

Projet natation

« Débutant et débrouillard »
« CP et CE2 »
2008/2009

Piscine communautaire
Des Pennes-Mirabeau

Ecoles élémentaires
Des Pennes-Mirabeau

Sommaire

Projet natation des classes élémentaires:

Présentation du module d'apprentissage CP (debutant).....	p 3
Présentation du module d'apprentissage CE2 (débrouillard).....	p 4
Séances 1 et 2	p 5
Séance 3.....	p 8
Séance 4.....	p 11
Séance 5.....	p 15
Séance 6.....	p 18
Séance 7.....	p 22
Séance 8.....	p 26
Séance 9.....	p 31
Séance 10.....	p 35
Séance 11.....	p 38
Séance 12.....	p 41

Annexes :

- Feuille de présence
- Feuille d'évaluation enseignant (séance 1 et 2)
- Feuille d'évaluation élève (séance 1 et 2)
- Test agir dans l'eau (séance 12)
- Diplôme « agir dans l'eau » (séance 12)
- Test savoir nager (séance 12)
- Diplôme « savoir nager » (séance 12)
- Fiche bilan (à envoyer à l'inspection en fin de cycle d'apprentissage)

Proposition d'un cycle d'apprentissage "natation" en CP
(12 séances minimum pour l'année scolaire 2008-2009)

Numéros des Séances	Situations	Objectifs
1 et 2	Phase de découverte et phase de référence: Test "agir dans l'eau" (sous forme de parcours) (Tâches non définies et tâches semi-définies)	<u>Familiarisation et évaluation</u> Pour l'élève: (re)familiarisation avec le milieu aquatique, prendre des repères (découverte du matériel, des personnes...) savoir ce qu'il sait faire. Pour le maître: mettre en confiance les élèves, commencer à situer les élèves et constituer deux groupes de travail au sein de la classe pour les séances suivantes.
3, 4 et 5	Situations d'apprentissage (tâches définies)	<u>Construire des savoirs Dominante "immersion"</u> L'enseignant et les MNS aident l'élève à construire les savoirs constitutifs de la compétence visée. Ils structurent.
6, 7 et 8	Situations d'apprentissage	<u>Construire des savoirs Dominantes :</u> "déplacement" « équilibre » L'enseignant et les MNS aident l'élève à construire les savoirs constitutifs de la compétence visée. Ils structurent.
9, 10, 11	Situations d'apprentissage	<u>Construire des savoirs entrée dans l'eau, déplacement, respiration et immersion</u> L'enseignant et les MNS aident l'élève à construire les savoirs constitutifs des compétences visées. Ils structurent et permettent aux élèves de réinvestir ce qu'ils ont appris dans les séances précédentes.
12	Phase de bilan	<u>Évaluer les progrès</u> à la fin du cycle d'apprentissage Pour l'élève de CP: Test "agir dans l'eau" et éventuellement "test "savoir nager" Pour le maître situer les élèves.

Proposition d'un cycle d'apprentissage "natation" en CE2
(12 séances minimum sur l'année scolaire 2008-2009)

Numéros des Séances	Situations	Objectifs
1 et 2	Phase de découverte et phase de référence: Test "agir dans l'eau" (sous forme de parcours) (Tâches non définies et tâches semi-définies)	<u>Familiarisation et évaluation</u> <u>Pour l'élève:</u> (re)familiarisation avec le milieu aquatique, prendre des repères (découverte du matériel, des personnes...) savoir ce qu'il sait faire. <u>Pour le maître:</u> mettre en confiance les élèves, commencer à situer les élèves et constituer deux groupes de travail au sein de la classe pour les séances suivantes.
3, 4 et 5	Situations d'apprentissage (tâches définies)	<u>Construire des savoirs</u> Dominantes: "déplacement et immersion" L'enseignant et les MNS aident l'élève à construire les savoirs constitutifs de la compétence visée. Ils structurent.
6, 7 et 8	Situations d'apprentissage	<u>Construire des savoirs</u> Dominantes : « entrée dans l'eau, immersion et déplacement » L'enseignant et les MNS aident l'élève à construire les savoirs constitutifs de la compétence visée. Ils structurent.
9	Situations d'apprentissage	« Où j'en suis ? » Réinvestissement Permettre aux élèves de réinvestir ce qu'ils ont appris dans les séances précédentes.
10 et 11	Situations d'apprentissage	Réinvestir et perfectionner ses acquis pour nager plus efficacement Découverte de techniques de nage (crawl)
12	Phase de bilan	<u>Évaluer les progrès</u> à la fin du cycle d'apprentissage <u>Pour l'élève:</u> Test "savoir nager" et/ou test "agir dans l'eau" <u>Pour le maître</u> situer les élèves.

Séances 1 et 2

(CP et CE 2)

Objectifs :

Pour l'élève : prendre des repères, se familiariser avec le milieu aquatique, savoir ce qu'il sait faire

Pour le maître : donner envie aux élèves de revenir et évaluer le niveau des élèves (à l'issue des deux séances, la classe sera scindée en deux groupes de niveau) :

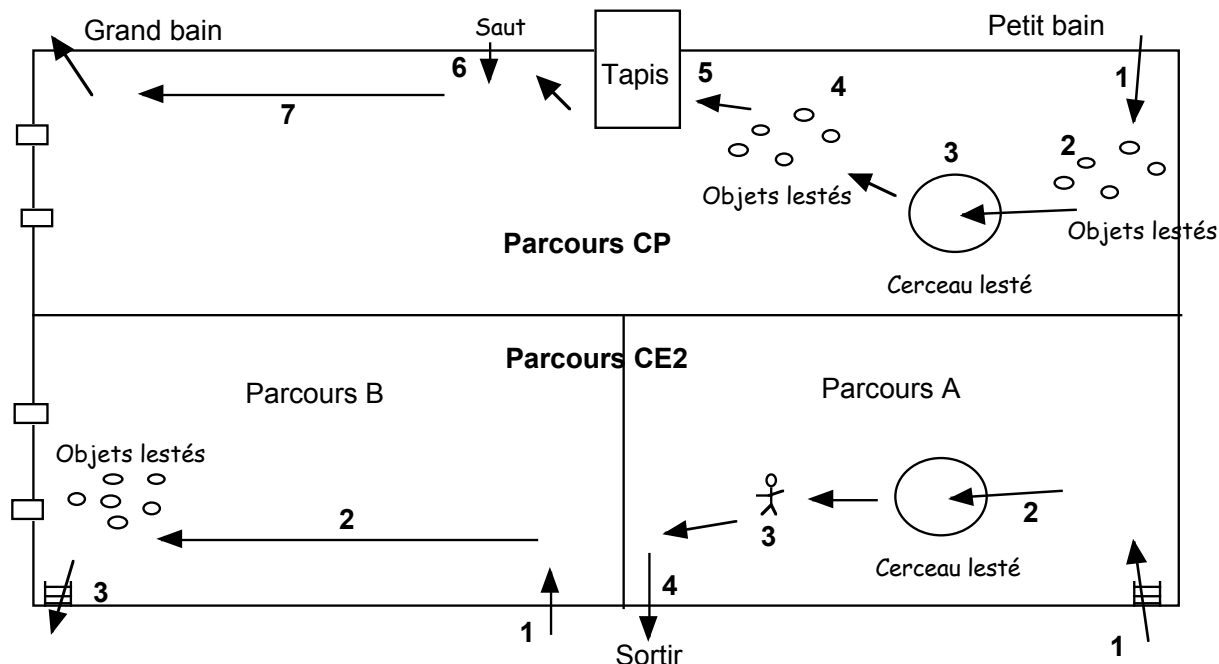
- entrée dans l'eau : aisance ou appréhension ? par la tête ou par les pieds ?
- immersion : bouche, nez, tête complètement immergée ? façon de sortir la tête ? respiration ?

Conditions de sécurité et d'encadrement :

- à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance
- l'enseignant et un MNS à l'enseignement pour chaque classe. + MNS de surveillance pour le bassin.

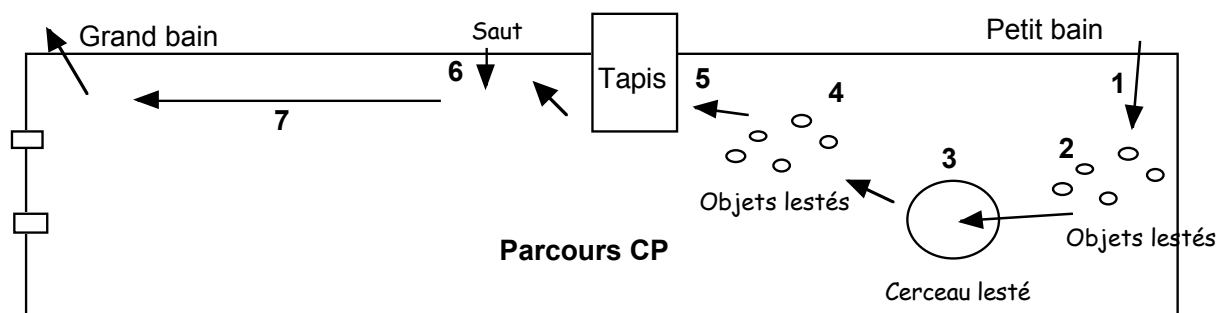
Conseil : Ne pas donner de matériel trop tôt (frite).

Aménagement du bassin



Séance 1 (CP)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer (CP) :

1/ Faire connaissance avec les maîtres nageurs, (re)découvrir la piscine et le matériel (environ 10 minutes)
2/ Découvrir le parcours qui suit. Les élèves ont le choix : soit effectuer le parcours, soit être en « bain libre ».

Parcours en petite profondeur : 1-entrer dans l'eau par le petit bain. (Évaluer la façon de le faire : entre par l'échelle, en se tenant assis sur le bord, a peur, saute.) Donner le choix, mais proposer de sauter à l'élève.
2-Aller ramasser un objet lesté (évaluer l'aisance). 3- Se déplacer vers la grande profondeur avec ou sans frite (comment se déplace-t-il ?) *Evaluer la position de la tête, souffle ou ne souffle pas, utilise les bras et les jambes.* Passer dans un cerceau immergé (à 0,20 m de profondeur). *Evaluer l'appréhension, le souffle, le contrôle des capacités respiratoires.* 4- Aller ramasser un objet lesté (cette fois en plus grande profondeur). 5-Passer sous un tapis (ou une corde) en moyenne profondeur. 6- Sauter au moyen bain. 7- Se déplacer jusqu'à l'échelle (avec ou sans aide matérielle).

Séance 2 (CP)

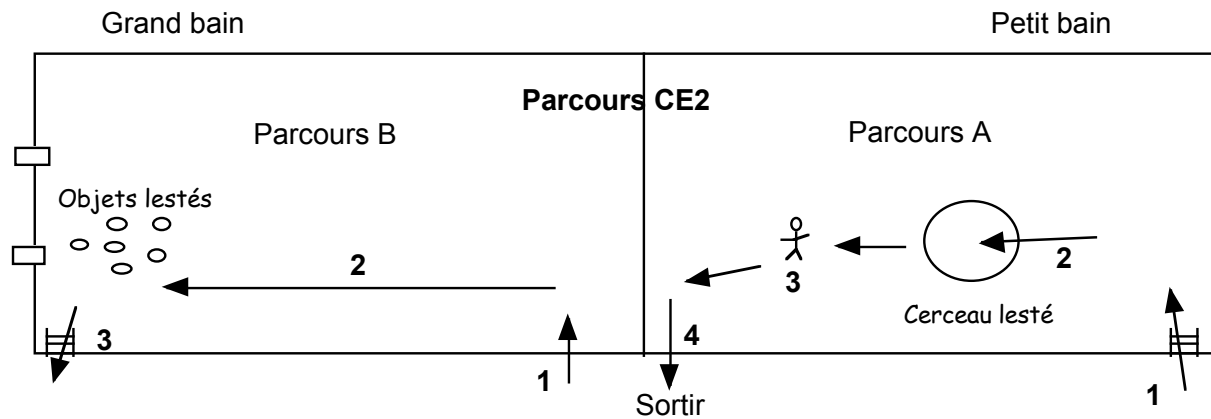
Même aménagement que la séance 1

Cette fois, tous les élèves effectuent le parcours afin d'être « testés ».

Mais certains élèves de CP qui le souhaitent effectuent le parcours des CE2.

Séance 1 (CE2)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer (CE2):

1/ Faire connaissance avec les maîtres nageurs, (re)découvrir la piscine et le matériel (5 à 10 minutes)

2/ Découvrir les parcours qui suivent. Les élèves ont le choix : soit effectuer un parcours, soit être en « bain libre ».

Parcours A et B : « agir dans l'eau »

Parcours A : 1- Descendre par l'échelle. 2- Passer dans le cerceau immergé. 3- Se laisser flotter 5 secondes. 4- Sortir de l'eau.

Parcours B : 1- Sauter. 2- Se déplacer sur environ 12, 50 m. 3- Sortir de l'eau.

(Eventuellement : demander aux élèves qui le souhaitent d'aller chercher un objet lesté avant de sortir de l'eau.)

Séance 2 (CE2)

Même aménagement que la séance 1

Cette fois, tous les élèves effectuent les deux parcours afin d'être « testés ».

Mais les CE2 qui ont été en difficulté durant la séance peuvent effectuer le parcours des CP.

Séance 3

(CP et CE 2)

Objectifs (CP) :

Pour l'élève : **accepter de s'immerger la tête entièrement**

Pour le maître : Proposer des situations qui permettent l'immersion totale de la tête.

Critères de réalisation (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

Ne pas se boucher le nez. Souffler par le nez.

Objectifs (CE2) :

Pour l'élève : **Trouver un autre moyen de se déplacer autre que les jambes.**

Pour le maître : Harmoniser le travail des deux groupes.

Critères de réalisation (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

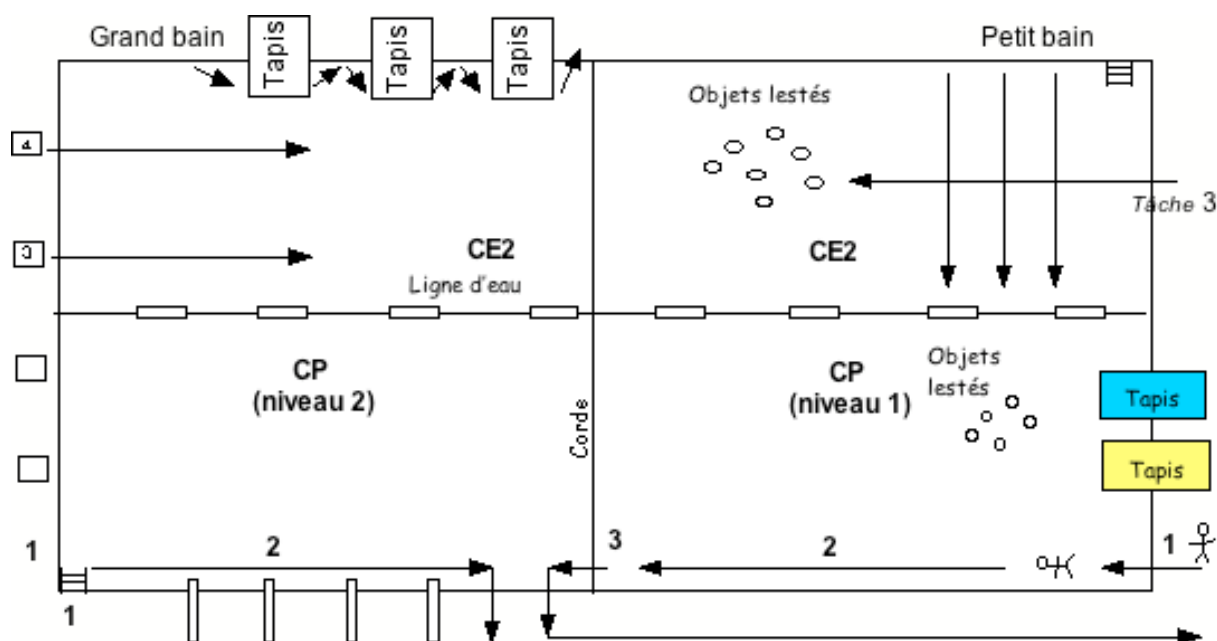
Se déplacer à l'aide d'une frite éventuellement.

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

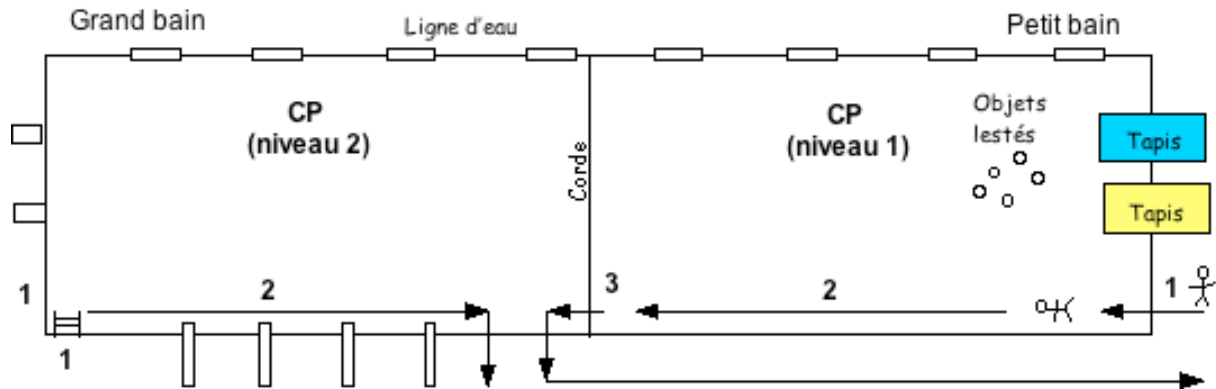
* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Aménagement du bassin



Séance 3 (CP)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer : *Dominante immersion*

Pour les CP (niveau 1)

1^{ère} partie de la séance (10 minutes):

1-Entrer dans l'eau (assis, en glissant du bord...) 2-Se déplacer le long du mur (en se tenant ou pas). 3-Passer sous la corde, sortir de l'eau, puis recommencer (plusieurs fois).

2^{ème} partie de la séance (10 minutes): **chasse aux trésors** (deux équipes doivent être constituée)

Aller chercher un objet immergé et le ramener sur son tapis. Quand il n'y a plus d'objets, le jeu s'arrête et on compte le nombre d'objets pêchés (récoltés sur chaque tapis d'équipe).

3^{ème} partie de la séance (10 minutes): **jeu « 1,2,3 caché »**

1-Départ côté petit bain (de la ligne d'eau vers le mur). Chaque élève a une planche en main.

2- A « 1,2,3 caché », les élèves doivent se cacher la tête sous l'eau (sous la planche). Départ de la ligne d'eau vers le bord. Les élèves ne peuvent se déplacer que s'ils ont la tête sous l'eau (sous la planche). Les trois premiers enfants arrivés ont gagné.

Pour les CP (niveau 2)

1^{ère} partie de la séance (10 minutes):

1-Entrer dans l'eau (assis ou debout ; du plot ou du bord au choix) 2-Se déplacer le long du mur (avec ou sans appui). 3-Au niveau de la frite posée sur le bord, mettre la tête dans l'eau (1^{er} passage), souffler (au 2^{ème} passage) sortir de l'eau, puis recommencer plusieurs fois le parcours.

2^{ème} partie de la séance (10 minutes):

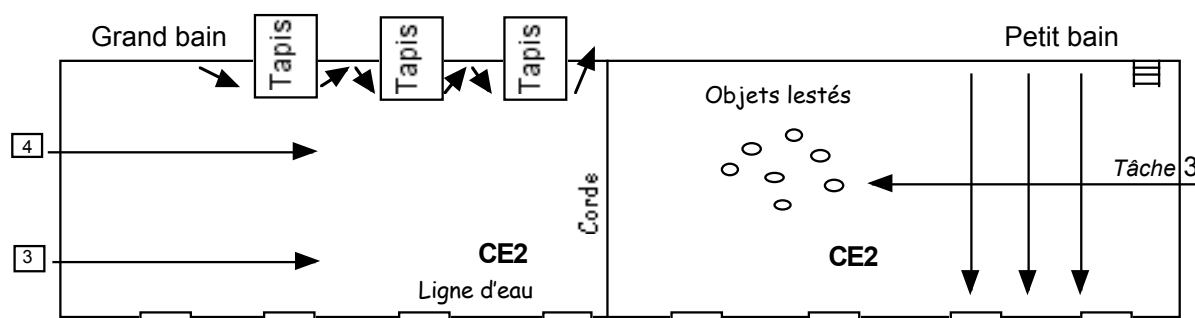
1-Départ en sautant de la corde vers l'échelle. 2-Descendre le long de l'échelle et toucher le fond avec le pied ou la main au choix. (à effectuer plusieurs fois)

3^{ème} partie de la séance (10 minutes): **jeu collectif par 2**

2 groupes de 2 élèves dans l'eau. Les autres observent. Un élève se tient au bord bras tendu, le deuxième passe sous les bras sans appui.

Séance 3 (CE2)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer (CE2) :

Dominante déplacement et immersion

Partie grand bain (15 minutes):

- 1-Sauter ou plonger du plot 3 ou 4 avec ou sans frite. Effectuer un premier aller en position ventrale. Sortir à la corde.
- 2-Effectuer un deuxième déplacement en position dorsale le long de la ligne d'eau. Trouver la meilleure position. 3- Passer sous une succession de tapis en position ventrale.

Critères de réalisation : avoir le corps à l'horizontal et la tête dans l'eau.

Partie petit bain (15 minutes):

- 1-Se déplacer en largeur dans le petit bain. Se déplacer seulement avec les bras.
- 2-Se déplacer en largeur dans le petit bain (en position horizontale). Dans un premier temps n'utiliser que les bras, dans un second temps utiliser les bras et les jambes. (avec ou sans frite).
- 3- Se déplacer du petit bain vers le moyen bain et aller chercher un objet lesté.

Séance 4

(CP et CE 2)

Objectifs (CP) :

Pour l'élève : **accepter de s'immerger la tête entièrement**

Pour le maître : inciter les élèves à immerger leur tête.

Dispositif : Les groupes qui étaient dans le petit bain passent en grand bain (et vice versa).

Objectifs (CE2) :

Pour l'élève : **accepter de s'immerger la tête entièrement** (en petite, moyenne ou grande profondeur)

Pour le maître : permettre aux élèves d'immerger leur tête. (soit par une entrée dans l'eau, soit en étant déjà dans l'eau).

Dispositif : sous forme de parcours dans les différentes parties du bassin.

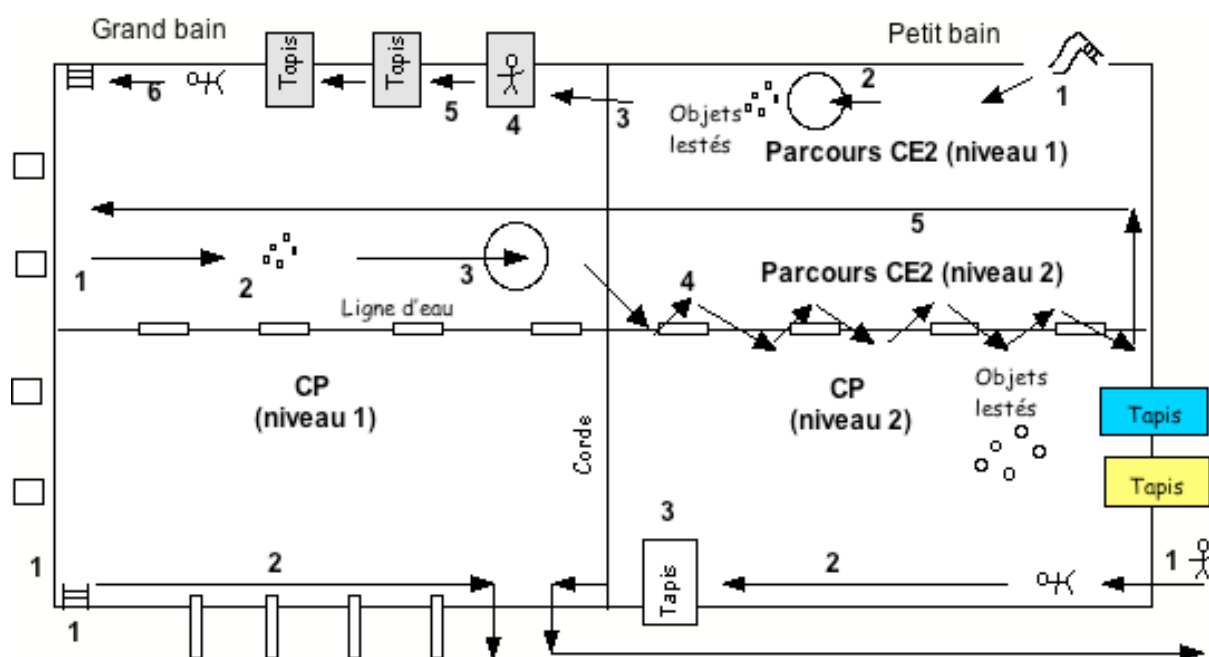
Critères de réalisation (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

Ne pas se boucher le nez. Souffler par le nez.

Conditions de sécurité :

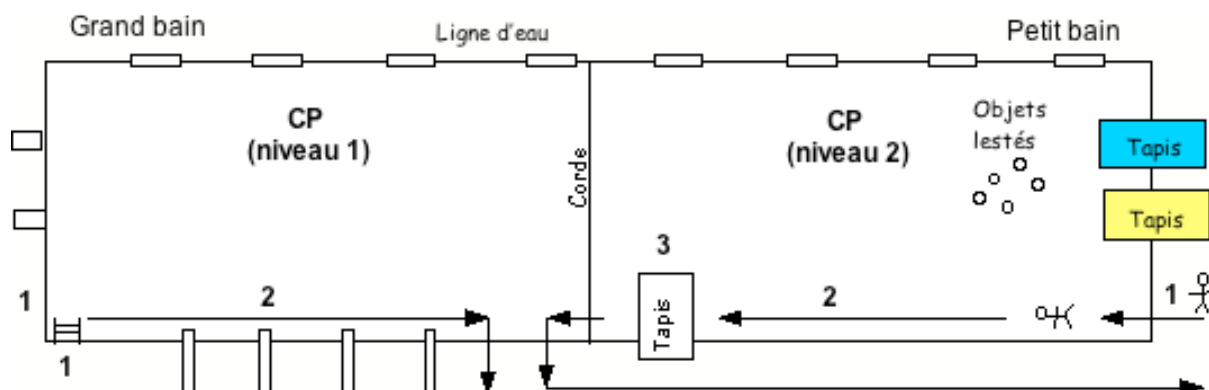
* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.



Séance 4 (CP)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer : ***Dominante immersion***

Pour les CP (niveau 1)

Ils sont tous dans le grand bain. Les tâches sont les mêmes que celles effectuées par les CP (niveau 2) lors de la séance 3.

1^{ère} partie de la séance (10 minutes):

1-Entrer dans l'eau (assis ou debout ; du plot ou du bord au choix) 2-Se déplacer le long du mur (avec ou sans appui). 3-Au niveau de la frite posée sur le bord, mettre la tête dans l'eau (1^{er} passage), souffler (au 2^{ème} passage) sortir de l'eau, puis recommencer plusieurs fois le parcours.

2^{ème} partie de la séance (10 minutes):

1-Départ en sautant de la corde vers l'échelle. 2-Descendre le long de l'échelle et toucher le fond avec le pied ou la main au choix. (à effectuer plusieurs fois)

3^{ème} partie de la séance (10 minutes): jeu collectif par 2

2 groupes de 2 élèves dans l'eau. Les autres observent. Un élève se tient au bord bras tendu, le deuxième passe sous les bras sans appui.

Pour les CP (niveau 2)

Ils sont tous dans le petit bain. Les tâches sont les mêmes que celles effectuées par les CP (niveau 1) lors de la séance 3. Certains exercices sont complexifiés.

1^{ère} partie de la séance (10 minutes):

1-Entrer dans l'eau (assis, en glissant du bord...) 2-Se déplacer le long du mur (en se tenant ou pas). 3-Passer sous le tapis puis sous la corde, sortir de l'eau, puis recommencer (plusieurs fois).

2^{ème} partie de la séance (10 minutes): chasse aux trésors (deux équipes doivent être constituées). *Les tapis sont placés vers le moyen bain.*

Aller chercher un objet immergé et le ramener sur son tapis. Quand il n'y a plus d'objets, le jeu s'arrête et on compte le nombre d'objets pêchés (récoltés sur chaque tapis d'équipe).

3^{ème} partie de la séance (10 minutes): jeu « 1,2,3 caché ». *Essayer de faire ce jeu plutôt vers le moyen bain*

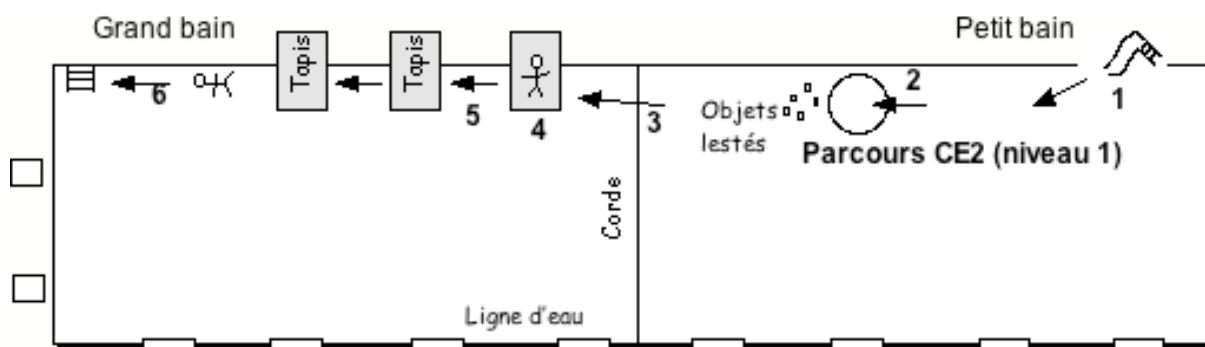
1-Départ de la corde. Chaque élève a une planche en main.

2- A « 1,2,3 caché », les élèves doivent se cacher la tête sous l'eau (sous la planche). Départ de la ligne d'eau vers le bord. Les élèves ne peuvent se déplacer que s'ils ont la tête sous l'eau (sous la planche). Les trois premiers enfants arrivés ont gagné.

Séance 4

(CE2 niveau 1)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominante immersion

Pour les CE2 (niveau 1) : *Sous forme de parcours*

1-Glisser du toboggan assis (sans frite et sans aide de l'adulte)

Critères de réalisation : ne pas se boucher le nez ; souffler par le nez.

2-Passer dans un cerceau et aller chercher directement un objet. Ne pas remonter à la surface après être passé dans le cerceau. Effectuer la tâche 3 fois.

Critère de réalisation : Plonger en canard pour passer dans le cerceau.

3-Passer sous la corde.

Critères de réussite : ne pas toucher la corde, ne pas toucher le mur.

4-Monter sur le tapis et effectuer une roulade avant.

Critères de réussite : faire une vraie roulade.

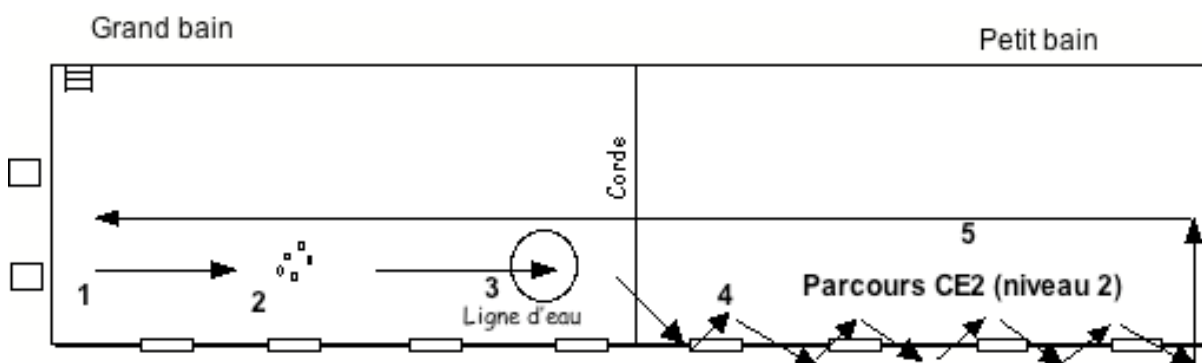
5-Passer sous les deux tapis. Critère de réalisation : respirer entre les deux tapis.

6- Sortir par l'échelle et recommencer le parcours.

Séance 4

(CE2 niveau 2)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominante immersion

Pour les CE2 (niveau 2) : *Sous forme de parcours*

1-Sauter ou plonger du plot.

Critères de réussite : sauter obligatoirement du plot et ne pas se boucher le nez..

2-Après être remonté à la surface, aller chercher plusieurs objets en une seule inspiration.

Critère de réussite : ramener au moins un objet.

3-Passer dans le cerceau en « fusée ».

Critères de réalisation : après avoir effectué le plongeon en canard, battre des jambes et tendre les bras devant.

4-Passer sous la ligne d'eau plusieurs fois (d'un côté et de l'autre).

Critères de réussite : ne pas s'arrêter, ne pas poser les pieds au sol.

5- Effectuer un retour sur 25 mètres en déplacement libre et recommencer le parcours.

Séance 5

(CP et CE 2)

Objectifs (CP) :

Pour l'élève : **accepter de s'immerger la tête entièrement** (en petite, moyenne ou grande profondeur)

Pour le maître : Permettre aux élèves d'immerger leur tête. (Soit par une entrée dans l'eau, soit en étant déjà dans l'eau.)

Dispositif : Sous forme de parcours dans les différentes parties du bassin.

Critères de réalisation (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

Ne pas se boucher le nez. Souffler par le nez. (Cf. Détails pour les différentes tâches)

Objectifs (CE2) :

Pour l'élève : travailler dans les différentes parties du bassin avec des **entrées dans l'eau** différentes et **des immersions à différentes profondeurs**.

Pour le maître : **proposer des situations d'entrée dans l'eau, de déplacement et d'immersion à tous les élèves**. Savoir si les élèves sont tous capables d'évoluer en grande profondeur.

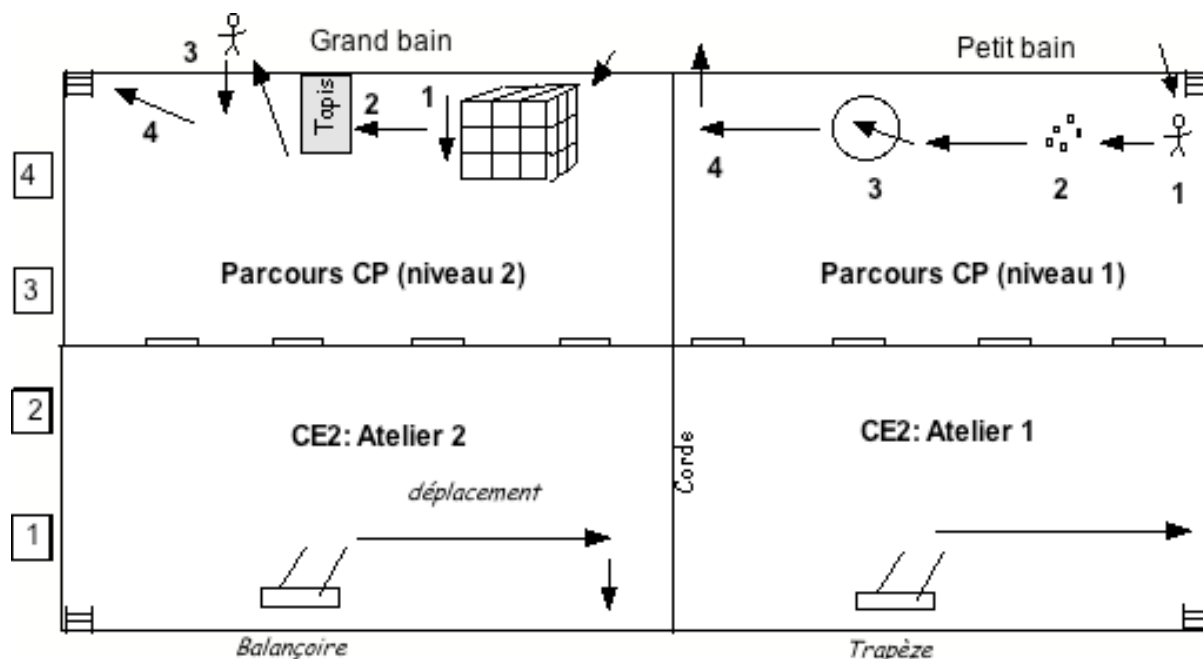
Dispositif : les enfants restent dans le même groupe avec leur enseignant (ou MNS) et changent d'atelier après 15 minutes.

Critères de réussite : avoir réussi toutes les tâches proposées.

Conditions de sécurité :

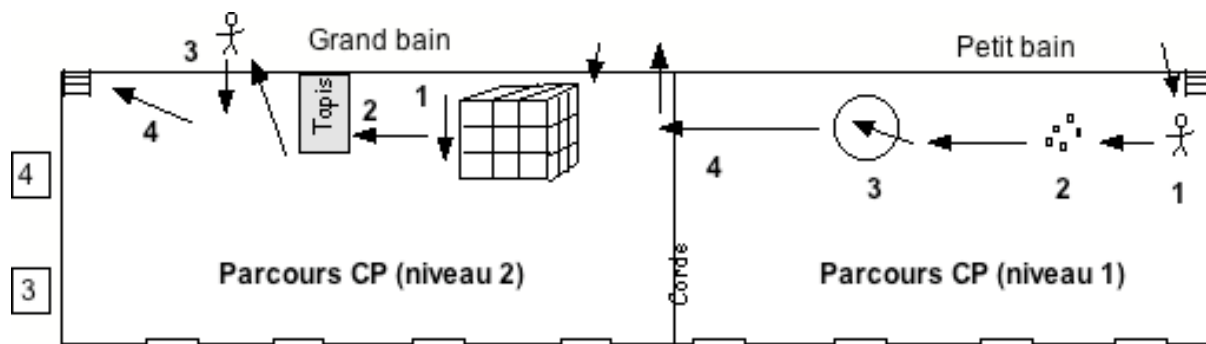
* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.



Séance 5 (CP)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer : *Dominante immersion*

Pour les CP (niveau 1) Répéter chacune des 4 tâches avant de les enchaîner lors du parcours.

1-Entrer dans l'eau et faire une étoile de mer en position ventrale.

Critère de réalisation : bras et jambes écartés, regarder le fond, menton vers la poitrine.

2-Aller chercher un objet au fond de l'eau. Descendre accroupi (pieds au sol) ou plongeon en canard (ne pas poser les pieds).

Critère de réalisation : souffler par le nez

3-Passer dans un cerceau.

Critère de réalisation : pour le plongeon en canard : tirer avec les bras.(en brasse).

4-Passer sous la corde sans la tenir (mais possibilité de tenir le mur avec les mains.) et sortir de l'eau.

5- Réaliser le parcours sans interruption.

Tâches à effectuer : *Dominante immersion*

Pour les CP (niveau 2) Répéter chacune des 4 tâches avant de les enchaîner lors du parcours.

1- Entrer dans l'eau et descendre le long de la cage. Toucher le fond avec les pieds ou la main.

Critère de réalisation : tirer avec les bras et souffler par le nez.

2- Passer sous un tapis.

Critère de réalisation : tirer sur les bras, ne pas se boucher le nez.

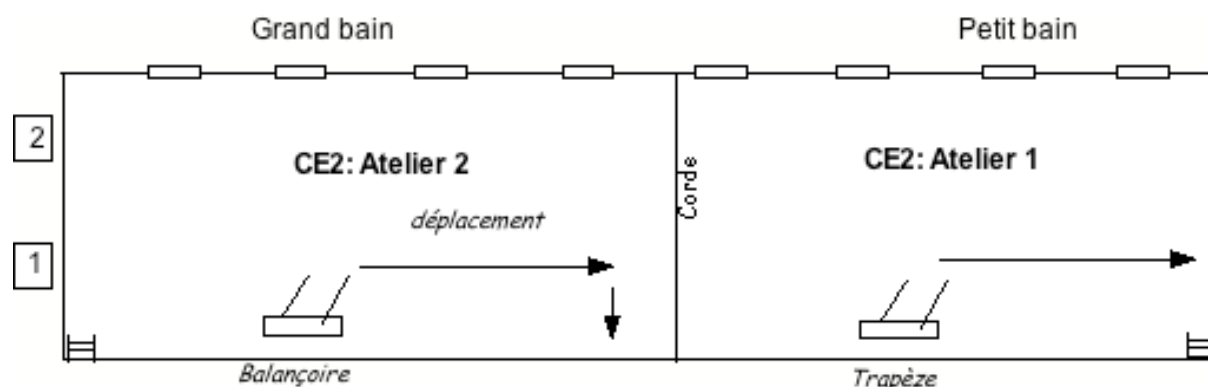
3- Sauter du bord et entrer dans l'eau par les pieds ou par la tête. (Possibilité de sauter en s'aidant de la perche pour les élèves les plus en difficulté).

4- Sortir par l'échelle.

5- Réaliser le parcours sans interruption.

Séance 5 (CE2)

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

CE2 Atelier 1 :

Tâche 1 : Initiation au crawl avec ou sans frite en largeur.

Tâche 2 : Effectuer des coulées ventrales en largeur.

Tâche 3 : Entrer par le trapèze, puis se déplacer en crawl.

CE2 Atelier 2 :

Tâche 1 : Initiation au dos crawlé avec ou sans frite en largeur.

Tâche 2 : Effectuer des coulées dorsales en largeur.

Tâche 3 : Entrer par la balançoire, puis se déplacer en dos crawlé.

Séance 6

(CP : niveau 1)

Objectifs (CP niveau 1) :

Pour l'élève : **accepter de perdre les appuis plantaires.**

Pour le maître : harmoniser le travail des deux groupes (niveau 1 et niveau 2)

Critères de réalisation : (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

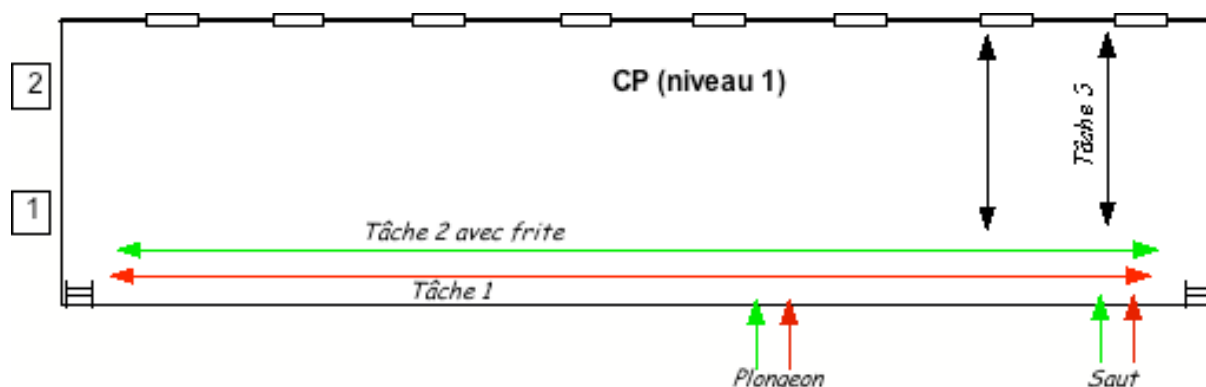
Se déplacer à l'aide du mur ou d'une frite.

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer : ***Dominante déplacement***

Pour les CP (niveau 1)

Tâche 1 :

- 1-Entrer dans l'eau par un saut (petit bain) ou un plongeon (moyen bain).
- 2-Se déplacer le long du mur en se tenant au bord. Aller jusqu'au plot n°1.
- 3-Sortir par l'échelle. Puis recommencer à partir du grand bain.

Tâche 2 :

- 1-Même tâche, mais avec une frite sous les bras, avec possibilité de tenir le mur avec une main.

Tâche 3 :

- 1-Se déplacer dans la moitié de la largeur au petit bain avec une frite sous les bras pour rechercher l'horizontalité en poussant un flotteur avec le haut de la tête.

Tâche 4 : jeu

Effectuer une course deux par deux (ou trois par trois). *Au petit bain, dans le sens de la largeur.*

Critère de réussite : le premier élève qui arrive de l'autre côté du bassin sans poser les pieds au sol a gagné.

Séance 6

(CP : niveau 2)

Objectifs (CP niveau 2) :

Pour l'élève : **Trouver un moyen de se déplacer autre que les jambes.**

Pour le maître : harmoniser le travail des deux groupes (niveau 1 et niveau 2)

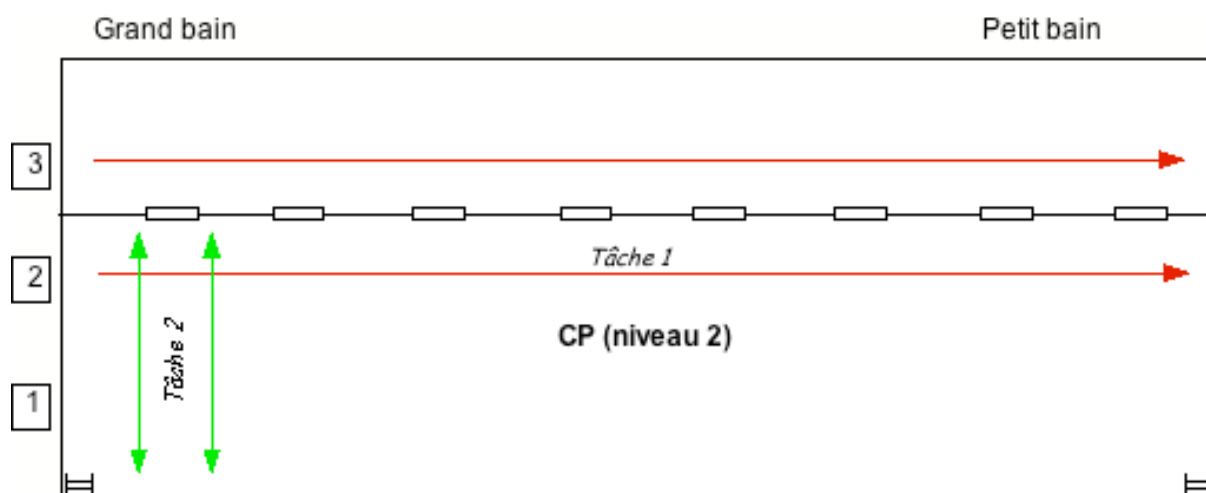
Critères de réalisation : (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

Se déplacer à l'aide d'une frite éventuellement.

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.



Tâches à effectuer :

Dominante déplacement

Pour les CP (niveau 2)

Tâche 1 :

1-Sauter ou plonger du plot 2 ou 3 avec une frite. Effectuer un premier aller en position ventrale. Sortir par le petit bain

2-Effectuer un deuxième déplacement en position dorsale le long de la ligne d'eau. Trouver la meilleure position.

Critères de réalisation : avoir le corps à l'horizontal et la tête dans l'eau.

Tâche 2 : Se déplacer dans la moitié de la largeur dans le grand bain (en position horizontale). Dans un premier temps n'utiliser que les bras, dans un second temps utiliser les bras et les jambes. (avec ou sans frite).

Tâche 3 : jeu de relais

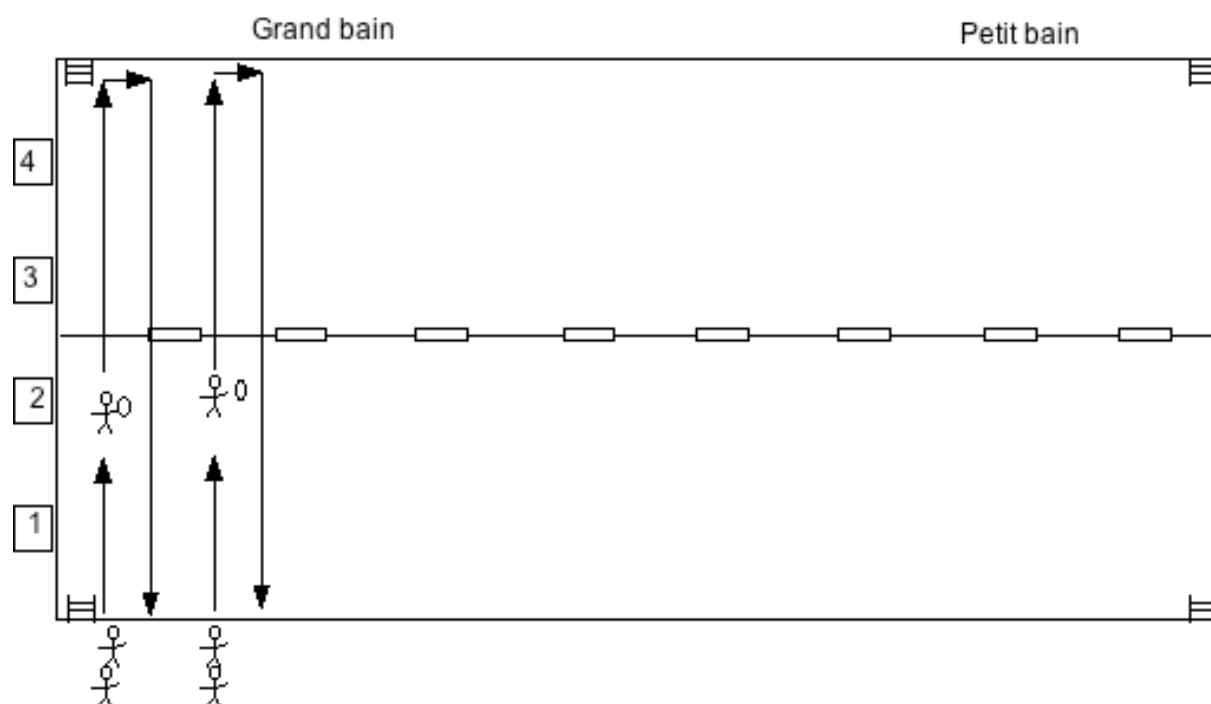
Le but du jeu est d'effectuer un relais sous marin en grand bain. Se déplacer sous l'eau le plus longtemps possible. Possibilité de respirer plusieurs fois durant le déplacement. Deux équipes. Un anneau lesté par équipe. Chaque élève effectue l'aller-retour avec l'anneau dans la main.

Séance 6 (CP niveau 2)

(suite)

Jeu de relais

(tâche 3)



Séance 6

(CE2)

Objectifs (CE2) :

Pour l'élève : travailler dans les différentes parties du bassin avec des **entrées dans l'eau** différentes et **des immersions à différentes profondeurs**.

Pour le maître : **proposer des situations d'entrée dans l'eau, de déplacement et d'immersion à tous les élèves**. Savoir si les élèves sont tous capables d'évoluer en grande profondeur.

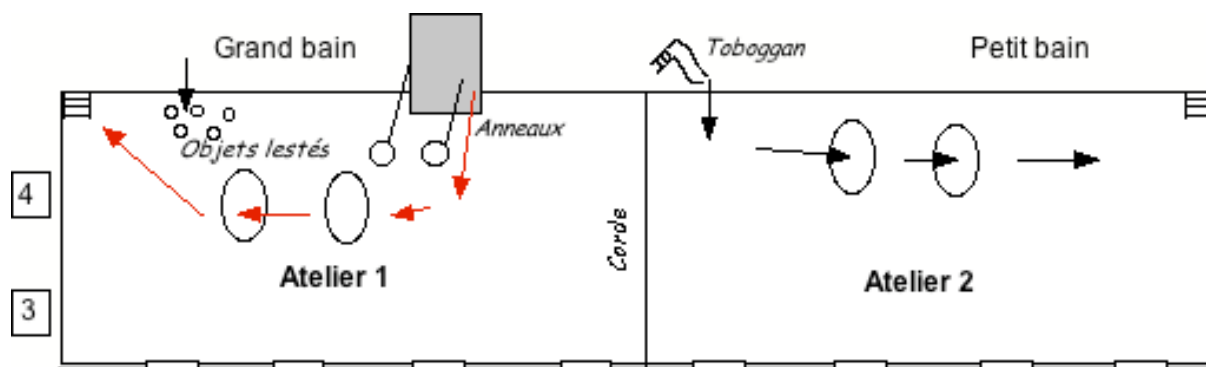
Dispositif : les enfants restent dans le même groupe avec leur enseignant (ou MNS) et changent d'atelier après 15 minutes.

Critères de réussite : avoir réussi toutes les tâches proposées.

Conditions de sécurité :

- * à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.
- * 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Pour les CE2

Atelier 1 :

Tâche 1 : Entrer dans l'eau par les anneaux, passer dans les deux cerceaux lestés, sortir par l'échelle.

Tâche 2 : Se tenir tête émergée le plus longtemps possible. Travailler la position verticale : « Jacques a dit : « lever une main... » ».

Tâche 3 : Aller chercher un objet immergé à 2 mètres de profondeur. Départ plongeon canard.

Atelier 2 :

Entrer dans l'eau par le toboggan, passer dans les deux cerceaux lestés, sortir par l'échelle.

Séance 7

(CP : niveau 1)

Objectifs (CP niveau 1) :

Pour l'élève : **s'allonger sur le ventre, bras tendu en avant**

Pour le maître : inciter à une position horizontale des élèves dans l'eau.

Critères de réalisation : (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

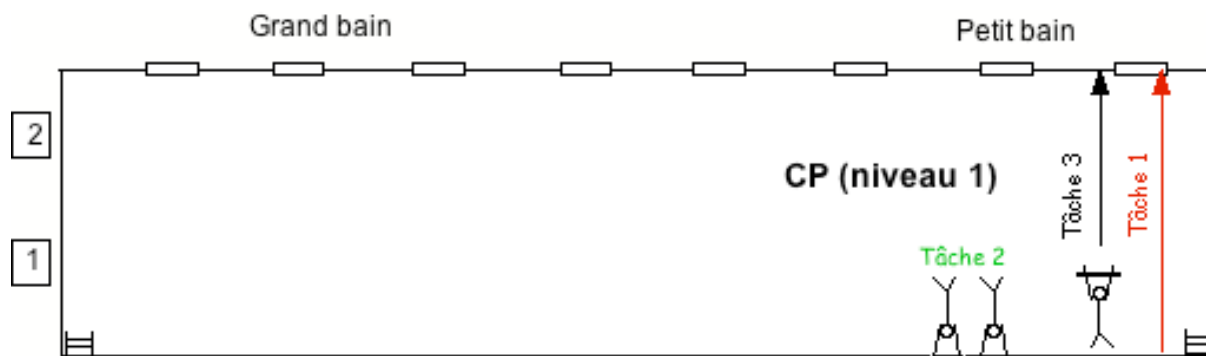
Se déplacer avec une frite en bout de bras.

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominantes : déplacement, équilibre

Pour les CP (niveau 1) :

Tâche 1 :

Reprendre l'exercice de la séance n°6 : le déplacement dans la moitié de la largeur au petit bain avec frite sous les bras pour rechercher l'horizontalité en poussant un flotteur avec le bout de la tête.

Tâche 2 :

Faire une étoile ventrale avec l'aide du mur (bras tendus, tenir le mur, mettre la tête dans l'eau, laisser les jambes remonter. Ensuite, faire une étoile ventrale avec l'aide d'une frite, d'un camarade, puis sans aide.

Tâche 3 :

Se déplacer (toujours dans la moitié de la largeur du bassin) en essayant de pousser la frite devant (en position « étoile »). Pour les élèves en difficulté : avec la frite.

Tâche 4 : *Au petit bain.*

Sauter. D'abord dans le petit bain, puis dans le moyen bain.

Tâche 5 : jeu « chasse au trésor » (Cf. détails fiche CP niveau 2)

Séance 7

(CP : niveau 2)

Objectifs (CP niveau 2) :

Pour l'élève : **Se déplacer sur 12,50 mètres sans s'arrêter en crawl**

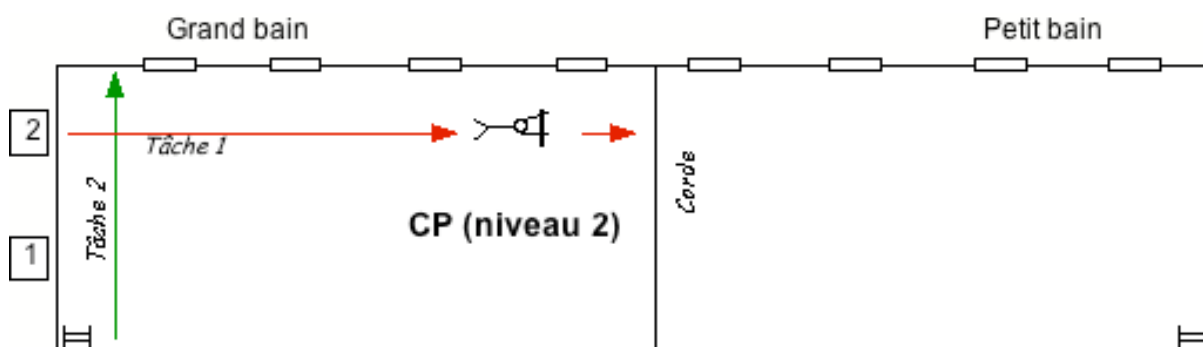
Pour le maître : Faire découvrir une technique de nage efficace.

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominantes : déplacement, équilibre

Pour les CP (niveau 2) : grand bain

Tâche 1 :

Reprendre la tâche 2 de la séance n°6. Se déplacer dans la moitié de la largeur du bassin au grand bain (en position allongée en utilisant les bras et les jambes).

Tâche 2 :

Départ des plots, avec frite, bras tendus en avant. Se déplacer dans la longueur. S'arrêter à la moitié du bassin. Faire découvrir la technique du crawl (bras) et la faire faire.

Tâche 3 :

Même travail, mais sans matériel.

Tâche 4 : jeu « chasse au trésor »

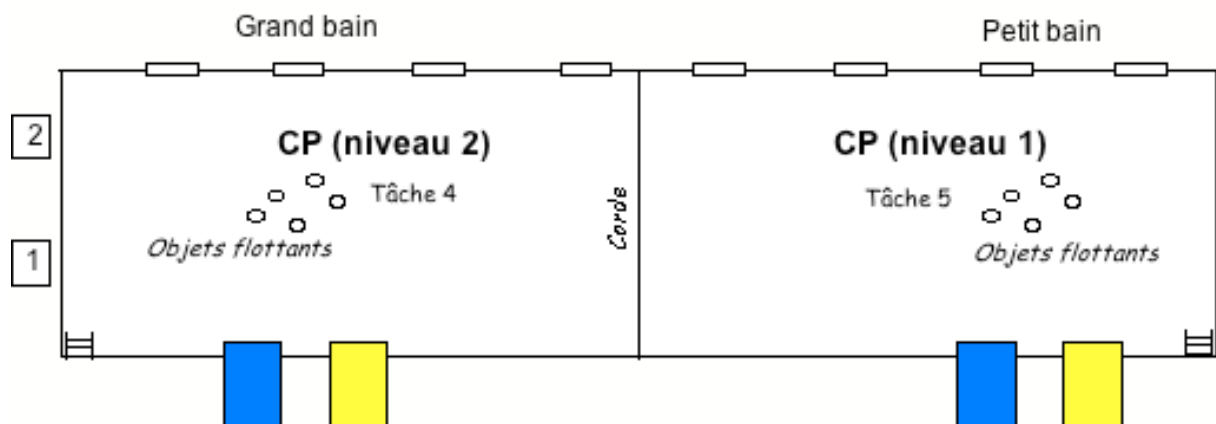
Même jeu que les groupes de niveau 1 mais en grand bain.

Deux équipes . Chaque équipe a un tapis (ou panier ou caisse). Des objets flottants.

Le but du jeu (pour chaque équipe) est de ramener sur son tapis plus d'objets que l'équipe adverse. On ne peut porter qu'un seul objet à la fois. (Aide : avec ou sans matériel selon les élèves).

Séance 7 (suite)
(CP : niveau 1 et 2)

Jeu de la "chasse aux trésors"



Séance 7

(CE2)

Objectifs (CE2) :

Pour l'élève : **Savoir enchaîner les trois tâches (entrée dans l'eau, l'immersion et le déplacement).**

Pour le maître : Proposer des situations adaptées

Critères de réalisation : (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

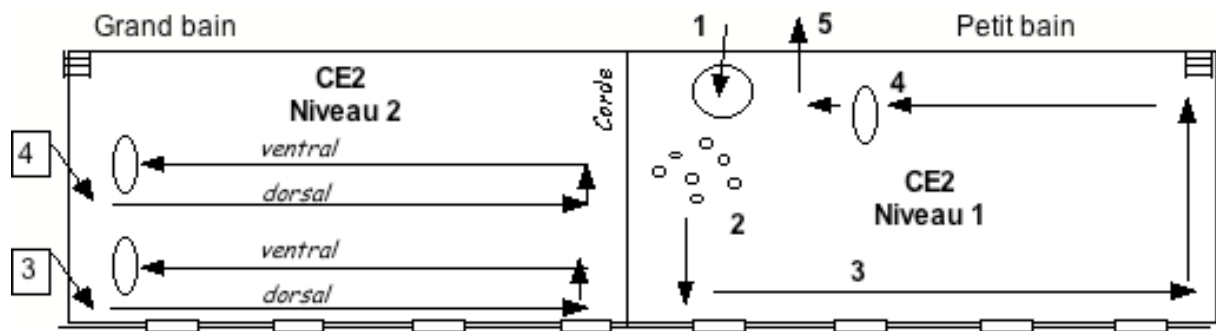
Cf. Séances précédentes.

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominantes : équilibre et respiration

Pour les CE2 (niveau 1):

1-Sauter dans un cerceau (posé sur l'eau et accroché au bord). 2- Rechercher un objet immergé. 3- Se déplacer. 4- Passer dans le cerceau lesté. 5- Sortir de l'eau.

Pour les CE2 (niveau 2):

Plonger du plot, se déplacer en position dorsale, revenir en position ventrale, passer dans un cerceau lesté.

A noter : inversion des groupes sur les mêmes ateliers pour la séance 8 (avec introduction de la technique du dos crawlé).

Séance 8

(CP : niveau 1)

Objectifs (CP niveau 1) :

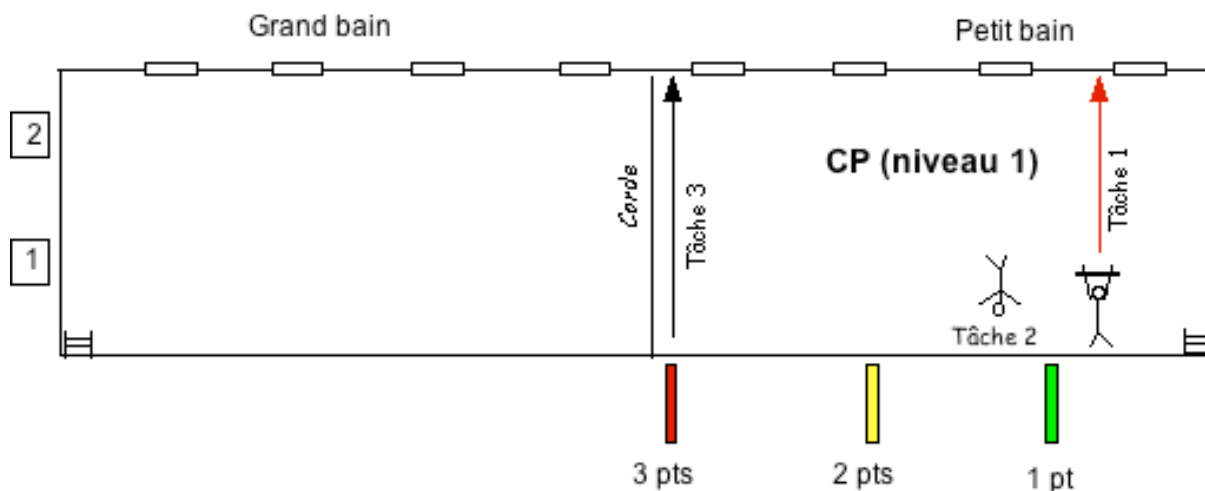
Pour l'élève : se déplacer sans matériel le plus longtemps possible

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominantes : déplacement et équilibre

Pour les CP (niveau 1) :

Tâche 1 :

Reprendre l'exercice de la séance n°7: se déplacer dans la moitié de la largeur au petit bain avec une frite bras tendu en avant.

Tâche 2 :

Se mettre en position « étoile » pendant 5 secondes, puis se déplacer dans la largeur.

Tâche 3 :

Départ sauté. Se déplacer le long de la corde. (avec l'aide d'une main ou des deux mains). Être allongé.

Tâche 4 : *Dans le sens de la longueur du petit bain vers le moyen bain*

Se déplacer du mur jusqu'à la corde sans matériel le plus loin possible. Chaque distance parcourue donne des points. (Selon la couleur de la frite posée au bord, le nombre de points est différent.)

Tâche 5 : *jeu « relais navette ». Facultatif : si le temps le permet.*

Dans le sens de la largeur. Sans matériel (sans frite).

Séance 8

(CP : niveau 2)

Objectifs (CP niveau 2) :

Pour l'élève : Se déplacer sur 12,50 mètres facilement en position ventrale et dorsale.

Pour le maître : Faire découvrir une technique de nage efficace.

Critères de réalisation : (ou le « comment réaliser la tâche demandée ? »):

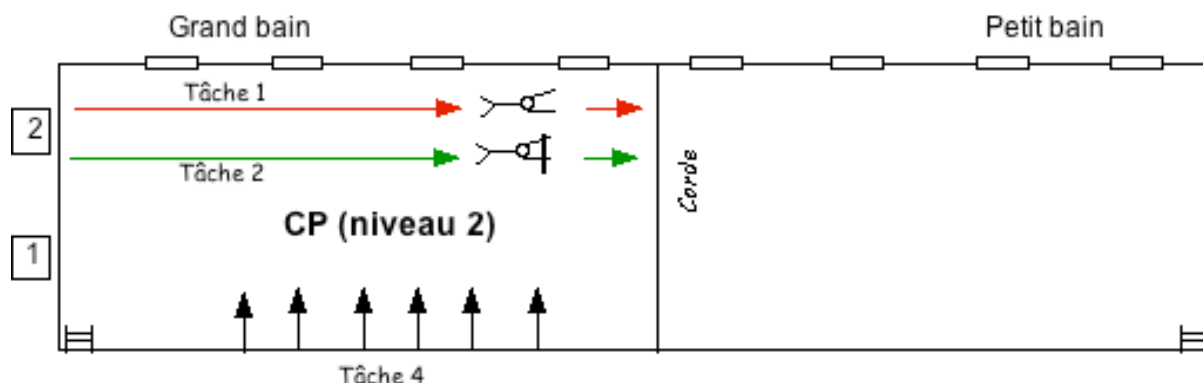
Répéter plusieurs fois les tâches demandées (ou exercices).

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominante : déplacement

Pour les CP (niveau 2) : grand bain

Tâche 1 : Répéter la tâche plusieurs fois.

Reprendre la tâche 2 de la séance n°7. Se déplacer en longueur du plot à la corde sans matériel, en crawl.

Tâche 2 : Répéter la tâche plusieurs fois.

Se déplacer sur le dos avec une frite en « rattrapé » (toujours dans le sens de la longueur du bassin).

Tâche 3 : Répéter la tâche plusieurs fois.

Même travail, mais sans matériel.(sans frite)

Tâche 4 : Répéter la tâche plusieurs fois.

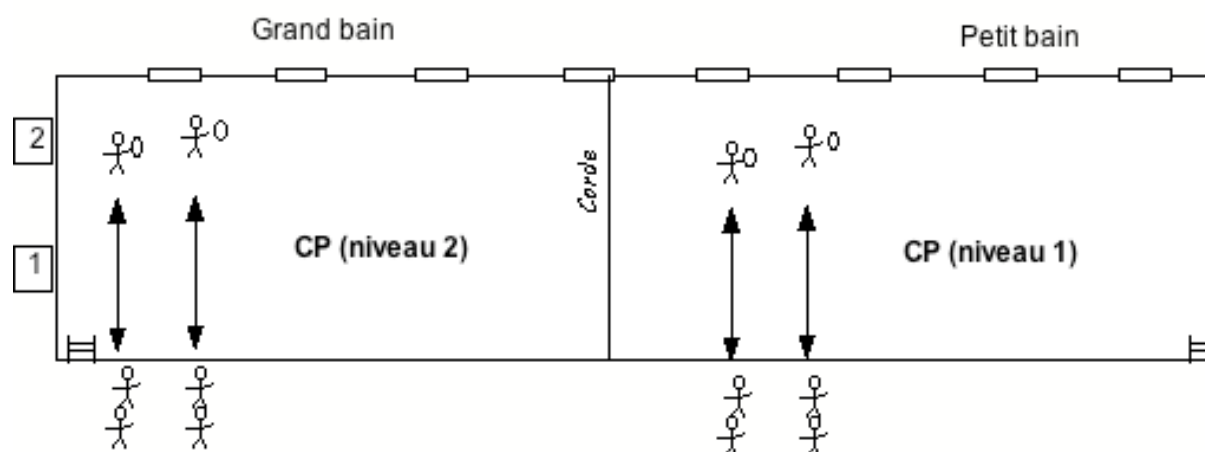
Travailler les poussées ventrales et dorsales (sens de la largeur du bassin).

Se laisser glisser pour aller le plus loin possible.

Tâche 5 : jeu « relais navette ». Dans le sens de la largeur. Sans matériel (sans frite).

Séance 8 (suite)
(CP : niveau 1 et 2)

Jeu : relais navette
(Tâche 5)



Séance 8

(CE2)

Objectifs (CE2) :

Pour l'élève : **Découvrir la technique du « dos crawlé ».**

Savoir enchaîner les trois tâches (entrée dans l'eau, l'immersion et le déplacement).

Pour le maître : Proposer des situations adaptées

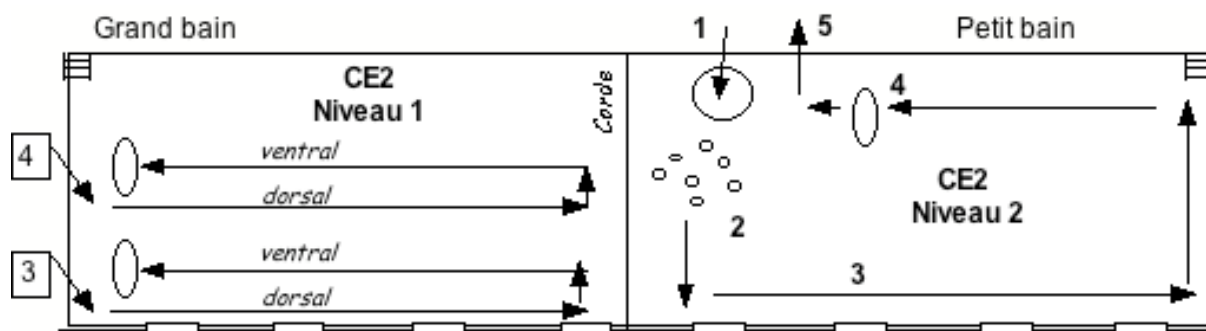
Critères de réalisation (du « dos crawlé »):

- Les yeux regardent le plafond, les oreilles sont dans l'eau.
- Le visage, le ventre, les jambes sont à la surface.
- Battement des pieds.

Conditions de sécurité :

- * à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.
- * 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominantes : équilibre et respiration

(Comme la séance 7 : mais inversion des groupes avec introduction d'une technique)

Pour les CE2 (niveau 1):

Avant d'effectuer le parcours :

Découvrir la technique du dos crawlé :

- Commencer avec un déplacement avec frite sur le dos.
- Puis se déplacer sur le dos sans frite.

Effectuer le parcours:

Plonger du plot, se déplacer en position dorsale, revenir en position ventrale, passer dans un cerceau lesté. (Réinvestir la technique du dos crawlé pour le déplacement dorsal dans le parcours.)

Pour les CE2 (niveau 2): Effectuer le parcours sans appui et sans aide.

Effectuer le parcours 3 ou 4 fois.

Découvrir la technique du dos crawlé

1-Sauter dans un cerceau (posé sur l'eau et accroché au bord). 2- Rechercher un objet immergé. 3- Se déplacer. 4- Passer dans le cerceau lesté. 5- Sortir de l'eau.

Séance 9

CP et CE2

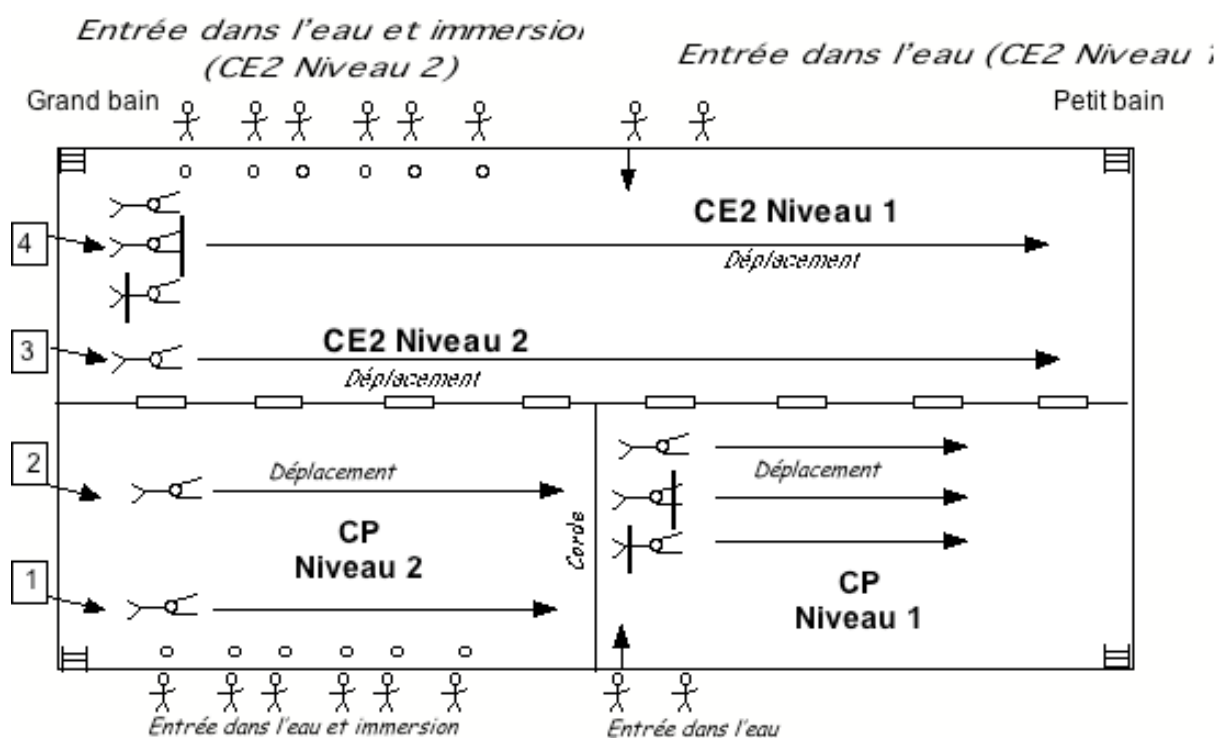
Objectifs (CP et CE2) : « Où j'en suis ? »

Pour l'élève : Réinvestir tout ce qui a été appris pendant les séances précédentes : en immersion, en déplacement, en entrée dans l'eau.

Conditions de sécurité :

- * à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.
- * 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Aménagement du bassin:



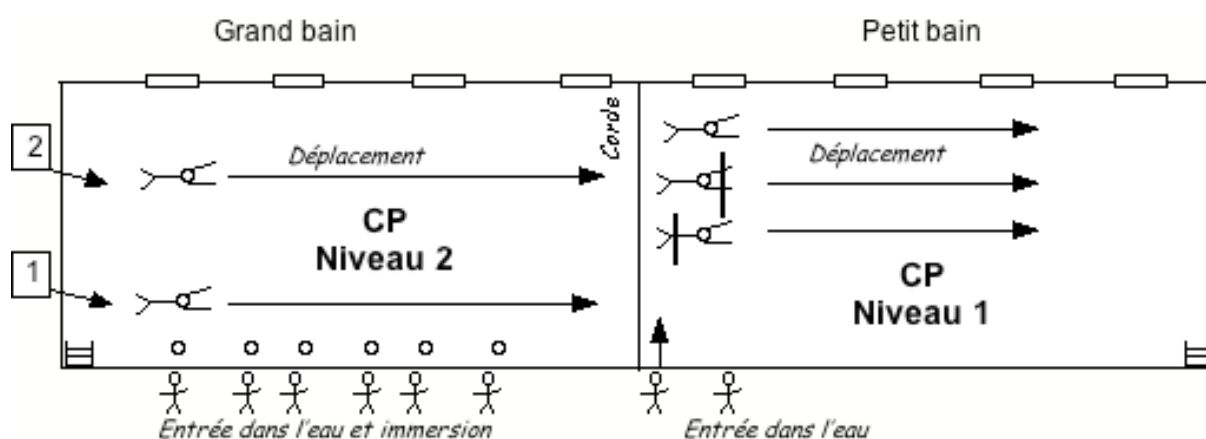
Séance 9

CP (niveau 1 et 2)

Objectifs (CP) : « Où j'en suis ? »

Pour l'élève : **Réinvestir tout ce qui a été appris pendant les séances précédentes : en immersion, en déplacement, en entrée dans l'eau.**

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominante : réinvestissement

Pour les CP (niveau 1) : Répéter les exercices plusieurs fois.

Entrée dans l'eau : les enfants sont placés au bord, au moyen bain

1-Sauter en allumette (départ près de la corde).

Déplacement :

En position ventrale: 1-Se déplacer avec une frite, les bras tendus, battre des jambes et souffler dans l'eau.

En position dorsale: 2-Se déplacer avec une frite sur les genoux, battre des jambes, souffler par le nez.

En position ventrale: 3-Se déplacer sans frite si possible.

En position dorsale: 4-Se déplacer sans frite si possible.

Pour les CP (niveau 2) : (grand bain) Répéter les exercices plusieurs fois.

Entrée dans l'eau :

Du bord (côté). 1-Départ assis et groupé, sauter en avant. 2-Départ debout, sauter en avant.

3-Départ assis, bras au-dessus de la tête, « piquer » par les bras (plongeon).

4-Départ à genou, bras au-dessus de la tête, se pencher et se laisser tomber en avant.

Immersion : chaque enfant met un objet lesté au fond de l'eau.

En partant du mur : 1-Aller chercher l'objet lesté en descendant par les pieds. A effectuer au moins deux fois. 2-Aller chercher l'objet en plongeant en canard (en descendant cette fois par la tête). A effectuer au moins deux fois.

Déplacement : entrer par deux, un élève sur chaque plot. Nager jusqu'à la corde.

1-Se déplacer sur le ventre (tête dans l'eau) et souffler. 2- Se déplacer sur le dos. Le corps doit être bien aligné, faire de la mousse avec les pieds.

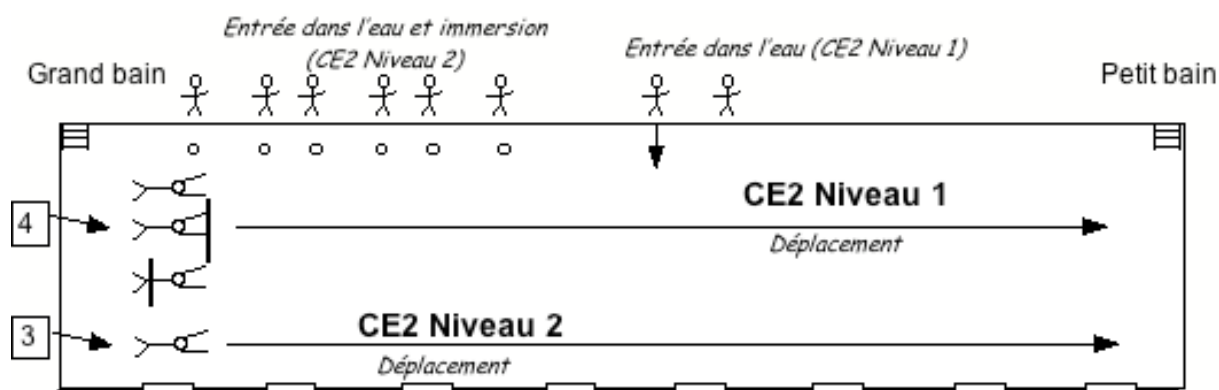
Séance 9

CE2 (niveau 1 et 2)

Objectifs (CE2) : « Où j'en suis ? »

Pour l'élève : **Réinvestir tout ce qui a été appris pendant les séances précédentes : en immersion, en déplacement, en entrée dans l'eau.**

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominante : réinvestissement

Pour les CE2 (niveau 1) :

Entrée dans l'eau : les enfants sont placés au bord. (départ moyen bain)

1-Assis, se laisser tomber dans l'eau. 2-Assis, groupé, sauter dans l'eau. 3-Debout, sauter dans l'eau.

Déplacement sur toute la longueur (à partir du plot 4):

En position ventrale, départ par deux : 1-Se déplacer avec une frite, les bras tendus, battre des jambes et souffler dans l'eau. (répéter plusieurs fois l'exercice)

En position dorsale, départ par deux : 2-Se déplacer avec une frite sur les genoux, battre des jambes, souffler par le nez. (répéter plusieurs fois l'exercice)

En position ventrale, départ par deux : 3-Se déplacer sans frite si possible.

En position dorsale, départ par deux : 4-Se déplacer sans frite si possible

Immersion : jeu de la « chasse aux trésors » (au moyen bain)

Pour les CE2 (niveau 2) : grand bain

Entrée dans l'eau :

Du bord (côté). 1-Départ assis et groupé, sauter en avant. 2- Départ debout, sauter en avant.

3-Départ assis, bras au-dessus de la tête, « piquer » par les bras (plongeon). 4-Départ à genou, bras au-dessus de la tête, se pencher et se laisser tomber en avant.

Immersion : chaque enfant met un objet lesté au fond de l'eau.

En partant du mur : 1- Aller chercher l'objet lesté en descendant par les pieds. A effectuer au moins deux fois. 2- Aller chercher l'objet en plongeant en canard (en descendant cette fois par la tête). A effectuer au moins deux fois.

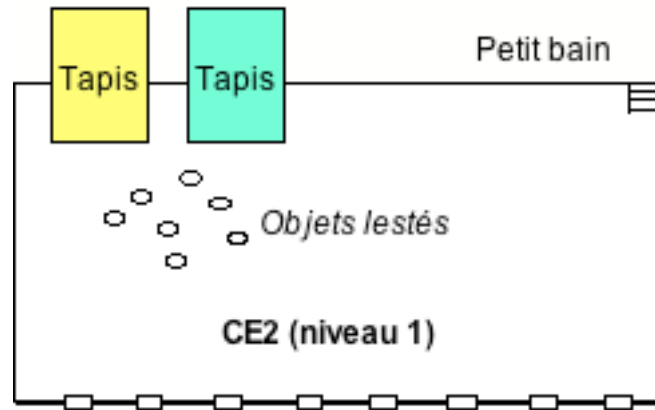
Déplacement sur toute la longueur (à partir du plot 3) : entrer par deux, un élève sur chaque plot. Nager sur toute la longueur.

1-Se déplacer sur le ventre (tête dans l'eau) et souffler. 2-Se déplacer sur le dos. Le corps doit être bien aligné, faire de la mousse avec les pieds.

Séance 9 (suite)

(CE2 : niveau 1)

Jeu : la chasse au trésor



Séance 10

CP et CE2

Objectifs (CP) :

Pour l'élève : **Savoir enchaîner les trois tâches (entrée dans l'eau, l'immersion et le déplacement).**

Objectifs (CE2) : « Découverte de techniques de nage »

Pour l'élève : **Réinvestir et perfectionner ses acquis pour nager plus efficacement. Découverte de la technique du crawl.**

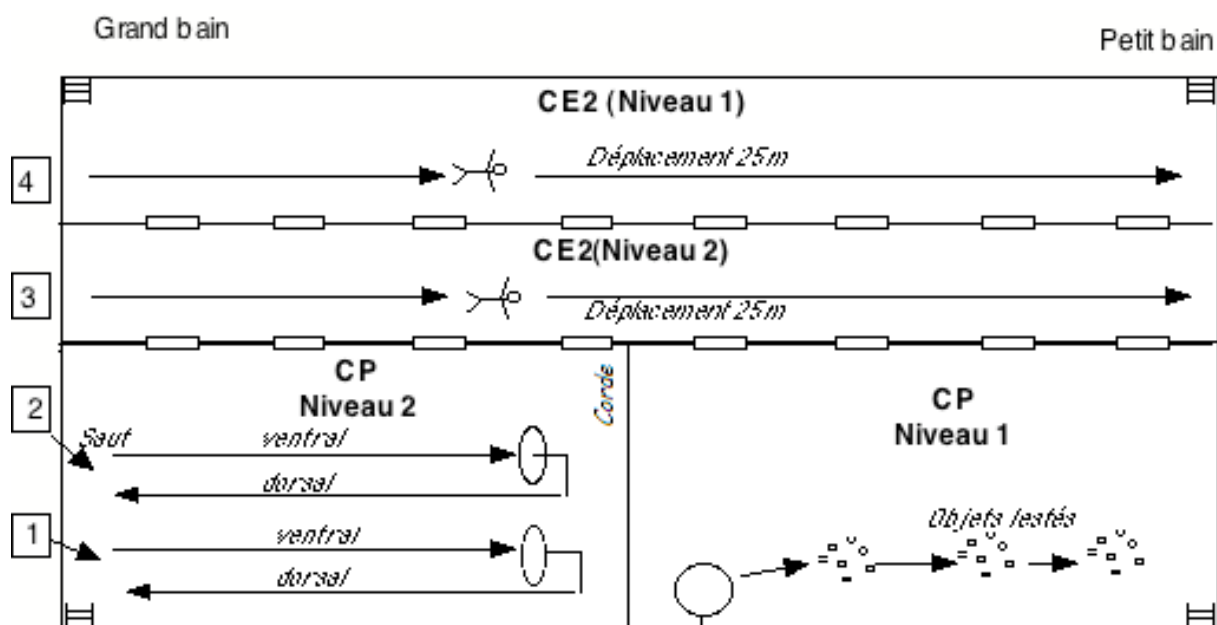
Pour le maître : **Faire découvrir des gestes plus efficaces.**

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Séance 10

(CP)

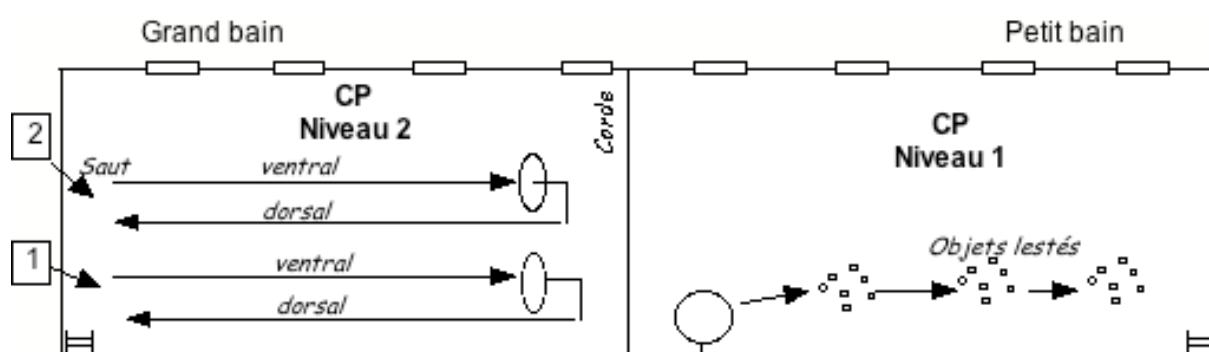
Objectifs (CP) :

Pour l'élève : **Savoir enchaîner les trois tâches (entrée dans l'eau, l'immersion et le déplacement).**

Conditions de sécurité :

- * à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.
- * 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Aménagement de la moitié du bassin:



Tâches à effectuer :

Dominante : réinvestissement

Pour les CP (niveau 1) :

- 1/ Parcours : Sauter dans le cerceau. Aller chercher un objet lesté (différents niveaux de difficulté : profondeur plus ou moins importante.)
- 2/ Faire travailler le « plongeon canard » pour que tous les élèves soient capables de réaliser le niveau le plus difficile. (Comment travailler le « plongeon canard » ?
 - faire le poirier (au petit bain)
 - roulade avant
 - du bord de l'eau, travailler la bascule avant et tenir le bord d'une main. Les pieds au mur, se mettre en boule. Lever les fesses. Rentrer la tête et pousser sur le mur vers le fond.

Une fois que tous les enfants ont réussi, recommencer le parcours. (En faisant en sorte que tous les élèves essaient le parcours le plus difficile).

Pour les CP (niveau 2) : *grand bain*

- 1/ Travailler les plongeurs
- 2/ Effectuer le parcours : plonger du plot, se déplacer en position ventrale, passer dans un cerceau lesté, effectuer le retour en position dorsale.

Séance 10

(CE2)

Objectifs (CE2) : « Découverte de techniques de nage »

Pour l'élève : Réinvestir et perfectionner ses acquis pour nager plus efficacement

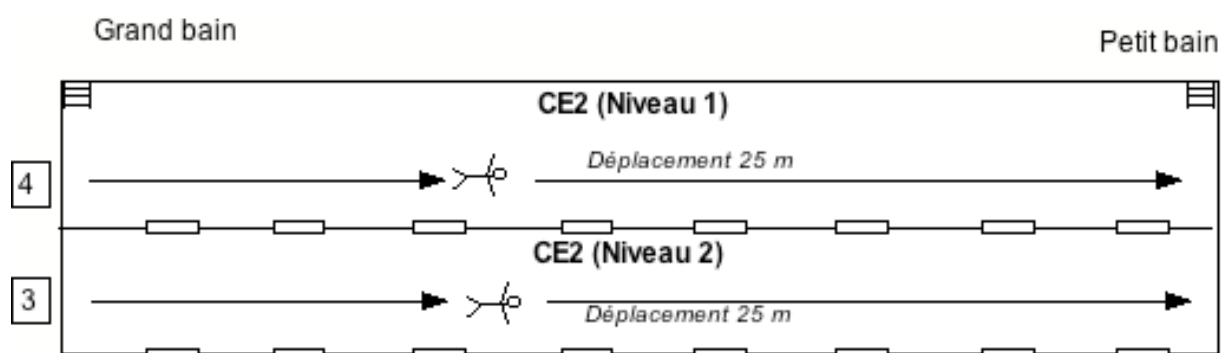
Pour le maître : Faire découvrir des gestes plus efficaces.

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Tâches à effectuer :

Dominante : découverte et renforcement de la technique

Tâche 1: crawl ventral (15 minutes)

1/ Se déplacer sur 25 mètres avec une frite. Travailler la respiration latérale.

Retour sans frite (même déplacement).

2/ Se déplacer sur 25 mètres. Ajouter le travail des bras. Un bras sur 12,50 mètres, puis l'autre sur 12,50 mètres.

3/ Se déplacer sur 25 mètres, en alternant les bras (avec ou sans frite).

Tâche 2: dos crawlé (10 minutes)

1/ Se déplacer sur le dos sur 25 mètres avec une frite.

Critère de réussite : battement des pieds, corps allongé sur l'eau.

2/ Se déplacer sur le dos sur 25 mètres avec les bras tendus (près des oreilles) avec ou sans frite.

Séance 11

CP et CE2

Objectifs (CP) :

Pour l'élève :

(niveau 1) **Savoir enchaîner les trois tâches (l'entrée dans l'eau, l'immersion et le déplacement) en grande profondeur.**

(niveau 2) **Savoir enchaîner les trois tâches avec plus d'efficacité technique.**

Objectifs (CE2) : « Renforcer des techniques de nage efficace »

Pour l'élève : **Réinvestir et perfectionner ses acquis. S'entraîner à effectuer des gestes plus efficaces. Renforcement de la technique du crawl.**

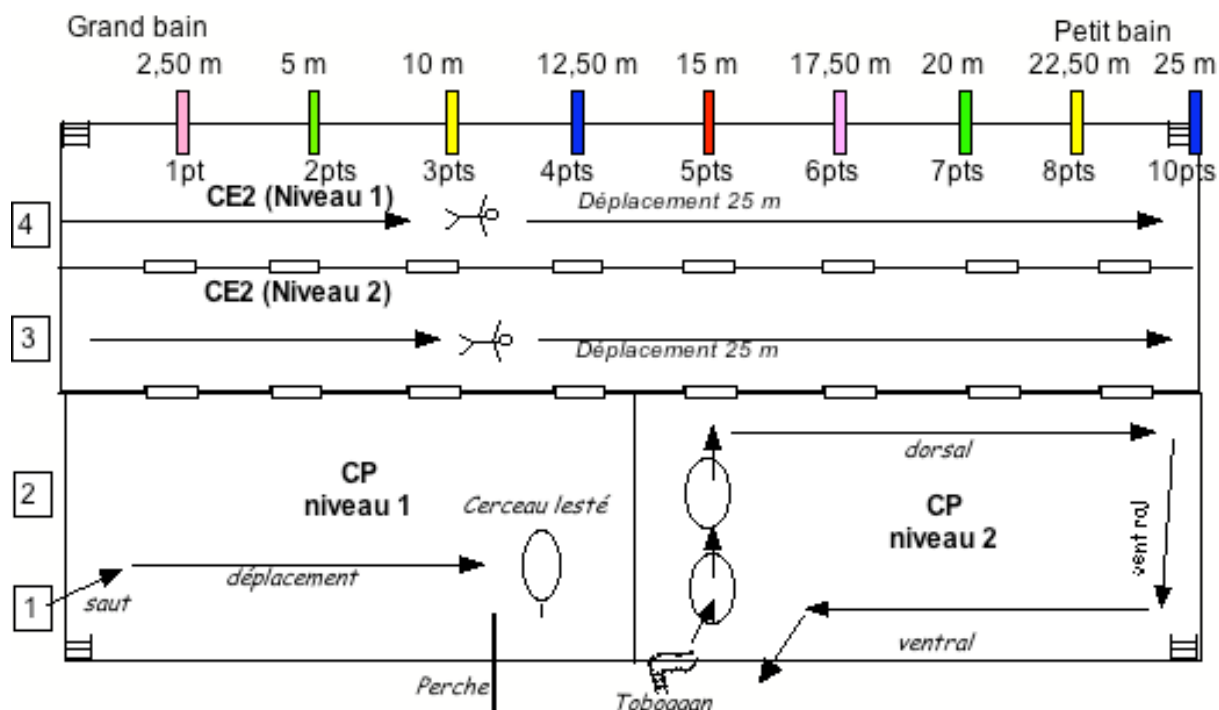
Pour le maître : **Faire acquérir des gestes plus efficaces.**

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Moitié de bassin (partagé dans le sens de la longueur) :



Séance 11

(CP)

Objectifs (CP) :

Pour l'élève :

(niveau 1) **Savoir enchaîner les trois tâches (l'entrée dans l'eau, l'immersion et le déplacement) en grande profondeur.**

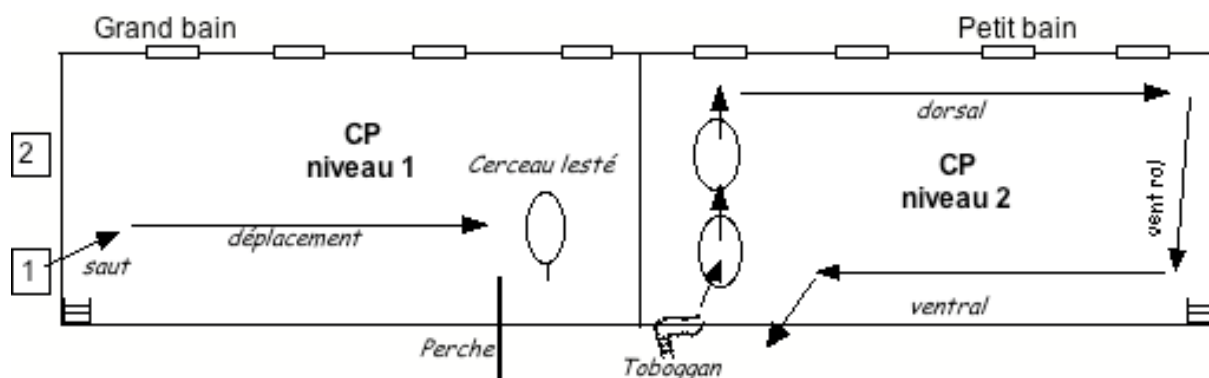
(niveau 2) **Savoir enchaîner les trois tâches avec plus d'efficacité technique.**

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Aménagement de la moitié du bassin:



Tâches à effectuer :

Dominante : réinvestissement

Pour les CP (niveau 1) : *au grand bain, en travaillant par étape*

Entrer dans l'eau par le mur ou le plot, 1-Se déplacer sur le ventre avec une frite. 2- Se déplacer sur le dos (si possible) 3-Si possible passer dans un cerceau lesté avec l'aide éventuelle de la perche

Pour les CP (niveau 2) : *au petit bain*

Entrer dans l'eau par le toboggan, passer dans deux cerceaux lestés, nager le long de la ligne sur le dos, revenir le long du mur sur le ventre

Pour les déplacements sur le ventre : complexifier la tâche en ajoutant le mouvement des bras et le placement de la tête.

1^{er} passage : a) sur le dos : en battant des jambes, les bras le long du corps.

b) sur le ventre : bras tendus en avant, battement des jambes.

2^{ème} passage : a) sur le dos : en battant des jambes, les bras tendus derrière la tête.

b) sur le ventre : bras de brasse et battement de jambes.

3^{ème} passage : a) sur le dos crawlé (bras alternés).

b) sur le ventre : crawl ou brasse.

Séance 12

(CP et CE2)

Objectifs (CP et CE2) : « Évaluation finale »

Pour l'élève : **Savoir ce qu'il sait faire (test « agir dans l'eau, test « savoir nager ») Evaluer ses progrès.**

Pour le maître : **Evaluer le niveau des élèves. Mesurer les progrès accomplis.**

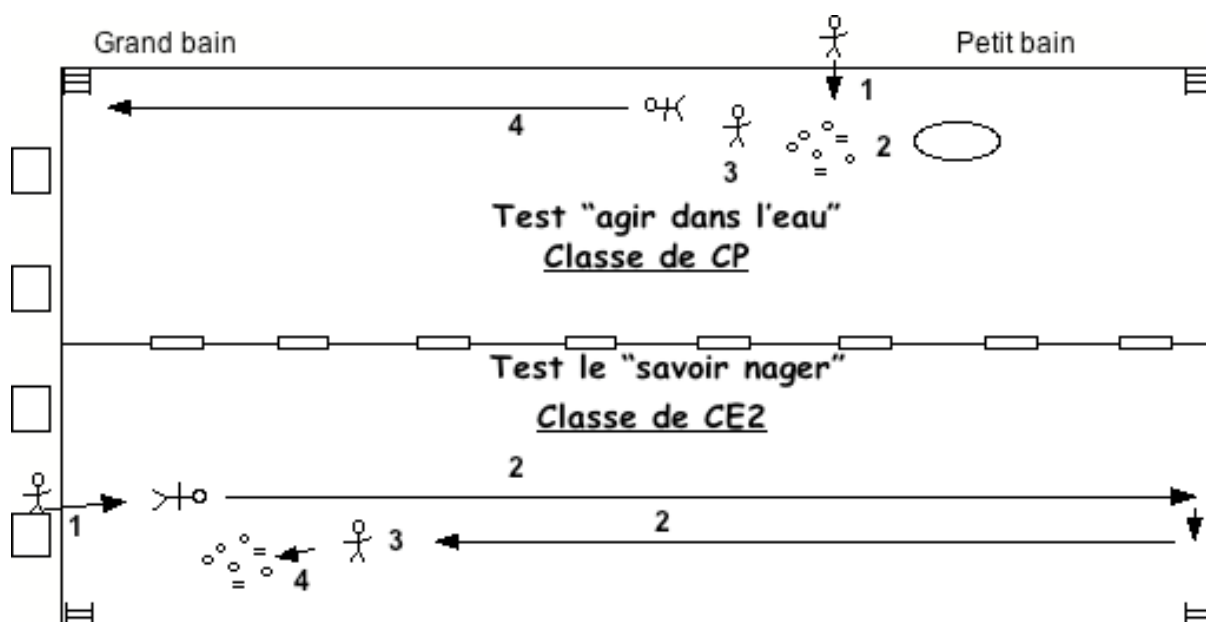
Dispositif : Une classe effectue le test « agir dans l'eau et/ou le test « savoir nager »

Conditions de sécurité :

* à l'entrée sur le bassin, la liste des élèves est remise au responsable de la surveillance.

* 1 enseignant ou MNS à chaque 1/4 de bassin + ETAPS de surveillance.

Aménagement du bassin:



Tâches à effectuer :

Dominante : évaluation finale

Atelier test « agir dans l'eau »

1-Sauter dans l'eau et se déplacer.

2-Aller chercher un objet à 1,20 m ou passer dans un cerceau immergé à 0,80 m de profondeur.

3-Remonter, flotter 5 secondes et revenir au bord (si besoin est).

4-Parcourir 15 mètres, sans appui et sans aide.

Les trois premières tâches doivent normalement être enchaînées.

Atelier test « savoir nager »

1- Plonger. 2- Nager sur 50 mètres sans arrêt en alternant sur au moins 10 mètres la position dorsale et ventrale. 3- Se maintenir 10 secondes sur place, tête émergée. 4- Ramasser un objet aux 2 mètres (sans appui et sans aide).