

PROJET PEDAGOGIQUE

NATATION SCOLAIRE

I. Encadrement et Organisation des apprentissages

- encadrement et surveillance
- Organisation des apprentissages

II. Le module d'apprentissage s'organise en 4 phases

III. Architecture du module d'apprentissage .

Mise en Activité : séances 1 et 2

1. L'intention générale
2. Le fonctionnement général de la classe
3. Éléments de démarche pédagogique : dispositif et tâches

Évaluation initiale : séance 3

1. Avant la séance en piscine
2. Pendant la séance
3. Après la séance

Phase d'apprentissage : séances 4 à 9

1. Objectifs d'apprentissage
2. Dispositif : Phase d'apprentissage
3. Progrès pour entrer dans l'eau
4. Progrès pour s'immerger
5. Progrès pour se déplacer

Évaluation finale : Contrôle des acquisitions

Projet Pédagogique – Centre aquatique La CitédO - 2023

Vous trouverez dans ce document le projet pédagogique du centre aquatique **La CitédO**. Ce document présente l'ensemble des phases du module d'apprentissage dans les activités aquatiques en EPS dont l'objectif général est de :

Développer une motricité aquatique et de construire l'autonomie chez l'élève.

I. Encadrement et Organisation des apprentissages

- encadrement et surveillance

L'encadrement de la natation scolaire s'effectue conformément au texte en vigueur sur la natation scolaire : circulaire n° 2011-090 du 7-7-2011

Dans l'espace aquatique **la CitédO**

Encadrement de l'enseignement :

Classes d'écoles élémentaires	Le professeur des écoles	1 MNS	
Classes comprenant des élèves de Maternelle	Le professeur des écoles	1 MNS	1 MNS supplémentaire

Surveillance assurée par :

Surveillance	Espaces utilisés
1 MNS par bassin	Bassin Sportif

- Organisation des apprentissages

Module d'apprentissage	10 séances	10 séances	8 séances
Durée	5 semaines	10 semaines	4 journées
Fréquence des séances	2 séances par semaine	1 séance par semaine	2 séances par jour
Durée de la séance	40'	40'	45'

- Organisation du groupe classe :

Le groupe, classe est scindé en 2 groupes, si possible de 2 niveaux de pratique plus ou moins «hardis» et «confirmés» :

Le professeur des écoles prend en charge un groupe. Le MNS l'autre groupe.

La gestion du groupe sur les séances :

Le changement de groupe se fera à l'issue de chaque séance,

La constitution de ces groupes :

La composition et la répartition des élèves dans les groupes sont initialement établis par

l'enseignant, mais celles-ci peuvent peut-être affinées au cours et à l'issue des premières séances en collaboration avec le MNS sans s'appuyer sur une évaluation,

- Organisation des espaces pédagogiques :

Les séances se déroulent dans le bassin sportif (voir schémas page 8).

BASSIN SPORTIF les zones :

1 et 4 : Moyenne profondeur 1m40 à 1m60

2 et 3 : Grande profondeur 1m60 à 1m80

5 et 6 : Couloirs de nage

Zone 1	Entrée, Immersion Étape 1	Zone 4	Entrée, Déplacement Étape 1
Zone 2	Entrée, Déplacement Étape 1	Zone 5	Entrée, Immersion Étape 1
Zone 3	Entrée, Immersion Étape 1	Zone 6	Déplacement Étape 2, 3

Remarques :

- Sur une séance, travailler les 3 actions en investissant 2 zones : 1 zone à thématique Entrée, Immersion et 1 zone à thématique Entrée, Déplacement
- Par séance, répartir équitablement les durées des actions: 20' sur une zone et 20' sur une autre zone
- Investir les zones aménagées dans le Grand bain

II. Le module d'apprentissage s'organise en 4 phases :

Phase du module		Séances	Pour l'élève	Pour l'enseignant
1	Mise en activité	1 à 2	Entrer dans l'activité Respecter les règles de fonctionnement Identifier et différencier la diversité des réponses	Guider vers des apprentissages Repérer, faire émerger ce qu'ils savent déjà faire
2	Évaluation initiale	3	Faire le point sur ce que je peux réaliser et construire son projet de nageur	Déterminer les problèmes pour lesquels les élèves n'ont pas encore de solutions
3	Phase d'apprentissage	4 à 9	Apprendre et progresser : Observer / Analyser / Comprendre / Réguler	Guider les apprentissages
4	Évaluation bilan	10	Évaluer le niveau d'acquisition de la compétence	Évaluation – contrôle (sommativ) : Repérer les acquis

Remarque :

Pour les classes de début de cycle 2, la phase d'évaluation initiale peut être remplacée par une séance supplémentaire de mise en activité (dispositif matériel identique).

Pour chaque phase, le document propose :

- une note d'explication sur l'objectif de cette phase et les conditions de mise en œuvre.
- un schéma du dispositif d'aménagement matériel du bassin
- une proposition de tâches motrices relatives aux trois actions motrices : **Entrer, Se déplacer et S'immerger.**
- Pour les séances d'évaluation, une proposition de fiche d'évaluation d'élève ou de classe.

III. Architecture du module d'apprentissage et sommaire du document.

Séances 1 et 2	Mise en activité	Note	p. 6 à 7
		Dispositif	p. 8 à 9
		Tâches motrices	p. 10 à 15

Séance 3	Evaluation initiale	Note	p. 16 à 17
		Taches motrices	p. 18
		Fiche évaluation	p. 19

Séances 4 à 9	Apprentissage	Note	p. 20 à 22	
		Dispositif	p. 23 à 24	
		Tâches motrices	Entrer	p. 25 à 28
			Immerger	p. 28 à 31
			Se déplacer	p. 32 à 34

Séance 10	Evaluation finale	Note	p. 35
		Dispositif	p. 36
		Contenu des tests	p. 37 à 39
		Fiche d'évaluation	p. 40

Légende schéma matériel	p. 41
-------------------------	-------

Vous pouvez consulter ce document de façon chronologique ou bien cliquer sur les hyperliens ci-dessus en maintenant appuyée la touche **Ctrl** afin de vous rendre directement à la page souhaitée. Il vous suffit de cliquer sur l'icône (en bas à gauche de la dernière page du document recherché) pour revenir au sommaire.

Mise en Activité : séances 1 et 2

1. L'intention générale

Pour les élèves :

- Réaliser une **quantité importante d'actions pour chacun** : *s'essayer, oser faire, recommencer, persévérer*, chercher une *diversité* de réponses, comptabiliser et *identifier* ses essais.

Le fonctionnement par zone et par **ateliers** permet une *répartition des élèves* pour garantir cette quantité d'actions, et *éviter attente et « queue-leu-leu »*.

- Pouvoir **s'essayer à son propre niveau (1)**, **l'identifier (2)** et le **situer (3)** dans une échelle de difficultés (*facile/moyen/difficile*) qui aura été construite en classe après *inventaire* de toutes les expériences.

- S'exercer pour aller vers « le **plus difficile pour soi**, dans ce que l'on **sait déjà faire** », pour *chacune des 3 actions (entrer, s'immerger, se déplacer)*, et/ou *en les enchaînant*.

Pour les enseignants et MNS :

1. Établir une première **relation** avec les élèves lors de ces premières séances : les solliciter et les encourager à faire, et faire autrement encore, prendre en compte les difficultés et appréhensions et leur donner confiance.

2. Être **rigoureux** sur les **règles de fonctionnement**, à la fois pour permettre un déroulement optimal de l'activité, et pour des raisons incontournables de *sécurité*.

3. Être **précis dans la formulation des tâches** :

<i>BUT</i> de la tâche	Ce qu'il y a à faire
<i>DISPOSITIF MATERIEL OU HUMAIN</i>	Où l'on fait dans le bassin et avec quoi / avec qui le faire
<i>CRITERES DE REUSSITE</i>	Ce qui permet à l'élève de vérifier que le résultat de l'action est atteint

4. **Observer** les attitudes et les réponses motrices des élèves, pour *repérer- identifier leurs différents niveaux de réalisation*

REMARQUE : Lors de cette **1^{ère} étape**, les différents niveaux de difficultés prévus dans les consignes permettent à chacun de **s'adapter avec ses réponses du moment**, et petit à petit de **se situer dans une échelle de difficulté** (actions: *possibles – peu possibles sans aide – très difficiles...*).

2. Le fonctionnement général de la classe

Chaque classe est partagée en 2 groupes, de 2 niveaux de pratique : élèves plus ou moins « hardis » et « confirmés », et selon l'étape dont ils font partie.

Les 2 classes d'un même créneau ne sont pas mélangées.

L'enseignant(e) travaillera avec un premier demi-groupe sur soit la zone entrée/immersion, soit la zone entrée/déplacement (au choix). Le MNS travaillera sur l'autre zone,

Au bout de 20 minutes, le MNS de surveillance indiquera la rotation des groupes pour effectuer les changements de zone par un signal sonore.

On fonctionne par **action**, pour permettre aux élèves d'apprendre à les identifier et les distinguer, et donc on privilégiera **les "ateliers"**.

3. Éléments de démarche pédagogique

1. **Travail en classe** avec les élèves, **avant** la séance en piscine

Établir la liste des élèves de chaque groupe, L'enseignant apportera la liste des élèves ainsi répartis dès la première séance (dont 1 liste prévue pour le MNS). La répartition dans les groupes s'ajustera **si besoin au cours des 2 séances de "Mise en activité"**, en fonction des réussites ou difficultés *effectives* des élèves.

➤ **PRESENTATION EN CLASSE DES DISPOSITIFS ET DES TACHES**

- Présenter les **dispositifs**, par étape et lieux de travail : idéal par vidéoprojecteur ou sur affiche en se basant sur les informations rapportées progressivement.

Indiquer les « portes d'entrée et de sortie » pour chaque atelier.

Nommer les objets et matériels utilisés (lexique spécifique).

- Échanger avec les élèves, à partir des **consignes** : sur ce qu'il y a à faire et tout ce qu'il « est possible » de faire pour chaque atelier.

Insister sur « **Règle des 3 fois** » : **réaliser au moins 3 fois de suite** la même chose avant de changer ou de réponse motrice ou d'atelier.

2. **Séance en piscine**

➤ Chaque groupe de la classe est pris en charge par **1 adulte** (l'enseignant ou le MNS).

Les situations proposées sont « ouvertes » pour permettre des **adaptations individuelles** sur un **même dispositif mais avec des consignes différenciées** (voir les différentes consignes proposées sur chaque atelier).

➤ Constituer des petits groupes d'élèves qui **fonctionnent simultanément** sur 2 ou 3 ateliers : procéder d'abord sur un espace d'atelier proche puis passer à une zone voisine pour continuer l'exploration.

➤ Insister sur l'apprentissage des **règles de fonctionnement** (exemples : sens de circulation dans l'atelier, règle des « 3 fois », repères concrets permettant à un élève de s'engager dans l'action suite à l'élève qui le précède...)

3. **Retour de séance en classe**

Le travail concerne les 2 groupes de la classe

➤ Ajuster *en commun* une connaissance exacte des *dispositifs*.

➤ S'assurer de la mémoire des *règles de fonctionnement et de sécurité*.

➤ Identifier - différencier les 3 *actions* aquatiques (Entrer, se Déplacer, s'immerger) pour savoir ce que l'on a à faire).

➤ Questionner les élèves : « *Que deviez-vous faire ?* » / « *Qu'avez-vous fait et réussi ?* » / Les réponses se font à l'oral comme à l'écrit (ex. dans un « *Cahier du nageur* » personnel, mémoire du cheminement de l'élève durant le module d'apprentissage).

➤ Vérifier la *mémoire des consignes* : le but ? le critère de réussite ? Exemples :

Par rapport au *trajet demandé* = « aller *jusqu'au bout* du trajet », « passer *dessous* »

Par rapport à la *manière de faire* = « ne *pas toucher* le tapis, les *épaules cachées dans* l'eau, se déplacer sur le dos et sur le ventre »

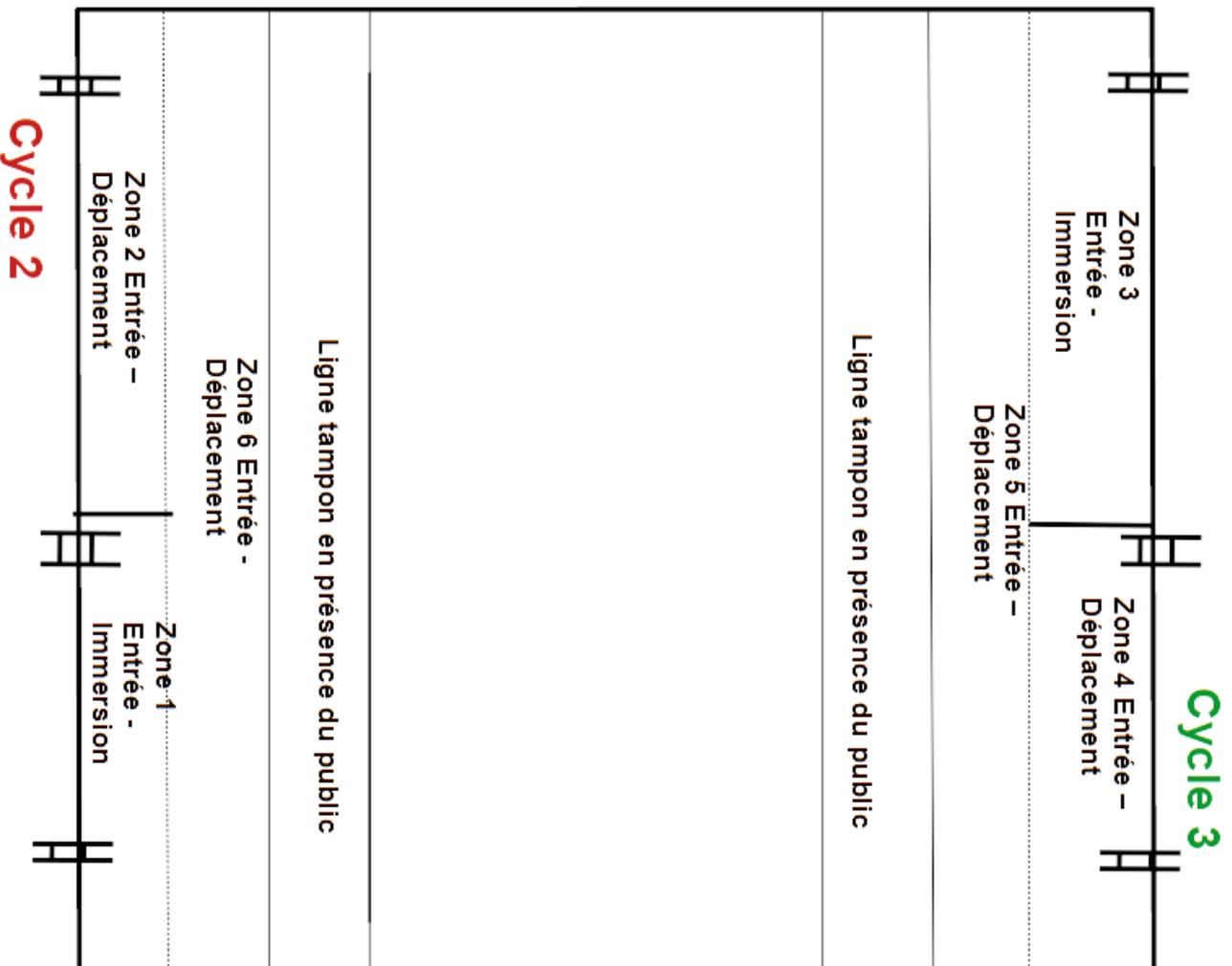
➤ Pour chaque espace,

Faire l'*inventaire* avec les élèves, pour chaque espace, de ce qui a été réalisé et questionner : « *Que pourrait-on encore essayer?* », « *Qu'est-ce que vous aimeriez bien réussir la prochaine fois ?* »

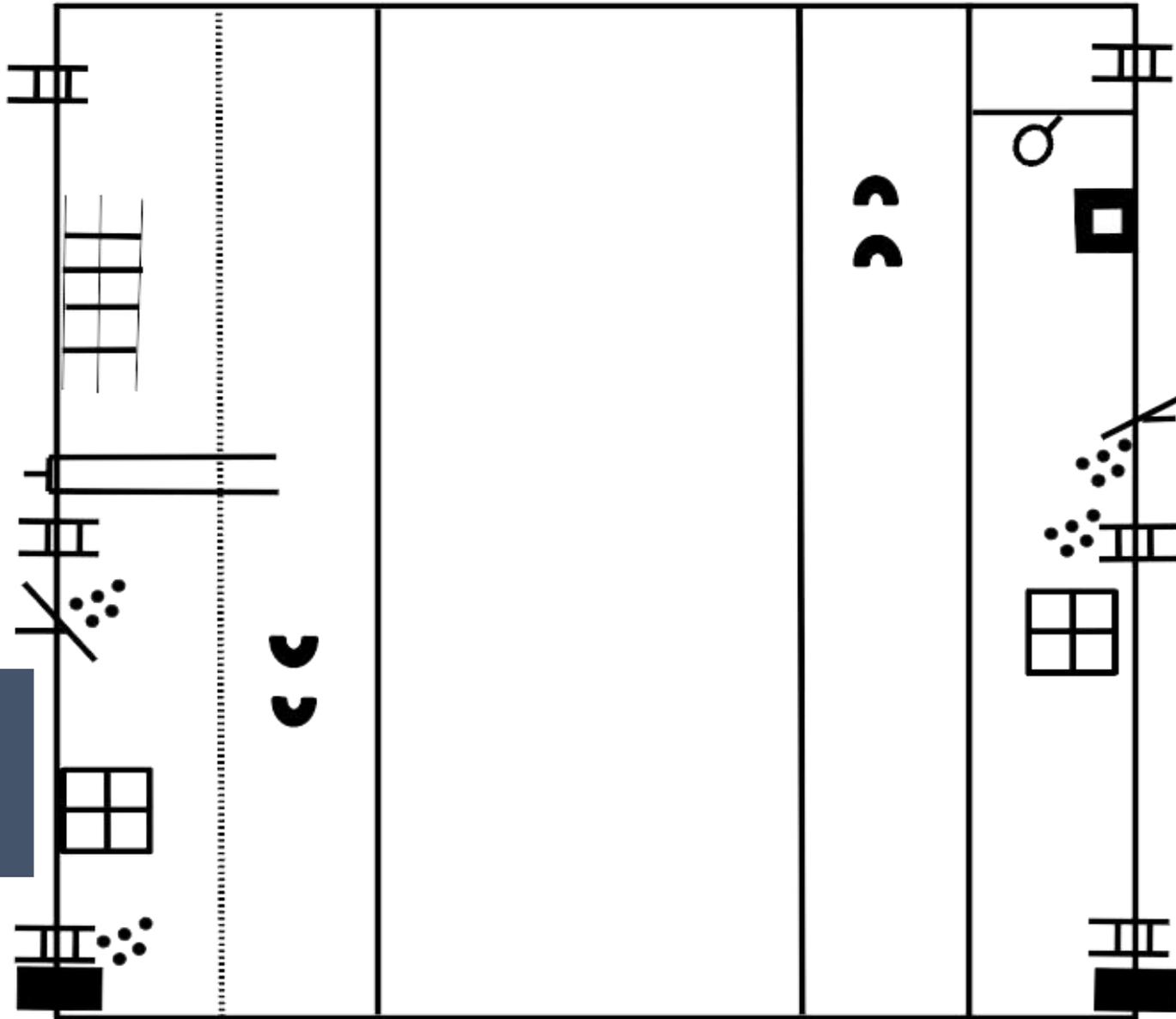
- Classer les actions réalisées, du plus « facile » au « difficile », pour se situer dans une échelle de difficulté (travail collectif de classe)



Dispositif du bassin : Mise en Activité – Séance 1 à 3



Aménagement du Bassin Sportif : Mise en activité- Séances 1 à 3



AMENAGEMENT
PLUTOT CYCLE
3

AMENAGEMENT
PLUTOT CYCLE
2



Tâches proposées pour la Phase de Mise en Activité

	Actions	Zones	But	CR	Règles de fonctionnement	Variables	
ENTRER	E1	1 à 4	Entrer par l'échelle	Épaules immergées	Descendre dos à l'eau Un à la fois	-	En petite et moyenne profondeur
						+	En grande profondeur
	E2	1 à 4	Entrer par le bord	Épaules immergées		Idem	
	E3	2 et 4	En MP ou GP, debout, avec aide de la frite entrer en sautant	Retour au bord seul	Personne dans l'eau au moment du saut, frite tenue sous les bras	-	Départ accroupi
						+	En PP réception debout
	E4	1 et 4	Assis de face entrer en glissant sur le tapis,	Revenir seul	Adulte soulève l'extrémité du tapis Personne dans l'eau au moment du saut Frite tenue sous les bras	-	Aide de la frite
						+	Récupérer une perche en surface
	E5	3 et 6	Entrer en sautant pour rattraper la perche à la surface de l'eau	Rattrape la ligne	Personne dans l'eau au moment du saut	-	Départ accroupi Tenir la perche depuis le début
						+	Rattraper une frite Récupérer une aide après le retour en surface
E6	1 à 6	Depuis le bord entrer en sautant seul	Retour au bord sans aide et seul	Personne dans l'eau au moment du saut	+	Depuis le rebord depuis un tapis	
E7	1,3 et 4	Depuis le bord entrer en sautant par dessus le tapis	Ne pas toucher le tapis	Personne dans l'eau au moment du saut Départ au milieu du tapis			
E8	3	Entrer précisément dans un tapis troué	Ne pas toucher le tapis revenir seul au bord	Personne dans l'eau au moment du saut	+	Idem en réalisant un demi-tour	
					-	Dans un cerceau	
E9	2, 3	Entrer en sautant droit	Toucher le fond à 1m60	Personne dans l'eau au moment du saut	+	Augmenter la profondeur	

Proposition de situations pour les classes de cycle 3

ENTRER	E10	1 et 4	Depuis le bord effectuer une roulade sur le tapis pour entrer dans l'eau	Entrer par les pieds	Un à la fois Espace libre au moment de la roulade	+ Départ tapis accroupi, roulade dans l'eau. Roulade arrière
	E11	1 à 6	Debout au bord, position mains aux chevilles se laisser tomber	Ne pas bouger	Vérifier que l'espace soit libre	- Chute arrière + Ne pas bouger jusqu'au retour en surface
	E12	1 à 6	Position à genoux entrer en plongeant	Passer sous la ligne d'eau	Espace libre	- Allongé sur le tapis se laisser glisser + Départ accroupi
	E13	1 à 4	Depuis le bord plonger pour passer sous la ligne d'eau	Passer sous la ligne d'eau	Espace libre	- Plonger accroupi + Augmenter la distance à atteindre Départ du bord



	Tâches	Zones	But	Critères de réussite	Règles de fonctionnement	Variables	
SE DEPLACER	D1	1 à 4	Se déplacer le long du mur	Pas d'arrêts		+	En utilisant 1 main Se croiser, se dépasser ; En avant, arrière
	D2	2 4	Se déplacer dans le pont de perche	Pas d'arrêts	Un à la fois	+	En arrière, En faisant le moins d'appuis Aller à l'intérieur, retour à l'extérieur
	D3	3	Se déplacer en contournant le tapis	Pas d'aide	Un élève debout sur le tapis. Un à la fois autour du tapis	+	Tenir le tapis avec une seule main Contourner le tapis sans le toucher
	D4	2 4	Se déplacer avec 2 frites sous chaque bras	Visage immergée		-	1 seule frite tenue sous les bras
	D5	2 4	Se déplacer sur 10m avec 2 reprises d'appuis maximum	Pas plus de 2 reprises d'appuis	Le long du mur ou de la ligne d'eau	+	Se déplacer seul sur 5m 1 seule reprise d'appui sur 10m
	D6	2 4	Se déplacer sur le dos avec aide de la frite sur la poitrine	Pas d'arrêt dans le déplacement		+	Frite tenue sur les cuisses
	D7	2 4	Se déplacer sur le ventre avec la frite tenue bras tendus	Pas d'arrêts dans le déplacement		+	Sur le dos, frite tenue bras tendus derrière la tête
	D8	2 4	Se déplacer seul sur 10m	Pas d'aide Pas de reprise d'appui		+	Sur le dos Alternier les positions ventrale / dorsale

Proposition de situations pour les classes de cycle 3

SE DEPLACER	D9	2 4 5 6	Depuis le bord réaliser une glissée	Atteindre les 5m		+	Sur le Dos Changer de position pendant la glissée
	D10	2 4	Réaliser 10 m sur le dos avec les jambes, en tenant la frite bras tendus derrière la tête	Ne pas s'arrêter		-	Frite tenue sur la poitrine
						+	Sans la frite
	D11	2 4 5 6	Réaliser une coulée et sans arrêts se déplacer en crawl avec 4 coups de bras	Pas d'arrêts			
D12	2 4 5 6	Se déplacer sur 12m50 en crawl	Ne pas s'arrêter			+	Effectuer un aller retour



	Tâches	Zones	But	CR	Règles de fonctionnement	Variables	
S'IMMERGER	I1	1 3	Immerger le visage	Visage immergé		+	La tête
	I2	1 4	S'immerger pour passer sous un barreau de la cage	Ne pas le toucher		-	Sous une perche, une frite
						+	Entrer dans un cerceau flottant plusieurs successivement
	I3	1	Récupérer les objets lestés	Ramasser les objets avec les mains		-	Profondeur
						+	Nombre d'objets, ramasser à 2 mains
	I4	3	Traverser l'échelle flottante	Ne pas toucher les frites	Un seul élève à la fois sur un trajet Aller ou retour	+	S'immerger sous 2 frites en même temps Effectuer un aller-retour
	I5	1 4	Avec l'aide de l'échelle, s'immerger pour toucher le fond avec les genoux	Toucher le fond	Un à la fois	-	Toucher avec les pieds ; Diminuer la profondeur
						+	Avec l'aide de la cage Augmenter la profondeur Toucher avec les fesses, le ventre,... Se laisser remonter seul.
	I6	3	Traverser le tapis troué en 2 immersions	Ressortir dans chaque trou	Un à la fois dans le tapis	-	En largeur
+						En 1 fois Enchaîner les 2 tapis	
I7	1 3 4	Avec l'aide d'une perche ou des barres de la cage aquatique ? aller toucher le fond	Toucher le fond		-	Diminuer les profondeurs	
					+	Remonter sans aide Toucher avec différentes parties du corps	
I8	1 3 4	Avec aide de la perche ou de la cage aquatique ? aller récupérer un objet lesté et se laisser remonter	Récupérer un objet remonter seul	Bien tenir la perche	+	Se laisser remonter dans différentes positions Avec un « copain perche » Récupérer plusieurs objets	
I9	3 4	Avec aide, s'immerger pour passer dans les cerceaux lestés ou sous les barreaux de la cage	Ressortir derrière les obstacles.		+	Augmenter la durée d'immersion Réduire l'aide pour réaliser la situation	

Proposition de situations pour les classes de cycle 3

S'IMMERGER	I10	1 3	Entrer en sautant pour récupérer un objet et ressortir dans le tapis troué	Réaliser les actions sans refaire surface		+ Augmenter le nombre d'objets + Augmenter la distance à parcourir	
	I11	3 4	Entrer en plongeant pour traverser le cerceau lesté la cage	Cerceaux traversés		- Partir de la surface	
						+ Traverser 2 cerceaux lestés	
	I12	1 3	Depuis la surface réaliser un plongeon canard pour ramasser un objet	Objet remonté			- Aide pour descendre
							+ Augmenter le nombre d'objet



Évaluation initiale : séance 3

Objectif de cette séance :

➤ **Pour l'élève**

- 1) **Choisir** ce qu'il peut réaliser, de plus difficile pour lui, en entrée, déplacement, immersion, pour réussir au moins 2 passages sur 3.
- 2) **Apprendre à évaluer**, à partir d'un **contrat personnel** établi préalablement en classe, et en travaillant en **binôme en Cycle 3** (ce qui suppose de bien connaître les tâches et leurs critères de réussite, et d'observer précisément son copain) : travail d'**auto-** et de **coévaluation**.

➤ **Pour l'enseignant**

Une séance de « **référence** » pour : **(1) situer** ce que *savent déjà faire* les élèves + **(2)** : pouvoir engager les élèves dans la perspective de *futures propositions d' apprentissage* qui les aideront à progresser et dépasser ces tout-premiers résultats (= la 1^{ère} « référence »).

Les élèves de CP qui vivent un premier module de natation pourront vivre une troisième séance de mise en activité. Les élèves du CE1 au CM2 devront déterminer l'action la plus difficile qu'ils pensent réussir, actions choisies parmi les propositions définies dans le document évaluation référence.

1. Avant la séance en piscine

L'évaluation s'apprend, ce travail *demande donc du temps* pour construire de la méthode (avec un guidage plus fort et plus concret en cycle 2). Afin de faciliter le déroulement de ce travail en piscine, il est *impératif d'effectuer un travail de préparation en classe*.

Chaque élève doit en effet :

- Avoir une connaissance précise :
 - des différents *espaces d'action*, répartis sur chacune des 2 zones de travail,
 - des *actions qu'il aura essayées et réussies* au cours des séances de mise en activité, parmi les *ENTREES, IMMERSIONS, DEPLACEMENTS*,
 - des actions *de son copain à observer et reconnaître* comme *réussies ou pas* (cf. critères de réussite clairs et bien connus des élèves).
- Pouvoir établir son projet :
 - Choisir **1 entrée, 1 déplacement, 1 immersion**, parmi « **les plus difficiles réussis jusque-là** » qu'il **faudra réussir au moins 2 fois sur 3**.
 - préremplir sa fiche en classe, et connaître précisément le choix de son partenaire.

Ainsi **chaque élève doit, avant la séance, savoir pour lui-même et son partenaire :**

- **ce qu'il va faire**
- **où il va le faire**
- **un niveau de réussite de l'action choisie.**
- **et combien de passages à réussir.**

et le présenter au MNS responsable de son groupe, en arrivant à la piscine.

L'enseignant pourra établir une synthèse des projets pour le MNS et pour son groupe en amont de la séance.

Exemple de fiche d'observation-référence :

Nom des 2 élèves du binôme	ENTRER					S'IMMERGER					SE DEPLACER								
	écrire ou dessiner/coder l'atelier choisi										écrire ou dessiner/coder l'atelier choisi					écrire ou dessiner/coder l'atelier choisi			
Noémie	X	O	O	O	OUI	O	X	X	X	NON									
Jérémy																			

X ESSAI réalisé/non réussi ... O ESSAI réussi...

2. Pendant la séance

- Il est nécessaire que chaque adulte ait une connaissance des choix des élèves (groupés par zone) afin de permettre à tous d'avoir le temps d'effectuer leurs essais.

Une fiche récapitulative est constituée pour le groupe de l'enseignant et une autre fichet est transmise au MNS pour son groupe.

L'adulte vérifie la capacité des élèves à observer et à apprécier la réalisation en fonction du critère de réussite.

- Les élèves fonctionnent **par binôme** : *un élève évalué, l'autre « observateur »* :
 - un élève « nageur » effectue ses 3 essais **consécutifs** par action (entrée, ou déplacement, ou immersion).
 - un élève observateur compte les réussites au bord du bassin, et va *ensuite* reporter les résultats sur la fiche (préservée au sec !) ou annoncer le résultat à l'adulte qui les note. Puis changement de rôles après chaque action.

3. Après la séance :

Effectuer en classe un **retour sur les résultats**, en échangeant sur le contrat choisi : à la *juste mesure*, en *sur-estimation* ou *sous-estimation* des capacités,

Et présenter la suite =

- 5 à 6 séances pour « *s'entraîner* » à ... *faire mieux encore... plus difficile... ou autrement*, et pour *apprendre* ce qu'on ne sait pas faire encore, et *progresser*,
- **1 séance d'évaluation-bilan terminale, pour, à nouveau par binôme, évaluer le chemin parcouru depuis la 1^{ère} mesure de « référence ».**



Tâches pour Évaluation référence : Séance 3

Tâches			But et <u>critères de réussite</u>
ENTRER	Cycle 2	E1	Entrer par l'échelle pour <u>immerger les épaules</u>
		E2	Assis au bord descendre dans l'eau <u>pour avoir les épaules immergées</u>
		E3	Depuis le bord, entrer en sautant avec une frite <u>et revenir au bord seul</u>
		E4	Depuis le bord entrer en sautant <u>seul et revenir au bord sans aide</u>
		E5	Depuis le bord à 1m80 de profondeur entrer en sautant droit <u>pour toucher le fond</u>
	Cycle 3	E6	Depuis le bord, position mains aux chevilles, se laisser tomber <u>sans bouger</u>
		E7	Depuis le bord, à genoux entrer en plongeant pour <u>passer sous la ligne d'eau</u>
S'IMMERGER	Cycle 2	I1	Au bord, mettre la tête <u>sous</u> l'eau <u>complètement</u>
		I2	Traverser 2 frites <u>successivement et sans les toucher</u> dans l'échelle flottante
		I3	Traverser le tapis troué en <u>3 immersions</u>
		I4	A mi-profondeur, s'immerger avec aide <u>pour toucher le fond avec ses pieds</u>
		I5	En grande profondeur, aller <u>toucher le fond</u> avec aide et <u>se laisser remonter sans aide et sans bouger</u>
	Cycle 3	I6	Plonger pour traverser un cerceau lesté <u>sans refaire surface et sans arrêt</u>
		I7	Depuis la surface effectuer un plongeon canard pour <u>ramasser un objet</u>
SE DEPLACER	Cycle 2	D1	Se déplacer le long du mur <u>sur 10m</u>
		D2	Se déplacer sur 10m avec 2 frites <u>sans reprise d'appuis</u>
		D3	Se déplacer <u>sur 5m, seul et sans aide</u>
		D4	Sur 12m50 se déplacer <u>avec 2 reprises d'appuis maximum</u>
		D5	Se déplacer sur 10m <u>seul</u>
	cycle3	D6	Se déplacer <u>10m</u> sur le dos en battement de jambe <u>sans arrêts</u>
		D7	Se déplacer sur <u>12m50</u> en crawl <u>sans arrêt</u> de la nage



Phase d'apprentissage : séances 4 à 9

Il s'agit maintenant d'un APPRENTISSAGE et d'un ENTRAÎNEMENT pour réussir à FAIRE PLUS DIFFICILE ou à FAIRE MIEUX que ce que l'élève savait faire jusqu'à présent, c'est-à-dire dépasser le niveau de réponses de l'évaluation initiale dite de « référence ».

- **Cadre général**

Les 7 séances à venir constituent une phase d'apprentissage. L'objectif de ces séances est de viser un progrès chez les élèves dans chacune des 3 actions motrices : **Entrer, Se déplacer, S'immerger**. Les objectifs d'apprentissage sont définis à partir de la « photographie » prise lors de l'évaluation initiale (séance 3) pour chaque action motrice.

Objectifs de progrès :

Les objectifs sont définis pour chaque action et s'organisent pour le progrès de chaque élève dans chacune des 3 actions motrices.

En fonction de la « photographie » réalisée lors de l'évaluation initiale, les objectifs de progrès pour les élèves seront différents. Les tâches d'apprentissage proposées permettent de viser ces objectifs.

Tâches d'apprentissage :

Les tâches d'apprentissage sont réparties de façon thématique sur le bassin. Elles proposent dans chaque zone des exigences de difficultés différentes adaptées aux élèves. Les tâches sont choisies et réparties dans des espaces réduits, ce qui permet une coexistence d'ateliers, favorisant un maximum d'activité des élèves.

Pour viser le progrès, les tâches d'apprentissage proposées précisent notamment :

- un but pour l'élève = ce qu'il y a à faire,
- une exigence de réussite (critère de réussite) pour l'élève qui lui permet de savoir par lui-même s'il a réussi la tâche demandée (travail de l'autonomie par auto et co-évaluation).
- des moyens pour réussir qui sont les solutions à mettre en œuvre pour satisfaire à l'exigence de la tâche (éléments du progrès).

Dans cette phase d'apprentissage la quantité d'action, la répétition des solutions efficaces sont des conditions nécessaires pour stabiliser les apprentissages.

Les tâches proposées sont des exemples possibles d'utilisation du dispositif. D'autres tâches, adaptées aux objectifs visés, peuvent être proposées sur le dispositif.

Les tâches sont en relation avec les tests départementaux (1^{er} et 2^{ème} paliers du socle commun). Ces derniers, qui reposent sur un choix des élèves, présentent des parcours intégrant les 3 actions aquatiques et exigent de savoir les enchaîner. Cela implique une préparation en amont de ces enchaînements.

- **Démarche d'enseignement**

Les 1^{ers} niveaux de réalisation d'une tâche s'adressent à des élèves encore en difficulté ou débutants. Toutes les propositions ne sont donc pas à utiliser systématiquement. Il s'agira plutôt de choisir dans ces propositions celles qui conviennent aux niveaux de réussite observés. Chacun pourra ainsi progresser en fonction de sa propre réussite, et en sera conscient.

Les tâches proposées ne sont également pas toutes forcément à utiliser dans une seule et même séance, tout comme les espaces de travail proposés ; les répartir selon les besoins particuliers des élèves sur les différentes séances d'apprentissage prévues.

Avant de changer de tâche ou de niveau de difficulté, l'élève devra chercher à résoudre le problème posé par un des niveaux de réalisation de la tâche ; puis ensuite s'entraînera en répétant avec la solution construite et stabilisera la solution trouvée et pourra ainsi réussir à tout coup. Ensuite l'élève pourra passer à un niveau de difficulté supérieur.

Il est intéressant de s'appuyer sur des réussites relativement hétérogènes, pour faire émerger collectivement les solutions trouvées et les mémoriser ensuite (par exemple par la répétition). Il sera aussi très utile, de retour en classe (ou en bilan de séance pour le MNS, ou en début de séance suivante), d'en reparler, puis de les écrire (« Cahier du nageur » de l'élève, affiches de classe).

- **Organisation des séances**

1. Un MNS de référence positionné sur chaque classe.
2. Deux groupes de niveau constitués pour chaque classe.
3. Deux zones thématiques proposées aux élèves (le MNS peut prendre en charge la zone entrée/déplacement, l'enseignant la zone entrée/immersion par exemple).
4. Rotation des groupes au bout de 20 minutes. Les adultes restent positionnés sur leur zone de travail. Durant la séance, enseignant et MNS auront une visibilité sur l'ensemble des élèves de la classe.

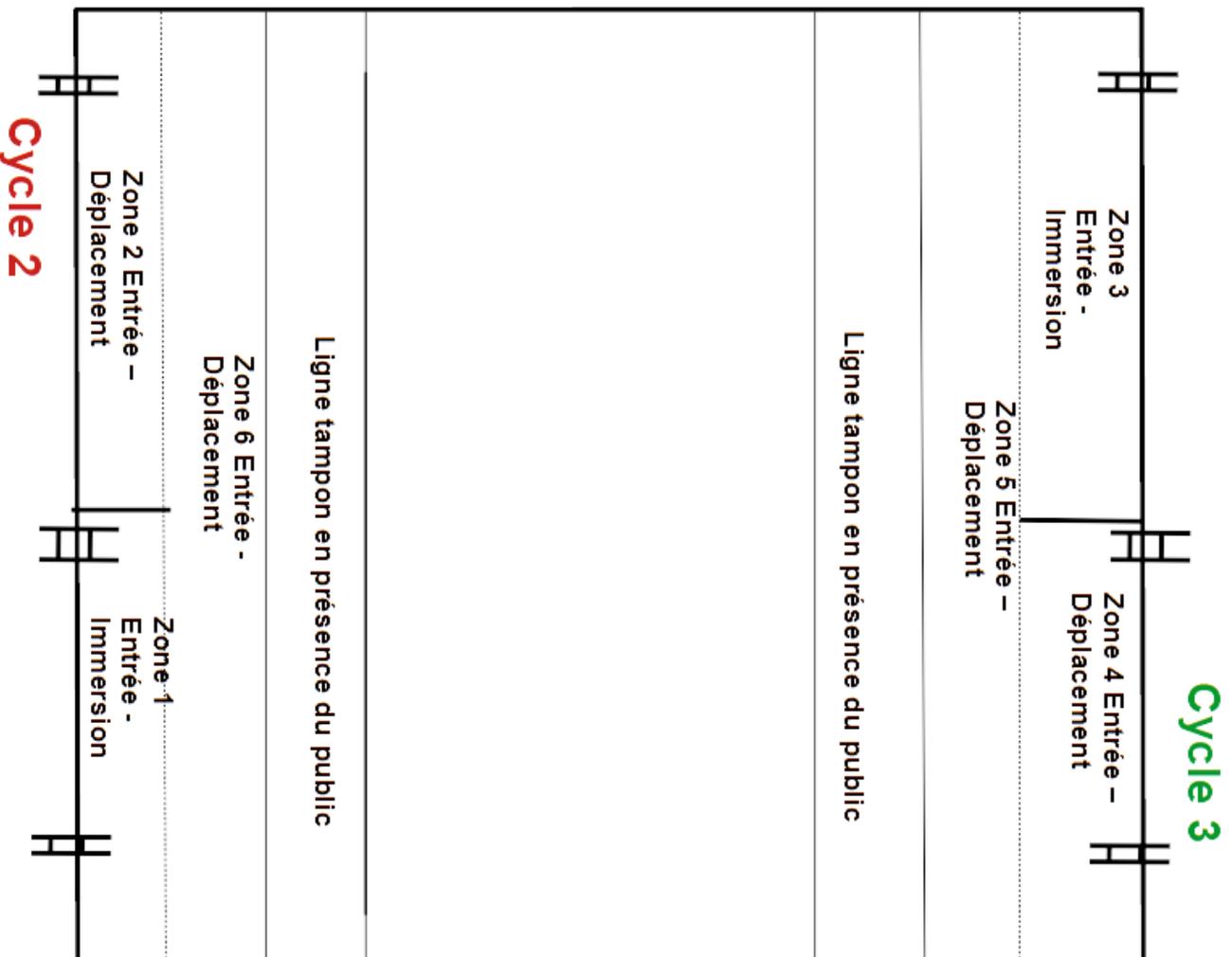


OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

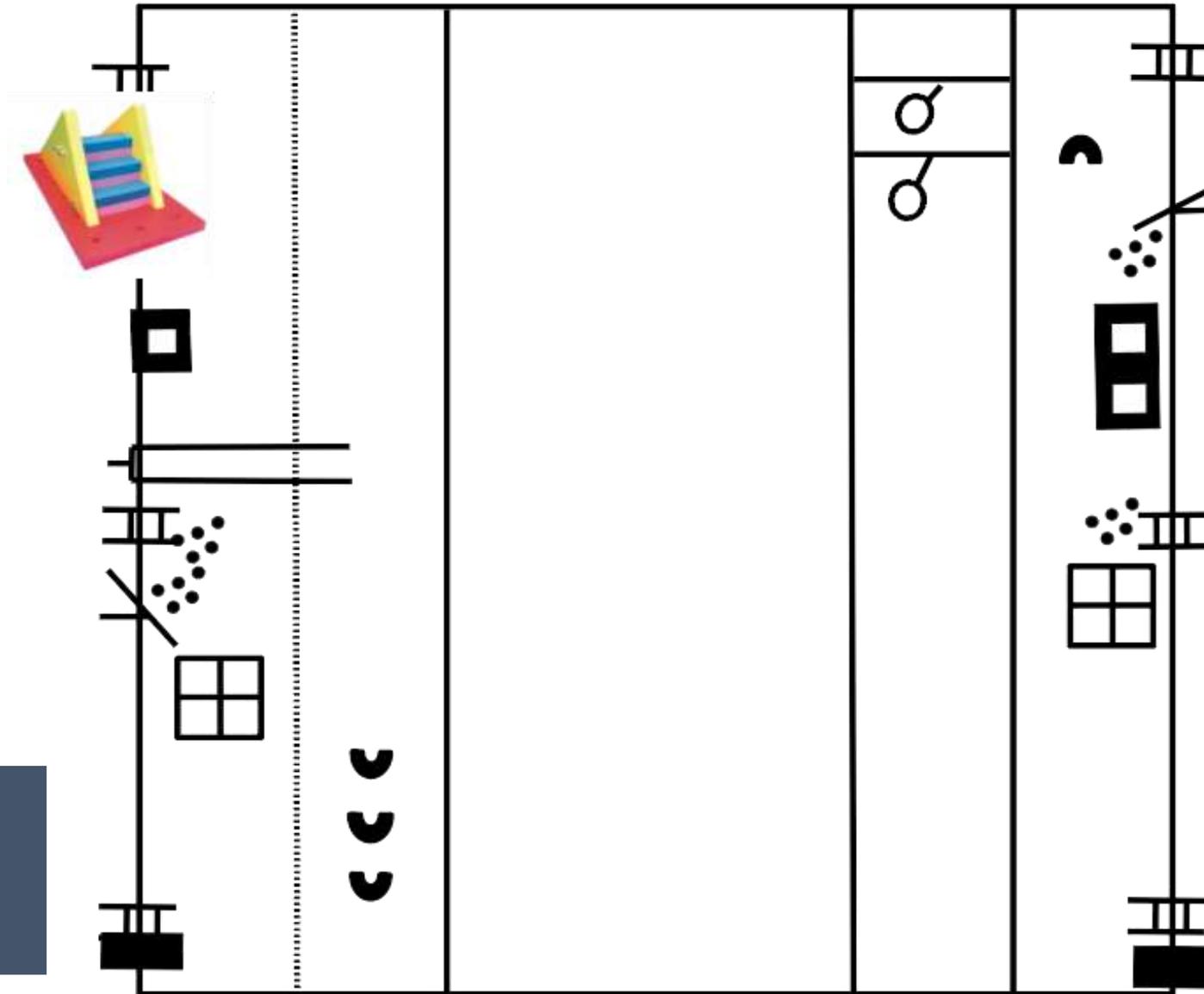
	ETAPE 1	ETAPE 2	ETAPE 3
ENTRER	<p>Accepter la perte des appuis plantaires</p> <p>Accepter la perte momentanée des appuis solides</p>	<p>Entrer dans l'eau seul sans aide</p> <p>Accepter d'entrer en remettant en cause son équilibre vertical</p>	<p>Coordonner déséquilibre et impulsion (plonger)</p> <p>Enchaîner un plongeon et une action pour plonger loin, profond</p>
SE DEPLACER	<p>Se déplacer avec appuis solides</p> <p>S'éloigner du bord avec des appuis solides instables</p>	<p>Se déplacer loin du bord en limitant le nombre et la nature des appuis (appuis instables, mobiles)</p> <p>Conserver la posture allongée par des actions propulsives et par orientation de la tête</p>	<p>Construire des appuis aquatiques pour se déplacer efficacement</p> <p>Coordonner actions motrices et respiration pour se déplacer plus efficacement</p>
S'IMMERGER	<p>Augmenter la durée d'immersion en surface</p> <p>Augmenter la durée d'immersion en surface et avec appuis solides</p>	<p>S'immerger mi-profondeur vers profondeur en diminuant les appuis solides et en s'éloignant du bord</p> <p>Construire des appuis pour rester et se déplacer en immersion</p> <p>Varié les orientations pour aller, rester et se déplacer au fond</p>	<p>Construire son autonomie en immersion</p>



Dispositif du bassin: phase d'apprentissage – Séance 4 à 9



Aménagement du Bassin Sportif : phase d'apprentissage -Séances 4 à 9



AMENAGEMENT
PLUTOT CYCLE
3

AMENAGEMENT
PLUTOT CYCLE
2



Progrès pour entrer dans l'eau

Évaluation initiale		Pour progresser il faut (objectifs d'apprentissage)	Exemples de tâches d'apprentissage dans le dispositif
1	Entrer par l'échelle pour <i>immerger les épaules</i>	Accepter la perte des appuis plantaires	E1
2	Assis au bord descendre dans l'eau <i>pour avoir les épaules immergées</i>	Accepter la perte des appuis momentanée des appuis solides	E2 E4 E5 E6
3	Depuis le bord, entrer en sautant avec une frite <i>et revenir au bord seul</i>	Entrer dans l'eau sans aide,	E7 E8 E9 E10
4	Depuis le bord entrer en sautant <i>seul et revenir au bord sans aide</i>	Entrer dans l'eau en construisant une posture hydrodynamique	E10 E11 E12 E15 E16 E17 E18
5	Depuis le bord à 1m80 de profondeur entrer en sautant droit <i>pour toucher le fond</i>	Remettre en cause son équilibre vertical pour entrer dans l'eau	E13 E14 E15 E16 E17 E18

Proposition de tâches pour la phase d'apprentissage



ACTIONS	TACHES	ZONES	BUT = Ce qu'il y a à faire	Critère de réussite = pour l'élève	Moyens pour réussir	VARIABLES	
ENTRER	E1	1 à 4	Entrer dans l'eau par l'échelle	Épaules immergées	Contenus essentiellement d'ordre affectifs. Accepter de s'engager.		
	E2	1 à 4	Assis au bord, descendre dans l'eau à l'aide des mains	Atteindre le bord	Accepter une perte d'appuis plantaires et avoir confiance dans ses appuis bras		
	E3	2,4	Accroupi au bord sauter pour rejoindre la perche.	Attraper la perche	S'écarter du monde solide avec amplitude (pousser sur les jambes et avoir les bras devant)	-	Tenue de la perche permanente en petite profondeur
						+	Départ debout Rattraper la ligne d'eau
	E4	5,6	Entrer dans l'eau en sautant avec l'aide de la frite.	Récupérer un appui dans l'eau	S'écarter du monde solide avec amplitude Regarder devant soi	-	Sauter accroupi frite positionner sous les aisselles dès le départ
						+	Varié les profondeurs Entrer en glissant sur le bigliss, sur le toboggan,
	E5	1,4	Depuis le bord entrer en sautant loin avec l'aide de la frite, par dessus le tapis	Ne pas toucher le tapis Revenir au bord seul	Pousser sur les jambes Bras devant Regarder devant	-	Frite tenue sous le bras,
						+	Frite tenue à bout de bras
	E6	2, 4, 5	Depuis le bord, entrer en sautant pour récupérer sa frite en surface	Tête immergée à l'arrivée	Regarder devant soi S'immerger complètement avant d'attraper le support solide	+	Attendre de refaire surface pour attraper sa frite Glisser sur le toboggan et revenir au bord seul
E7	1 à 6	Entrer en sautant seul	Pas d'aide pour revenir au bord	Pousser sur les jambes Regarder devant soi			
E8	5	Depuis le toboggan entrer en glissant	Corps complètement immergé	Revenir seul au bord Regard devant	-	Rattraper un appuis solide en surface frite sous les bras	
					+	Position allongée	
E9	1,4	Depuis le bord marcher debout sur le tapis et se laisser tomber	Revenir seul au bord	Regard devant soi bras pour s'équilibrer	-	A genoux	
					+	En courant ; Tomber droit	

		au bout.				sans bouger
E10	3	Depuis le bord entrer en sautant dans le cerceau ou le tapis troué	Ne pas toucher l'obstacle	Regarder devant Ventre et fesses serrés Bras le long du corps	-	Aide au retour en surface Augmenter le diamètre d'entrée
					+	Réduire le diamètre d'entrée Saut demi-tour
E11	2, 4	Depuis le bord entrer en sautant pour enchaîner : un déplacement , une immersion	Pas de temps d'arrêt entre les 2 actions			
E12	2, 3	Depuis le bord, entrer en sautant droit. Se laisser remonter sans rien faire	Toucher le fond Corps immobile à la remontée	Se maintenir droit comme une « allumette » dans l'air et dans l'eau ; Inspirer et bloquer Être le plus grand et le plus dur possible.	-	Droit jusqu'à l'entrée dans l'eau Remonter en boule
					+	Droit jusqu'au retour en surface Faire l'étoile au retour en surface
E13	1,4	Depuis le tapis entrer dans l'eau en réalisant une roulade sur le tapis	Entrer par les pieds	Rentrer la tête Pousser sur ses jambes		
E14	1 à 4	Depuis le bord, debout mains aux chevilles se laisser tomber en arrière.	Ne pas bouger Les fesses entrent en premier	Rentrer la tête Gâiner le corps	+	En avant Conservé la même position jusqu'au retour en surface
E15	2,3	Depuis le bord un genou au sol entrer en plongeant	Passer sous la 1ère ligne d'eau	Tête rentrée – Bras aux oreilles Pousser sur la jambe Serrer le ventre et les fesses	+	Départ accroupi
E16	2, 3, 5, 6	Depuis le bord entrer en plongeant pour atteindre 5m	Atteindre le repère	Menton collé à la poitrine et bras aux oreilles ; corps aligné ; pousser sur les jambes	+	Plonger depuis le rebord
E17	2,6	Depuis le bord entrer en plongeant pour enchaîner un déplacement	Pas d'arrêt entre l'entrée et le déplacement	Menton collé à la poitrine et bras aux oreilles ; corps aligné ; pousser sur les jambes		Plonger pour enchaîner un déplacement en dos Partir du plot
E18	3, 5, 6	Depuis le bord entrer en plongeant pour enchaîner une immersion	Pas d'arrêt entre l'entrée et l'immersion	Menton collé à la poitrine et bras aux oreilles ; corps aligné ; pousser sur les jambes		Partir du bord



Progrès pour s'immerger

Évaluation initiale		Pour progresser il faut (objectifs d'apprentissage)	Exemples de tâches d'apprentissage dans le dispositif
1	Au bord, mettre la tête <i>sous</i> l'eau <i>complètement</i>	Augmenter la durée d'immersion en surface	I1, I2, I3, I4, I7, I8
2	Traverser 2 frites <i>successivement et sans les toucher</i> dans l'échelle flottante	S'immerger en limitant les appuis solides	I4, I5, I6, I7
3	Traverser le tapis troué en <i>3 immersions</i>	S'immerger plus en profondeur	I6, I8, I14, I16, I17
4	A mi-profondeur, s'immerger avec aide <i>pour toucher le fond avec ses pieds</i>	Durer en immersion en construisant des appuis aquatiques et l'expiration	I8, I9, I10, I10 bis, I10ter, I11, I12, I13, I14, I15, I16, I17
5	En grande profondeur, aller <i>toucher le fond</i> avec aide et <i>se laisser remonter sans aide et sans bouger</i>	Varier les orientations du corps pour se déplacer en immersion	I12, I14, I15, I16, I17, I18, I19, I20

Proposition de tâches pour la phase d'apprentissage



ACTIONS	TACHES	ZONES	BUT = Ce qu'il y a à faire	Critère de réussite = pour l'élève	Ce que l'élève doit construire	Variables	ACTIONS
S'IMMERGER	I 1	1	Accroché à la goulotte, immerger sa figure en surface	On ne doit plus voir son visage	Accepter d'avoir de l'eau sur le visage Bloquer sa respiration ouvrir ses yeux	- +	Au bord ouvrir sa bouche et la mettre dans l'eau Repérer des informations sous l'eau Augmenter la durée d'immersion
	I 2	1	Se déplacer en prenant appui sur le bord et sur la cage et immerger son visage ponctuellement	Prise d'appui alternativement	Tirer sur les bras Bloquer sa respiration	+	Immerger son visage tout au long du déplacement
	I 3	3	S'immerger pour ressortir dans le tapis troué	R ressortir à l'intérieur du tapis Ne pas toucher les bords avec la tête	Bloquer sa respiration Plier ses jambes, se baisser	-	R ressortir entre 2 frites de l'échelle de frite
	I 4	2	S'immerger pour passer sous les perches du pont	Ne pas toucher avec la tête le ou les perches	Inspirer, bloquer Tirer sur les bras, mouvement des bras	+	Nombre d'immersion successive S'éloigner du bord
	I 5	1,4	Toucher et suivre les formes de la structure (rond ou carré) avec la main	Avoir un contact physique avec la structure	Suivre le périmètre de la forme Ouvrir les yeux	-	Avec les pieds, toucher les formes
						+	Enchaîner les 2 formes
	I 6	1,4	Se maintenir à un barreau de la cage en surface et réaliser l'étoile		Bloquer sa respiration Plier ses jambes et se regrouper	-	Se mettre en boule
	I 7	2	Traverser l'échelle flottante en passant sous les frites	Ne pas toucher avec la tête, la ou les frites	Immerger totalement la tête Tirer sur les bras		Nombre d'immersions successives
	I 8	1,4	Traverser les barreaux en surface de la cage en passant dessous	Ne pas toucher avec la tête le ou les barreaux	Immerger totalement la tête Tirer sur les bras	+	Descendre au niveau 2 en profondeur Enchaîner les barreaux à traverser

	I 9	2,3	Traverser le tapis troué	Ressortir dans chaque trou	Immerger totalement la tête Tirer sur les bras	+	Traverser le tapis à 2 trous
	I 10 I 10 bis I 10 ter	1,3,4	Avec l'aide de l'échelle/de la perche / des barres verticales de la cage , aller toucher le fond avec ses genoux,	Toucher le fond avec la partie du corps imposée Remonter avec ou sans appui	Se coller à la barre verticale Tirer sur les bras Inspirer et bloquer sa respiration	-	Toucher le rebord à mi profondeur Toucher avec les pieds Avec l'aide de la barre A l'intérieur de la cage
+						Toucher avec les fesses ; utiliser un camarade en guise de perche ; Se laisser remonter seul et sans aide	
	I 11	1,4	Se déplacer sous l'eau à l'intérieur de la cage avec l'aide des barres			+	Changer de position (ventral ou dorsal) Prendre appui sur des barres de même couleur
	I 12	1,3,4	A l'aide de la perche ou des barres verticales de la cage , récupérer des objets poser au sol	Objet ramassé, nombre d'objets	Inspirer et bloquer sa respiration Tirer sur les bras Se coller à la barre		Avec la perche verticale A l'intérieur de la cage ; à l'extérieur Nombre d'objets à ramasser Remonter sans aide
	I 13	1,4	Descendre à un barreau de la cage intermédiaire et réaliser l'étoile et se laisser remonter passivement		Souffler l'air dans l'eau	-	ou se mettre en boule
+						Descendre jusqu'à fond adopter position étoile et rester le plus longtemps possible au fond Se mettre en boule et vider l'air observer que le corps descend	
	I 14	1, 3, 4	Aller au fond avec l'aide des barreaux de la cage / perche, et remonter à l'échelle sans refaire surface	Rester immerger tout le temps du déplacement	Inspirer souffler Orienter la tête pour s'allonger Utiliser les bras et les jambes pour se déplacer	+	Traverser la cage avant d'atteindre l'échelle

	I 15	1, 3	Depuis la surface, entrer en sautant pour récupérer un objet	R ressortir avec un objet	Inspirer - ouvrir les yeux pour se repérer Pour rester au fond : expirer de façon continue, pousser l'eau vers le haut avec ses mains	-	En petite profondeur
						+	Nombre d'objets
	I 16	3	Depuis le bord entrer en sautant pour ressortir dans le trou du tapis	R ressortir dans le tapis troué	Tirer sur les bras – Inspirer Ouvrir les yeux pour se repérer	+	Distance au tapis
	I 17	3,5,6	Depuis le bord entrer en sautant pour traverser un cerceau lesté/ la cage	Traverser le cerceau lesté	Menton à la poitrine pour s'allonger Tirer sur les bras vers l'arrière Expirer en continu pour augmenter la durée d'immersion	+	Partir de la surface Traverser 2 cerceaux d'un coup Augmenter la profondeur
	I 18	1,3	Depuis la surface réaliser un plongeon canard pour récupérer un objet	R monter un objet	Se repérer Orienter la tête pour piloter le corps Expiration modulée	+	Nombre d'objets, distance entre les objets,
	I 19	5,6	Plonger pour traverser 2 cerceaux lestés	Pas d'arrêts entre les actions	Se repérer Orienter la tête pour piloter le corps Expiration modulée		
I 20	1, 3	Plonger pour récupérer 2 objets et ressortir dans le tapis troué	Pas d'arrêt entre les actions	Se repérer Orienter la tête pour piloter le corps Expiration modulée	+	Augmenter le nombre d'objets, les distances à parcourir	



Progrès pour se déplacer

Évaluation initiale		Pour progresser il faut (objectifs d'apprentissage)	Exemples de tâches d'apprentissage dans le dispositif
1	Se déplacer le long du mur <u>sur 10m</u>	S'éloigner du bord avec des appuis solides instables	D1, D2, D3, D4, D5, D6
2	Se déplacer sur 10m avec une frite <u>sans reprise d'appuis</u>	Se déplacer sans appuis solides, à proximité du bord.	D7, D8, D9, D15
3	Se déplacer <u>sur 5m seul et sans aide</u>	Se déplacer loin du bord en limitant le nombre et la nature des appuis	D8
4	Sur 12m50 se déplacer <u>avec 2 reprises d'appuis maximum</u>	Conserver la posture allongée par des actions propulsives et par l'orientation de la tête	D10, D11
5	Se déplacer sur 10m <u>seul</u>	Construire des appuis aquatiques pour se déplacer efficacement	D12, D13, D14, D16, D17, D18

Proposition de tâches pour la phase d'apprentissage



ACTIONS	TACHES	ZONES	BUT = Ce qu'il y a à faire	Critère de réussite = pour l'élève	Ce qu'il y a à apprendre	Variables	
SE DEPLACER	D1	2, 4,	Se déplacer le long du mur avec les mains. Réaliser 3 passages. Compter le nombre d'appuis	Réduire le nombre d'appuis à chaque passage	Mains posées loin l'une de l'autre accepter le déséquilibre causé par l'amplitude.	+	En avant, en arrière, croiser les mains 1 main + 1 main tient une frite, ; 1 seule main En appui sur une barre de la cage avec les , mains avec une seule main
	D2	2,4	Se déplacer le long du bord en contournant le tapis	Épaules immergées Ne pas s'arrêter	Tirer sur les bras Se rééquilibrer à la verticale en « pédalant avec les jambes »	+	Se croiser, se dépasser 1 main + 1 main tient une frite, ; 1 seule main
	D3	2, 4	Effectuer un aller/retour dans le pont de perches	Épaules dans l'eau Trajet complet sans arrêt	Tirer sur les bras mains posées loin l'une de l'autre Mains posées l'une après l'autre Se rééquilibrer en « pédalant avec les jambes »	+	Limiter le nombre d'appuis Aller à l'intérieur, retour à l'extérieur Se déplacer en prenant appui sur les barres de la cage et faire le tour
	D4	2, 4	Effectuer un aller/retour à l'extérieur du pont de perches	Revenir au point de départ	Tirer sur les bras Se rééquilibrer en « pédalant avec les jambes » Croiser les poses de main	-	1 main sur la perche, 1 main avec une frite
						+	Aller le plus vite possible En arrière
	D5	2, 4	Se déplacer avec l'aide de la frite (sous le bras) le long du bord sur 10m	Pas de reprise d'appui	Pieds en extension Appuyer sur l'eau avec toute la jambe Ne pas s'arrêter de battre des jambes	-	Une reprise d'appui autorisée
						+	Utiliser 2 frites sous les bras pour immerger le visage pendant le déplacement
	D6	2,4, 5, 6	Se déplacer en appui sur les lignes d'eau	Pas d'arrêts	Faire de grand pas avec les mains Immerger le visage dans l'eau	+	Limiter le nombre d'appui Augmenter la distance de déplacement
	D7	2, 4	Se déplacer sur 10m seul et sans aide le long du mur	Pas plus d'une reprise d'appui	Visage immergé (menton à la poitrine) S'aider des bras pour sortir le visage de l'eau et battement de jambes	-	2 reprises d'appuis possible
+						Idem en s'éloignant du bord : le long d'une perche ou d'une ligne d'eau	
D8	2, 4	Depuis le bord se déplacer seul jusqu'à la ligne. Revenir au point de départ	Revenir au point de départ sans aide	Visage immergé Battement de jambe Tirer sur les bras	-	Réaliser le long du mur ou d'une ligne d'eau	
					+	Limiter la reprise d'appuis au tapis Augmenter la distance de déplacement	
D9	2,4, 5, 6	Se déplacer sur 10m avec l'aide de la frite tenue bras tendue	Ne pas s'arrêter	Regard droit (vers le fond) ,oreilles dans l'eau, pieds en extension, appuyer sur l'eau avec toute la jambe	-	Se déplacer avec 2 frites sous les bras	
					+	Sur le dos Tenir une planche à son extrémité	

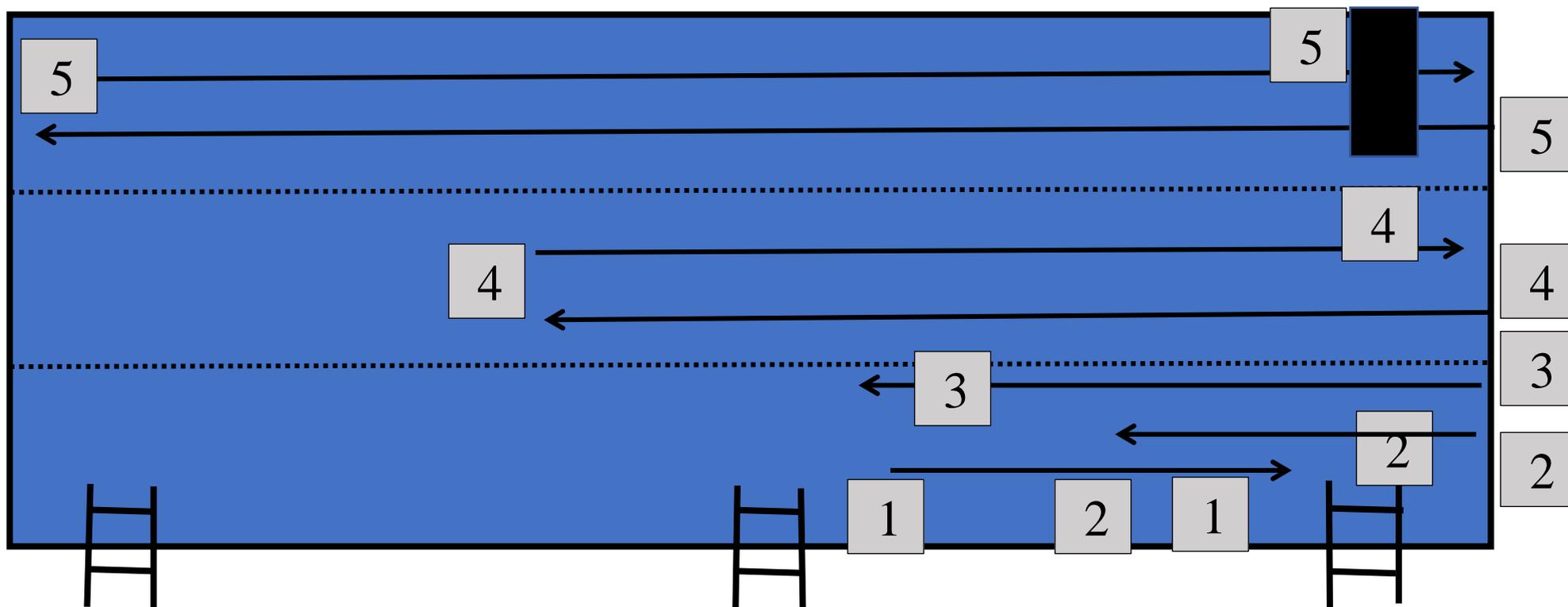
						Enchaîner entrée et déplacement
D10	2, 4	Le long du mur se déplacer sur 10m avec 2 reprises d'appuis maximum	Pas plus de 2 reprises d'appui	Visage immergé ; Battement de jambe Tirer sur les bras	+	1 reprise d'appui maximum
D11	2,4, 5, 6	Depuis le bord , pousser contre le mur pour atteindre la ligne d'eau zone 2, 4) passer sous la 2ème ligne d'eau (Zone 2 4 5 6) en glissant	Atteindre la ligne d'eau sans mouvements des bras et des jambes	Corps aligné (le plus grand et « dur » possible, mains tendues devant) pour fendre l'eau Ne pas se déformer ; regard au fond	-	R ressortir entre les 2 lignes
					+	Augmenter la distance ; Réaliser une coulée Réaliser une glissée dorsale
D12	2,4, 5, 6	Après une entrée en sautant se déplacer sur le ventre seul sur 10m sans arrêts	Pas d'arrêts ni de reprise d'appuis	Basculer la tête pour changer d'orientation verticale (entrée) à horizontale (déplacement) Visage immergé Mouvements des bras et des jambes	-	Une reprise d'appui autorisée
					+	Enchaîner entrée et déplacement sur le dos
D13	5, 6	Se déplacer sur 15m en changeant deux fois position V/D	Pas d'arrêt de la nage	Alignement tête-épaule-bassin Amplitude des actions de bras	-	Un seul changement sur 15m
D14	5, 6	Nager en crawl sur 15 m avec aide un bras après l'autre. Le bras part quand l'autre touche la frite		Battement des jambes en continu Regard vers le fond de la piscine Je lance ma main loin devant. Je pousse l'eau en profondeur. Je sors ma main quand elle touche ma cuisse. cuisse.	-	Idem avec planche en faisant 5x le même bras
					+	Sur le dos Avec un Pull boy Sans aide, les mains se touchent
D15	2,4, 5, 6	En surface à l'arrêt en position ventrale avec aide d'un pull boy, aller le plus loin possible avec 4 coups de bras	Augmenter sa distance à chaque essai	Visage immergé Les bras vont loin devant, pousser l'eau en profondeur, accélérer le trajet de sa main pour sortir les mains au niveau de la cuisse.		
D16	5, 6	Depuis la surface se déplacer sur 15m en crawl en inspirant (sortir la tête tous les 3 coups de bras)	Pas d'arrêts de la nage La tête sort du bon côté	Corps aligné horizontal Expiration aquatique continue Tête pivote sur le côté pour une inspiration brève	+	Réaliser 25m en inspirant tous les 4 temps Réaliser en inspirant tous les 2, puis 3, puis 4 temps
D17	5, 6	Se déplacer en crawl sur 20 m. Réaliser 3 passages. Compter le nombre de coups de bras.	Diminuer à chaque passage.	Amplitude des actions de bras : loin devant, loin derrière la main va en profondeur	+	Réaliser les 20m sur le dos
D18	5, 6	Réaliser deux longueurs de bassin en adoptant une nage ventrale pour l'aller, une nage dorsale pour le retour.	Pas de temps d'arrêt entre les 2 nages.	Corps aligné (le plus grand et « dur » possible) pour fendre l'eau Actions coordonnées des bras et des jambes.	-	Le changement de nage s'effectue à mi-longueur.

Repères de progressions

La dernière séance SNS permettra de mesurer les progrès des élèves par la mise en place des tests aux différents paliers
6 paliers balisent les progrès des élèves à l'école primaire (MS au CM2):

La démarche vise à **permettre que chaque élève réussisse à construire sa propre sécurité en milieu aquatique.**

Avec l'aide de l'enseignant, l'élève doit choisir en classe le test le plus difficile qu'il pense réussir. Il est conseillé de le guider dans ce choix en s'appuyant sur diverses observations (maître et MNS).



Repères de progression de l'aisance aquatique

Références : Note de service du 28-2-2022 « Enseignement de la natation scolaire ».

Aisance aquatique

- Repères pour l'aisance aquatique et paliers d'acquisitions qui permettent de situer l'élève en grande profondeur (au minimum taille de la personne avec le bras levé) et sans matériel de flottaison.

Palier 1

Entrer seul dans l'eau
et sortir seul de l'eau

Se déplacer avec les épaules
immergées.

Immerger complètement la tête
pendant plusieurs secondes

Palier 2

Toucher le fond avec les pieds
puis
se laisser remonter passivement.

A partir d'un saut,
toucher le fond avec les pieds
puis
se laisser remonter passivement.

Chuter ou sauter, regagner le bord
et sortir seul.

Palier 3

Basculer depuis le bord et entrer
dans l'eau par le haut du dos, finir la
bascule pour se retrouver dos au
mur.

Entrer dans l'eau par la tête et
glisser plusieurs mètres sans nager.
Parcourir 10m sans prise d'appui
solide.
Flotter sur le dos avec le bassin en
surface.

Repères de progression pour viser l'obtention de l'ASNS

Références : Note de service du 28-2-2022 « Enseignement de la natation scolaire ».

Savoir-nager en sécurité

- Repères de progression pour viser l'obtention de l'attestation du savoir-nager en sécurité : en grande profondeur (au minimum taille de la personne avec le bras levé), sans matériel de flottaison.

Palier 4

Enchaîner quelques-unes de ces actions (ordre libre) :

- Entrer dans l'eau par la tête.
- Parcourir 15 m sur le ventre.
 - S'immobiliser.
- Parcourir 15 m sur le dos.
- Aller chercher un objet au fond de l'eau (1m40).

Palier 5

Enchaîner quelques-unes de ces actions (ordre libre) :

- Entrer dans l'eau en chute arrière.
- Parcourir 25 m sur le ventre.
 - S'immobiliser sur le dos.
- Parcourir 25m sur le dos.
 - S'immobiliser verticalement
- Passer sous un tapis.

Palier 6

Cf.
Attestation du Savoir
Nager en Sécurité

Test national

Références : Note de service du 28-2-2022 « Enseignement de la natation scolaire ».

Attestation du Savoir Nager en Sécurité

- A valider prioritairement en cycle 3
- Délivrée par le directeur d'école et signée par le professeur des écoles ainsi que par l'intervenant extérieur professionnel qualifié (MNS)

Réaliser le parcours sans aucune reprise d'appui solide et sans lunettes :

- Depuis le bord, entrer dans l'eau en chute arrière (contact de l'eau par le dos), et...
- Se déplacer sur 3m50 en direction d'un obstacle, le franchir en immersion complète sur 1m50 et...
- Se déplacer en nage ventrale sur 15m ; au cours du déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15'' puis reprendre le déplacement pour terminer la distance, et...
- Faire 1/2 tour sans reprise d'appui et passer de la position ventrale à la position dorsale.
- Se déplacer sur le dos sur une distance de 15 m ; au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace dans une position horizontale dorsale pendant 15'', puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 20m.
- Se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète.
- Se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ et s'ancrer de manière sécurisée à un élément fixe et stable.



- Conditions d'organisation matérielle : parcours à 1 m de tout appui solide, en grande profondeur (1m80) et sans contrainte temporelle.

Attitudes et compétences (questionner l'élève) : Savoir identifier la personne responsable de la surveillance en cas de problème. Connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé. Savoir identifier les environnements et les circonstances pour lesquels l'ASNS permet d'évoluer en sécurité.

De l'aisance aquatique au savoir nager en sécurité

Jour :		Horaire :		Enseignant :																		Groupe :								
NOM Prénom	Entrée dans l'eau							Immersion					Équilibre				Déplacement						Paliers							
	P1	P1	P2	P2	P3	P3	P5	P1	P2	P2	P4	P5	P3	P3	P4	P5	P5	P1	P2	P3	P4	P4	P5	P5	P1	P2	P3	P4	P5	P6
	Entrer seul dans l'eau	Sortir seul de l'eau	Sauter ou chuter dans l'eau	Sauter dans l'eau et se laisser remonter	Entrer par le haut du dos (bascule)	Entrer dans l'eau par la tête et glisser qq mètres	Entrer dans l'eau en chute arrière	Immerger complètement la tête qq sec.	Toucher le fond avec les pieds	Toucher le fond et se laisser remonter passivement	Aller chercher un objet au fond (1m40)	Passer sous un obstacle (tapis)	Flotter sur le dos avec le bassin en surface	Finir la bascule pour se retrouver dos au mur.	S'immobiliser	S'immobiliser verticalement	S'immobiliser sur le dos	Se déplacer avec les épaules immergées	Regagner le bord.	Parcourir 10m sans prise d'appui solide	Parcourir 15m sur le ventre	Parcourir 15m sur le dos	Parcourir 25m sur le ventre	Parcourir 25m sur le dos	Entrer seul dans l'eau, se déplacer en immersion complète et à sortir seul de l'eau.	Sauter ou chuter dans l'eau, à se laisser remonter, à flotter de différentes manières, à regagner le bord et à sortir seul.	Cf. Palier 3 de l'aisance aquatique	Enchaîner quelques-unes des actions du P4 (ordre libre)	Enchaîner quelques-unes des actions du P5 (ordre libre)	Cf. Attestation du Savoir Nager en Sécurité
1																														
2																														
3																														
4																														
5																														
6																														
7																														
8																														
9																														
10																														
11																														
12																														
13																														
14																														

FICHE DE SUIVI D'ELEVE

École :	Nom- Prénom :
---------	---------------

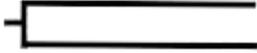
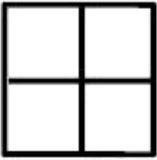
Année scolaire	Niveau de classe

-
-
-
-
-
-
-
-

PALIERS					
1	2	3	4	5	6



Légende

	Tapis		Pont de perche
	Echelle		Cage
	Perche		Echelle flottante avec frites
	Objets lestés		Tapis troué simple ou double
	Cerceux lestés		Cerceau flottant
	Ligne d'eau		Toboggan