sont situés entre les 2 équipes.
CRITERES DE REUSSITE	Ramasser plus d'objets que l'équipe adverse
MATERIEL	Objets flottants tels que : balles, planches, flotteurs de ceinture, anneaux...
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">. Certains objets peuvent être dans un bassin où les élèves ont pied. Nombre/poids des objets. Distance à parcourir jusqu'aux objets. Introduire une notion de temps pour que les élèves cherchent à se déplacer rapidement

DÉPLACEMENT PROPULSION

Niveau 3

Constat initial	Les élèves se déplacent sur des supports mobiles.
Niveau attendu	Amener les élèves à devenir autonome dans leurs déplacements (sans aide à la flottaison). Se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui.

Éléments de progression :

. *Se déplacer en position allongée sur le ventre (avec aide de planche ou frite ou sans matériel) : en essayant de traverser le bassin, allongé sur un tapis, uniquement par battements des pieds. En battant des pieds – en alterné – en simultané sur le dos/ventre.*

. *Se déplacer sur le dos : en essayant de traverser le bassin, allongé sur un tapis puis avec une frite puis sans matériel, uniquement par battements des pieds. En essayant de passer dans un cerceau à demi immergé.*

. *Avancer avec une planche sous les bras, puis tenue à bout de bras*

. *Avancer avec une frite sous les bras puis tenue à bout de bras, puis sans aide matérielle*

Situation d'apprentissage ludique:

POISSONS BELIERS

BUT DE L'ELEVE	Rechercher le battement de pieds le plus efficace pour gagner
CONSIGNES	Repousser le tapis au-delà de la ligne d'eau, en utilisant les battements de pieds.
DEROULEMENT	Chaque binôme a un tapis glissé sous la ligne qui délimite le milieu de celui-ci. Les élèves s'accrochent face à face sur les côtés des tapis en position ventrale. Au signal, les élèves doivent pousser le tapis à l'aide de leurs jambes.
CRITERES DE REUSSITE	Repousser le tapis au-delà de la ligne d'eau ou le cas échéant au bout du temps imparti avoir la partie la moins importante du tapis de son côté.
MATERIEL	Une ligne d'eau, un tapis pour deux
VARIABLES	. Jouer deux contre deux. . Essayer de repousser le tapis jusqu'au bord opposé du bassin. . Changer le type de tapis.

L'OTARIE

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer pour aller récupérer un objet flottant le plus rapidement possible
CONSIGNES	Constituer 2 équipes. Chaque joueur porte un numéro de 1 à n. Lorsqu'un numéro sera annoncé, le joueur désigné aura pour but de récupérer le ballon avant son adversaire.
DEROULEMENT	Les élèves sont répartis en 2 équipes égales de n joueurs disposées à l'opposé sur un bord du bassin. Chaque membre de l'équipe s'attribue un nombre de 1 à n. Le ballon est placé au centre de l'aire de jeu. Prévoir des jeux avec des équipes réduites afin d'assurer l'action des enfants.
CRITERES DE REUSSITE	Récupérer le ballon avant son adversaire
MATERIEL	Un ballon

VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Le meneur du jeu peut annoncer plusieurs numéros en même temps.- Plusieurs ballons- Mettre en place plusieurs équipes (3 ou 4)
------------------	--

DÉPLACEMENT PROPULSION

Niveau 4

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

Eléments de progression :

- effectuer des coulées ventrales après impulsion au mur
- Effectuer des coulées dorsales après impulsion au mur
- Tête demi immergée par la seule action simultanée des bras, sans engin de flottaison : sur une courte distance, avec des mouvements très rapides, avec mouvements très lents.
- Avec mouvement alterné des bras
- En utilisant seulement l'action des bras : bras dans le prolongement du corps, ramener vivement les bras le long du corps et se laisser glisser

Situations d'apprentissages ludiques :

<u>LE POISSON GEANT</u>	
BUT DE L'ELEVE	Coopérer pour parvenir à se déplacer à deux
CONSIGNES	Se déplacer à 2 comme un poisson géant. L'enfant qui constitue la tête du poisson se propulse avec les bras (avec un pull-boy entre les jambes) et celui qui constitue la queue du poisson se propulse avec les jambes.
DEROULEMENT	Mettre les enfants par 2. Inverser les rôles à chaque passage.
CRITERES DE REUSSITE	Réaliser le déplacement en étant toujours relié à son partenaire
MATERIEL	1 pull-boy pour 2.
VARIABLES	Jouer sous formes de relais par équipes Faire des courses à plusieurs poissons géants En position ventrale puis en position dorsale L'un en position ventrale et l'autre en position dorsale

<u>LE CROCODILE ET LES POISSONS</u>	
BUT DE L'ELEVE	Pour les crocodiles : toucher les poissons Pour les poissons : échapper au(x) crocodile(s)
CONSIGNES	Au signal, traverser sans se faire toucher, sinon on devient crocodile jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de poissons.
DEROULEMENT	Les enfants évoluent sur la largeur du bassin, le crocodile les attend au centre
CRITERES DE REUSSITE	Pour les poissons : traverser la largeur du bassin sans se faire toucher Pour le(s) crocodile(s) : toucher un maximum de poissons
MATERIEL	Pas de matériel nécessaire
VARIABLES	On peut varier la longueur de la traversée (en utilisant le bassin dans la longueur) Varier les déplacements, en imposant déplacement ventral et/ou dorsal.

DÉPLACEMENT PROPULSION

Niveau 5

Constat initial	Les élèves se déplacent de manière autonome sur le ventre ou sur le dos mais sur des courtes distances et de manière peu efficace
Niveau attendu	Se déplacer sur une trentaine de mètres, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appui

Éléments de progression :

- effectuer des coulées ventrales après impulsion au mur
- Effectuer des coulées dorsales après impulsion au mur
- Tête immergée par la seule action simultanée des bras, sans engin de flottaison : sur une moyenne distance, avec des mouvements très rapides, avec mouvements très lents.
- Avec mouvement alterné des bras
- En utilisant seulement l'action des bras : bras dans le prolongement du corps, ramener vivement les bras le long du corps et se laisser glisser

Situations d'apprentissages ludiques

<i>LES DUOS DE POISSONS</i>	
BUT DE L'ELEVE	Réaliser le parcours en miroir
CONSIGNES	Traverser le bassin en se déplaçant de manière synchronisée.
DEROULEMENT	Par groupe de 2, les élèves élaborent un parcours de leur choix en enchaînant différents déplacements
CRITERE DE REUSSITE	Se déplacer de manière synchronisée
MATERIEL	Néant
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Baliser le parcours- Introduire des contraintes : déplacement ventral, coulée, changement de position

<i>L'OTARIE</i>	
BUT DE L'ELEVE	Se déplacer pour aller récupérer un objet flottant le plus rapidement possible
CONSIGNES	Constituer 2 équipes. Chaque joueur porte un numéro de 1 à n. Lorsqu'un numéro sera annoncé, le joueur désigné aura pour but de récupérer le ballon avant son adversaire.
DEROULEMENT	Les élèves sont répartis en 2 équipes égales de n joueurs disposées à l'opposé sur un bord du bassin. Chaque membre de l'équipe s'attribue un nombre de 1 à n. Le ballon est placé au centre de l'aire de jeu. Prévoir des jeux avec des équipes réduites afin d'assurer l'action des enfants.
CRITERES DE REUSSITE	Récupérer le ballon avant son adversaire
MATERIEL	Un ballon
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Le meneur de jeu peut annoncer plusieurs numéros en même temps- Imposer un parcours à l'aller et/ou au retour

DÉPLACEMENT PROPULSION

Niveau 6

Constat initial	Les élèves maîtrisent différents éléments d'au moins une nage codifiée mais éprouvent encore des difficultés à maintenir constamment leur équilibre et à synchroniser leurs mouvements avec la respiration aquatique, pour se déplacer avec efficacité
Niveau attendu	Se déplacer 30 m : 15 mètres sur le ventre et 15 mètres sur le dos

Eléments de progression :

- Enchaîner nage ventrale et nage dorsale

Situations d'apprentissages ludiques

LES HORS BORDS

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer le plus rapidement possible sur une quinzaine de mètres
CONSIGNES	Transporter tous les objets d'un panier à l'autre. Les déplacements à l'aller se feront en nage ventrale et au retour en nage dorsale.
DEROULEMENT	Les élèves sont répartis en 2 équipes égales disposées à l'opposé sur un bord du bassin. Chaque équipe dispose, sur le bord, d'un panier rempli d'objets divers (flotteurs de ceintures, anneaux lestés, objets flottants ...) Au signal de départ, les équipes doivent transporter les objets de leur panier dans un panier situé de l'autre côté du bassin.
CRITERE DE REUSSITE	L'équipe qui vide son panier en premier gagne
MATERIEL	Au moins le double d'objets que de joueurs pour chaque équipe 4 paniers ou contenants (2 par équipes)
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Au niveau des consignes : Imposer de ne transporter qu'un objet à la fois.- Répartir les objets à transporter sur le bord et sous l'eau (objets lestés)- Varier la quantité d'objets et leur encombrement- Réduire ou augmenter la distance séparant le panier de départ et d'arrivée.

LES DAUPHINS

BUT DE L'ELEVE	Se déplacer rapidement en utilisant plusieurs nages
CONSIGNES	Traverser le bassin en alternant nage ventrale et nage dorsale au passage du plot. Au moment où le premier élève touche le bord, le deuxième part et effectue la traversée.
DEROULEMENT	Jouer sous forme de relais avec des équipes réduites pour éviter les temps d'attente.
CRITERE DE REUSSITE	L'équipe ayant traversé le bassin la première, l'emporte.
MATERIEL	Plots
VARIABLES	<ul style="list-style-type: none">- Allonger la distance de traversée.- Demander un aller-retour- Proposer des obstacles

DÉPLACEMENT PROPULSION

Niveau 7

Constat initial	Les élèves sont autonomes dans l'eau. Ils alternent nage ventrale et dorsale sur 30m. compétence à nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce).
Niveau attendu	Nager 10 m. avec un ballon et le lancer sur une cible

Eléments de progression :

- Battements avec planche en traversée. Ne relever la tête que pour inspirer
- Déplacements bras seuls, accroître progressivement le nombre d'actions de bras sur une seule expiration.
- Conserver un nombre constant (pair ou impair) de passages des bras sur une expiration.
- Prendre conscience du trajet et de l'action motrice des bras dans les 3 nages (crawl, dos et brasse).
- Prendre conscience de l'action équilibratrice et motrice des jambes dans les 3 nages (crawl, dos et brasse)
- Apprentissage des nages codifiées : ventrales crawl et brasse et dorsale : dos crawlé

Situations d'apprentissages ludiques :

<u>LE PASSE BALLON</u>	
BUT DE L'ELEVE	Se déplacer rapidement
CONSIGNES	Au signal du meneur, le premier des lanceurs envoie le ballon sur l'aire de jeu ; aussitôt, les passeurs plongent et doivent faire transiter le ballon d'un bord à l'autre par des passes. Tous doivent participer. Pendant ce temps, chaque lanceur effectue à son tour un aller retour en contournant la balise. A l'arrivée du dernier lanceur, on dénombre les traversées du ballon. Inverser les rôles
DEROULEMENT	Les élèves sont répartis en 2 équipes égales : les lanceurs et les passeurs qui se tiennent sur le même bord du bassin. La bouée servant de balise est placée à 5m environ du bord.
CRITERE DE REUSSITE	L'équipe ayant fait le plus de traversées du ballon, l'emporte.
MATERIEL	1 bouée (balise) , 1 ballon
VARIABLES	Allonger les distances de déplacement Compliciter le parcours à effectuer Déplacement ventral puis dorsal au passage de balise.

<u>LA CHASSE AUX CANARDS</u>	
BUT DE L'ELEVE	Se déplacer rapidement
CONSIGNES	Au signal du meneur, le canard n°1 lance la balle sur l'aire de jeu. Il plonge pour traverser celle-ci ; les chasseurs s'emparent de la balle et tentent de toucher le canard avec la balle. Celui-ci devient intouchable s'il s'accroche à une ligne d'eau. Un deuxième canard doit alors s'élancer ; les chasseurs ont le choix de toucher l'un ou l'autre canard (seuls 2 canards à la fois peuvent être en jeu). Le canard marque 1 point pour son équipe s'il atteint le bord opposé au bord de départ sans être touché. On inverse ensuite les rôles
DEROULEMENT	Les élèves sont répartis en 2 équipes égales : les chasseurs dotés chacun d'une ceinture se tiennent sur l'aire de jeu, partagée en 3 parties égales par 2 lignes d'eau et les canards, sur le bord ont établi un ordre de passage.
CRITERE DE REUSSITE	Pour le canard : traverser le bassin sans se faire toucher. Pour les chasseurs : parvenir à éliminer l'ensemble des canards avant qu'ils aient traversé le bassin
MATERIEL	1 balle
VARIABLES	Ne plus mettre qu'une ligne d'eau Faire partir 2 canards en même temps Mettre une 2 ^e balle en jeu

<u>L'EQUILIBRISTE DE L'EAU</u>	
BUT DE L'ELEVE	Se déplacer rapidement en utilisant plusieurs nages
CONSIGNES	Traverser le bassin en alternant nage ventrale et nage dorsale au passage sous la ligne d'eau
DEROULEMENT	2 lignes d'eau sont mises en place. Jouer sous forme de relais avec des équipes réduites pour éviter les temps d'attente. Critère de réussite : L'équipe ayant traversé le bassin la première, l'emporte .
MATERIEL	
VARIABLES	Allonger la distance de traversée. Mettre des obstacles à éviter sur le parcours Varier le nombre de lignes d'eau Demander un aller-retour

Niveau 7 pour aller plus loin : Water-polo