

Projet Pédagogique – Piscine de Maiche

Vous trouverez dans ce document le projet pédagogique de la piscine de Maiche pour les classes fréquentant la piscine durant l'année scolaire.

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*.

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

Phase du module		Séances	Pour l'élève	Pour l'enseignant
1	Mise en activité	1	Entrer dans l'activité Respect des 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	2	Faire le point sur ce que je peux réaliser	Déterminer les problèmes pour lesquels les élèves n'ont pas encore de solutions.
3	Apprentissage	3 à 7	Apprendre et progresser : Observer / Analyser / Comprendre / Réguler	Guider les apprentissages
4	Évaluation bilan	8	Évaluer le niveau d'acquisition de la compétence	Évaluation – contrôle (sommatif) = repérage des 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 étapes de progrès et concernant les trois actions motrices : Entrer, Se déplacer et S'immerger. Les enchaînements d'actions qui seront travaillés.
- Pour les séances d'évaluation, une proposition de fiche d'évaluation d'élève ou de classe.

Architecture du module d'apprentissage et sommaire du document.

Pour les classes de cycles 2 :

Séances 1 et 2	Dispositif	p.3
	Tâches motrices	p.6
	Note	p.7

Pour les classes de cycle 3 :

Séance 1	Mise en activité	Note	p.7
		Dispositif	p.3
		Tâches motrices	p.6

Séance 2	Evaluation initiale	Note	p.9
		Fiche évaluation	p.11

Pour toutes les classes :

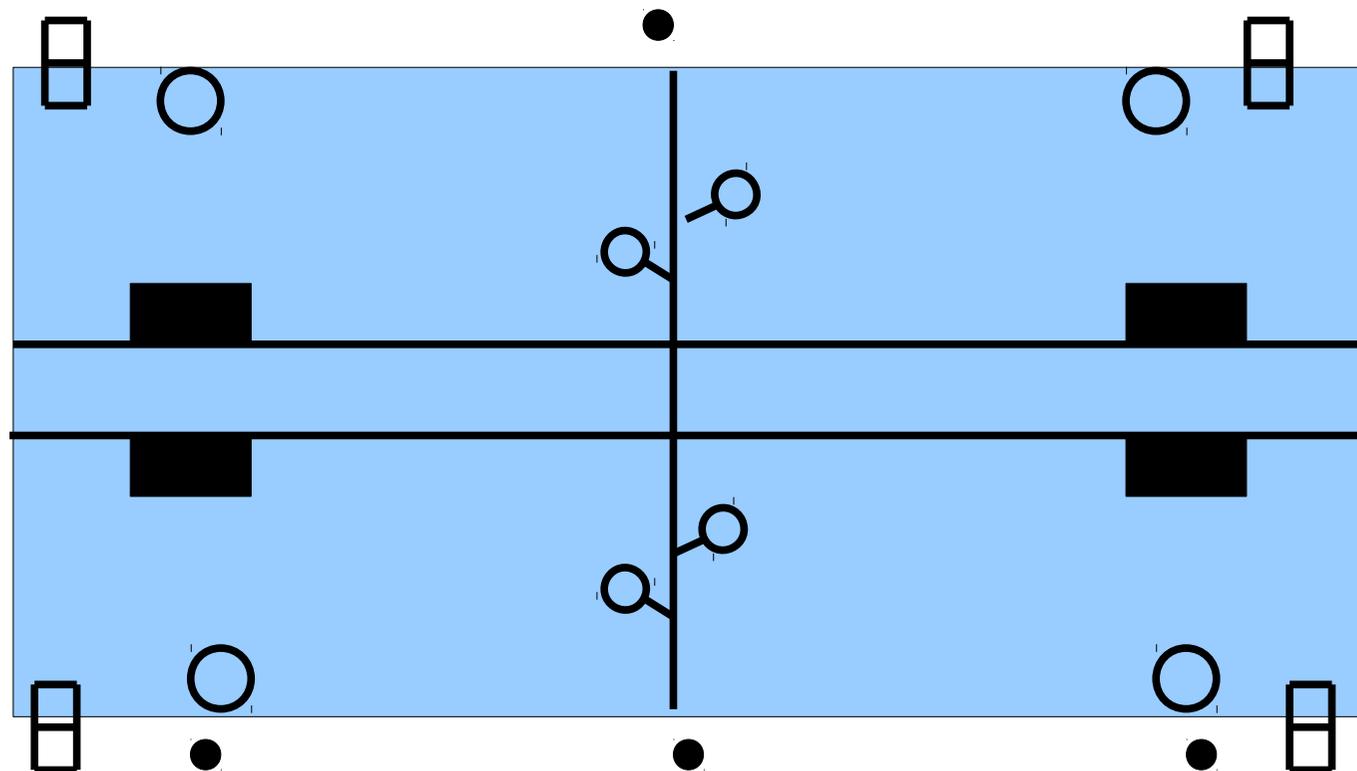
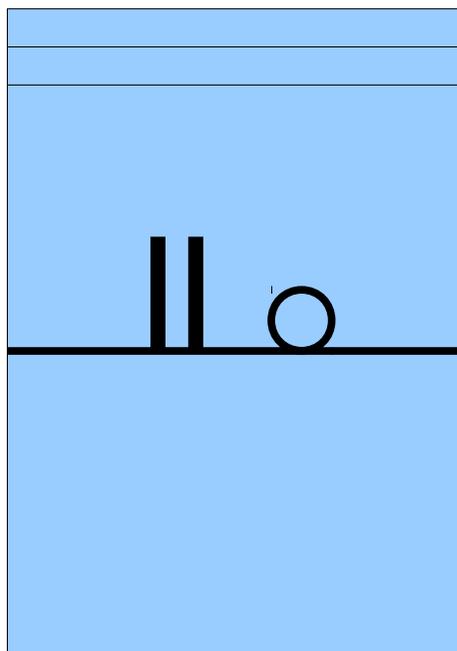
Séances 3 à 7	Apprentissage	Note	p.12	
		Dispositif	p.15	
		Tâches motrices	Etape 1	p.17
			Etape 2	p.24
			Etape 3	p.31

Séance 8	Evaluation finale	Note	p.37	
		Contenu des tests	p.38	
		Dispositifs	Cas 1 : classes de Cycle 3	p.41
			Cas 2 : classe de Cycle 2	p.44
			Cas 3 : classes de Cycle 2 et 3	p.47
Fiche d'évaluation	p.50			



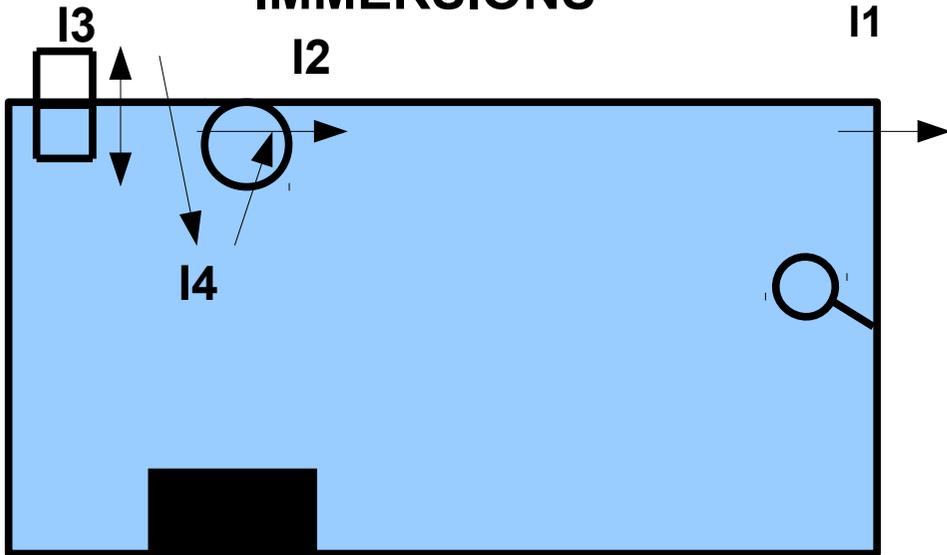
Séances 1 et 2 : Aménagement de l'espace

(mise en activité et évaluation référence)

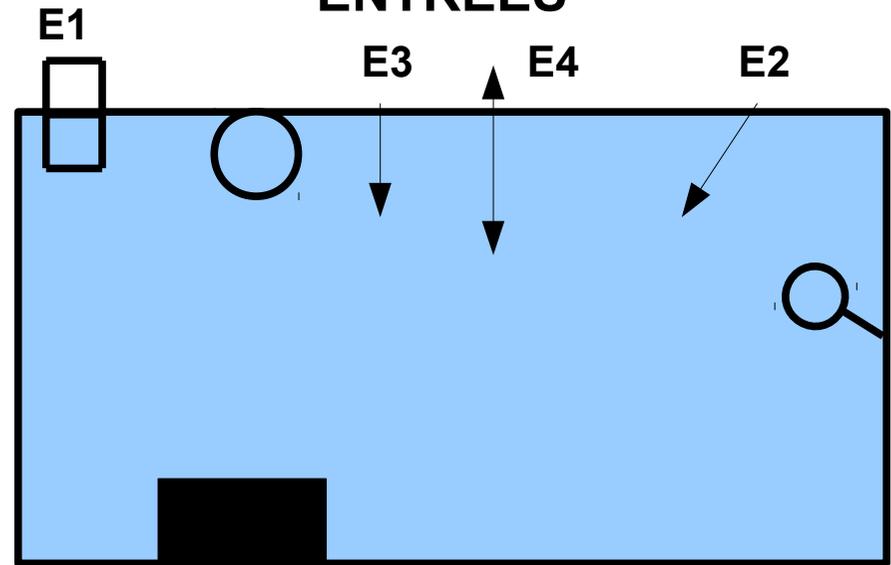


Répartitions des situations pour des classes de cycle 2

IMMERSIONS



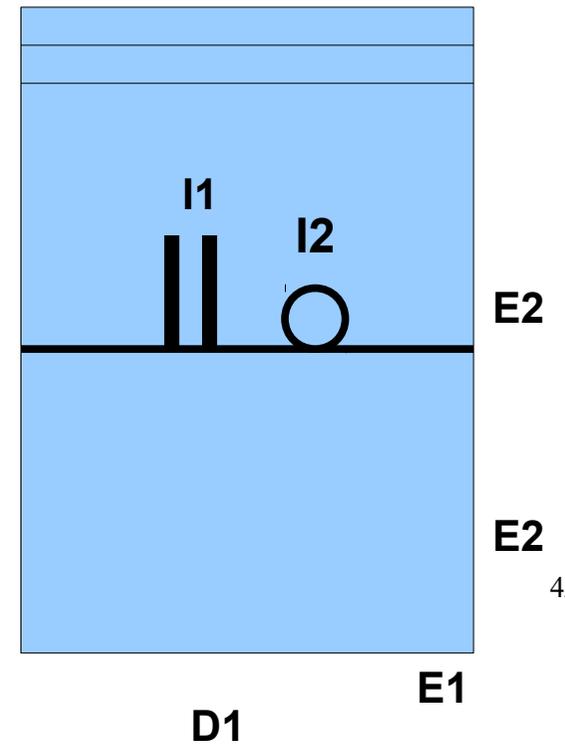
ENTREES



DEPLACEMENTS

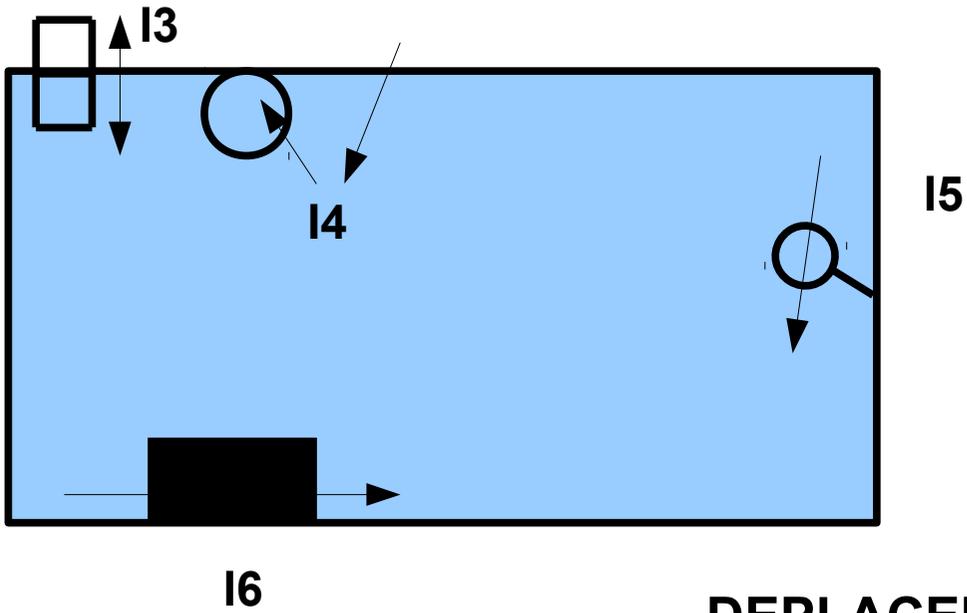


PB

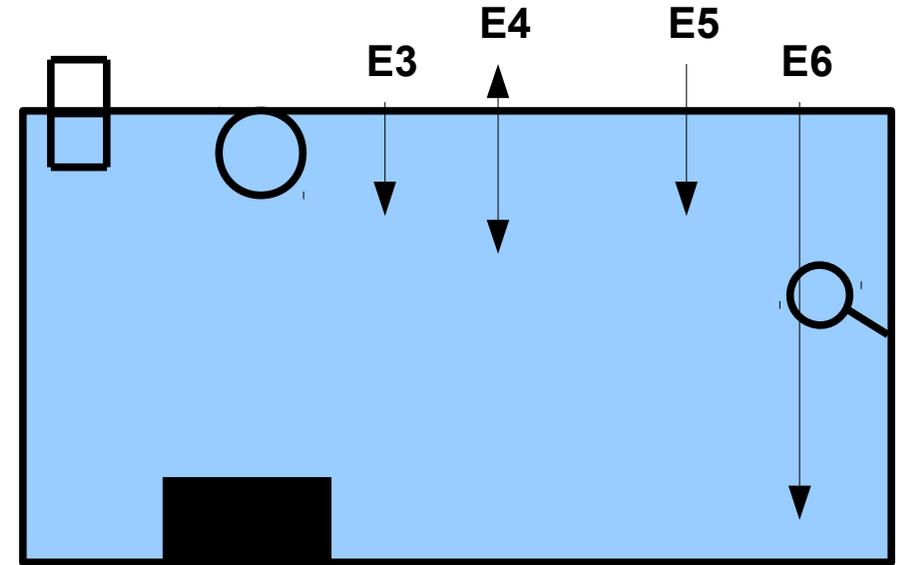


Répartitions des situations pour des classes de cycle 3

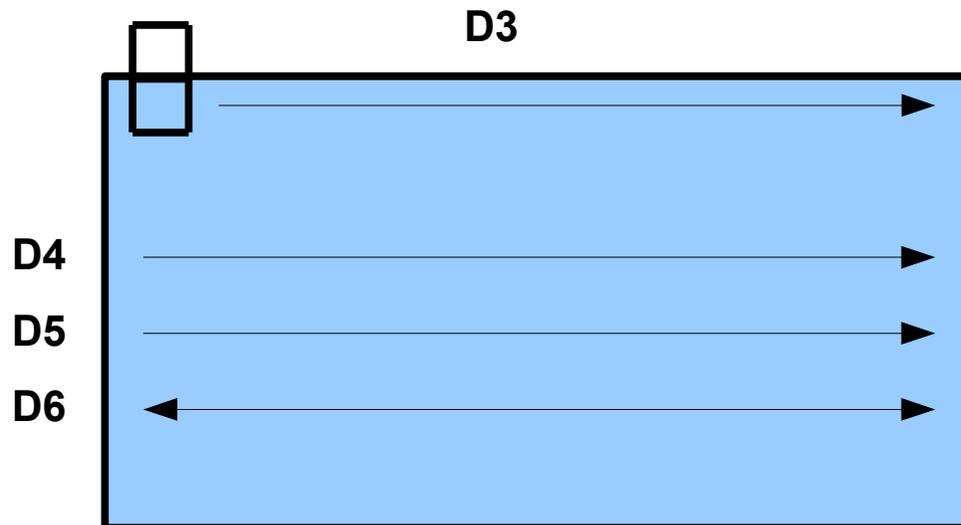
IMMERSIONS



ENTREES



DEPLACEMENTS



Propositions de Situations pour la séance 1 et 2

		Description <i>dont critères de réussite</i>	
ENTRÉES	ÉTAPE 1	E1	GB Depuis le bord descendre avec l'aide de l'échelle pour <i>avoir les épaules dans l'eau</i> ou PB assis au bord descendre dans l'eau <i>pour immerger les épaules</i>
		E2	GB Depuis le bord entrer en sautant avec l'aide de la perche <i>pour immerger la tête</i> ou PB depuis le bord entrer en sautant avec l'aide d'une frite pour se rééquilibrer verticalement à l'arrivée
	ÉTAPE 2	E3	Entrer en sautant <i>seul</i>
		E4	Depuis le bord entrer en sautant « droit » <i>pour toucher le fond</i>
	ÉTAPE 3	E5	Depuis le bord position mains aux chevilles se laissant tomber en arrière <i>sans bouger</i>
		E6	Depuis le bord entrer en plongeant <i>pour atteindre la ligne du milieu</i>

IMMERSIONS	ÉTAPE 1	I1	GB Passer sous la ligne d'eau <i>sans la toucher</i> ou PB Passer sous la perche <i>sans la toucher</i>
		I2	Entrer et ressortir dans le tapis troué (en PB) ou Entrer et ressortir dans un cerceau flottant (GB) <i>sans le toucher</i>
	ÉTAPE 2	I3	Avec aide (perche, échelle) aller <i>toucher le fond à 1m80</i>
		I4	Depuis le bord entrer en sautant, <i>toucher le fond</i> et remonter <i>dans</i> un cerceau flottant
	ÉTAPE 3	I5	S'immerger pour <i>traverser</i> un obstacle en surface (tapis environ 1m50)
		I6	Depuis le bord entrer par la tête pour <i>traverser</i> un cerceau immergé

DÉPLACEMENT	ÉTAPE 1	D1	Se déplacer le long du mur sur 10 m <i>épaules immergées</i>
		D2	Se déplacer sur 10 m avec l'aide de la frite <i>sans toucher le mur</i>
	ÉTAPE 2	D3	Se déplacer sur 12m50 <i>seul, avec 1 seule reprise d'appui possible</i>
		D4	Se déplacer <i>seul et sans aide</i> sur 12m50
	ÉTAPE 3	D5	Se déplacer sur le dos sur 12m50 en utilisant les bras et les jambes, <i>sans arrêts</i>
		D6	Se déplacer <i>sans arrêts</i> sur 25 m en dos crawlé et crawl.



Mise en Activité :
séance 1 et 2 pour les élèves de cycle 2
séance 1 pour les élèves de cycle 3.

I. L'intention générale

Pour les élèves :

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

Le choix par l'enseignant des déplacements, immersions, entrées dans l'eau par zone permet une *répartition des élèves* pour garantir une quantité d'actions, et *éviter attente et « queue-leu-leu »*.

– Pour chacun, 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 présentée en classe à partir du référentiel proposé.

– Chacun s'exerce 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 : les solliciter et encourager à faire, et faire autrement encore, prendre en compte les difficultés et appréhensions et 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 MATÉRIEL OU HUMAIN</i>	où l'on fait dans le bassin + avec quoi / avec qui le faire
<i>CRITÈRES DE RÉUSSITE</i>	Ce qui permet à l'élève de vérifier que le résultat de l'action est atteint

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

REMARQUE : Cette 1ère étape n'est pas de l' "apprentissage" proprement dit : les différents niveaux de difficulté 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...).

II. Le fonctionnement général de la classe

Chaque classe est partagée en 2 groupes, de 2 niveaux de pratique différents : 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 la zone entrée/immersion. Le MNS travaillera sur la zone entrée/déplacement (à déterminer avec le MNS à votre arrivée sur le bassin)

A bout de 20 minutes, le MNS de surveillance indiquera la rotation des groupes par un signal sonore. Les adultes restent sur leur zone et accueillent alors le second demi-groupe.

On fonctionne par action, pour permettre aux élèves d'apprendre à les identifier & les distinguer, et donc par "ateliers" (et non pas en "parcours" ou "circuits").

III. Éléments de démarche pédagogique

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

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 "tranquillement" au cours des 2 séances de "Mise en activité", en fonction des réussites ou difficultés *effectives* des élèves.

➤ PRÉSENTATION EN CLASSE DES DISPOSITIFS ET DES TACHES

- Présenter des **dispositifs**, par étape et lieux de travail : idéale par vidéoprojecteur ou sur affiche en se basant sur les informations rapportées progressivement).
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 ou d'atelier.

2. Séance en piscine

- Chaque groupe de la classe est pris en charge par **1 adulte** (l'enseignant et 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 :
- 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 ?* »



Évaluation initiale : séance 2 pour les élèves de cycle 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** (ce qui suppose de bien connaître les tâches et leurs critères de réussite, et d'observer précisément son copain) : travail d'**auto-** et de **co-évaluation**.

➤ **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 CE2). 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 **ENTRÉES, IMMERSIONS, DÉPLACEMENTS**,
- 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**.
- pré-remplir sa fiche en classe, et connaître précisément le choix de 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.

Exemple de fiche d'observation-référence :

Nom des 2 élèves du binôme	ENTRER					S'IMMERGER					SE DÉPLACER				
	<i>écrire ou dessiner/coder l'atelier choisi</i>					<i>écrire ou dessiner/coder l'atelier choisi</i>					<i>écrire ou dessiner/coder l'atelier choisi</i>				
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 et 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 (en cycle 3)** : *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 =

- 4 à 5 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 ».**



Phase d'apprentissage : séances 3 à 7

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 : situations vertes, situations bleues, situations rouges et ceci à travers les trois grandes étapes du développement du nageur. 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^e 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).

Les tâches sont en relation avec les tests départementaux (1^{er} et 2^e 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.

2^e

- **Organisation des séances**

1. Un MNS de référence positionné sur chaque classe.
2. Deux niveaux de pratique constitués pour chaque classe (élèves les moins et les plus à l'aise), groupes confirmés au moment de l'évaluation référence mais pas figés dans l'évolution des séances.
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.

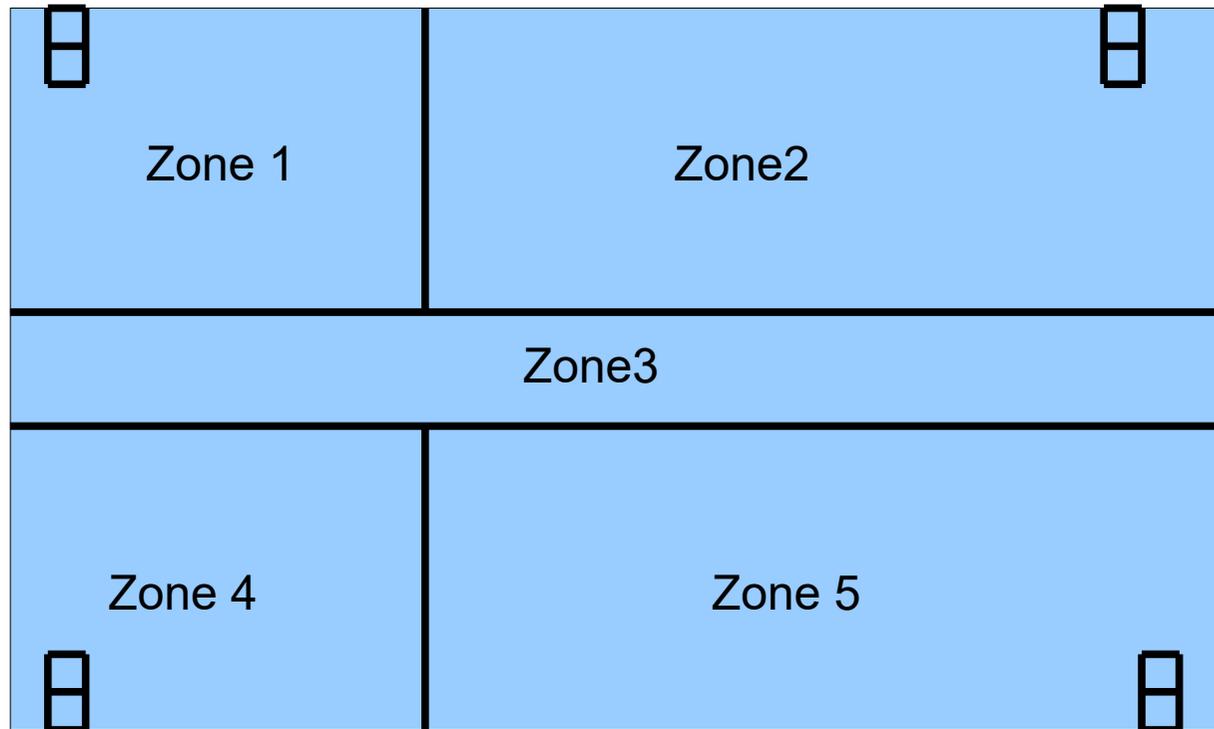
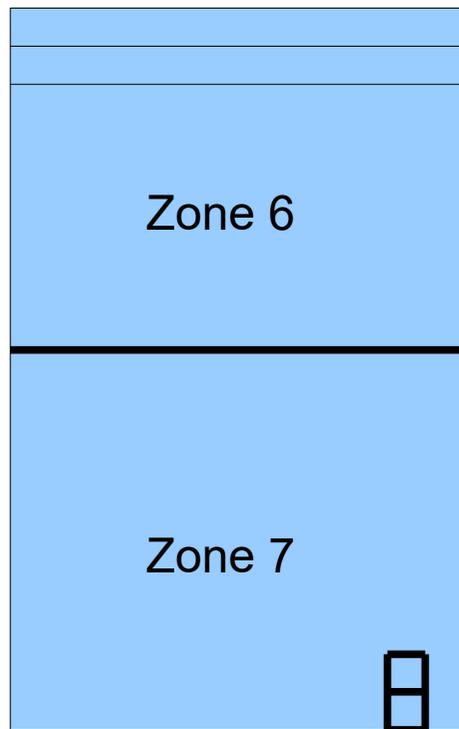
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

	ÉTAPE 1	ÉTAPE 2	ÉTAPE 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 DÉPLACER	<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>



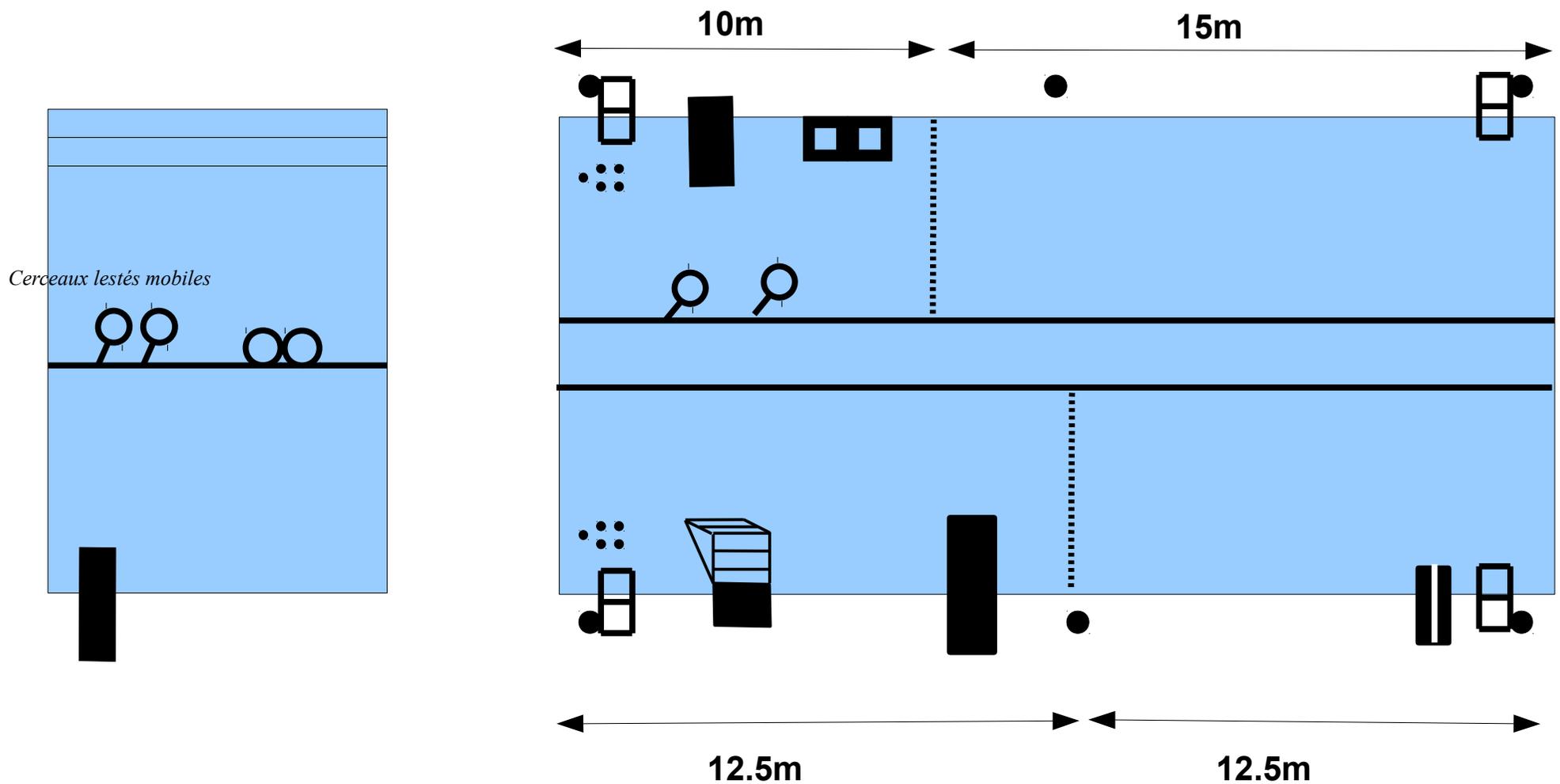
DISPOSITIF : Phase d'apprentissage

Schéma de répartition des zones



Dispositif Piscine de Maîche

Séances d'apprentissage



ETAPE 1

Les Entrées

E1

E1	
Objectif	Conserver des appuis solides pour entrer dans l'eau.
But	Depuis le bord, j'entre dans l'eau en marchant en suivant le plan incliné.
C. Réussite	S'asseoir dans l'eau.
C. Réal	Corps tonique. Temps de rentrée dans l'eau dynamique (rapide).
Variables	- Tenir la main d'un adulte, d'un camarade. Tenir le bord de la piscine durant la progression dans l'eau.
	+ Épaules immergées. Entrer en courant dans l'eau (s'aider des mains pour aller plus vite).

E2

E2	
Objectif	Accepter d'entrer en supprimant les appuis plantaires
But	Dans le grand bain, dans la zone descendre le long de l'échelle pour s'accrocher à la goulotte.
C. Réussite	S'accrocher à la goulotte, épaules immergées. Se déplacer le long de la goulotte.
C. Réal	Descendre jusqu'au troisième barreau de l'échelle. Maintenir une main sur la main courante de l'échelle et l'autre main sur la goulotte.
Variables	- Bassin immergé, le haut du corps hors de l'eau.
	+ Impulsion depuis l'échelle pour s'accrocher à la goulotte. Entrer en descendant sans l'échelle. Idem mais immersion complète, retour à la surface puis déplacement accroché à la goulotte.

E3

E3	
Objectif	Entrer dans l'eau sans aide
But	Depuis le bord, dans le petit bain, sauter dans l'eau là où j'ai pied
C. Réussite	Atterrir sur ses pieds. Départ en position verticale (debout).
C. Réal	Regarder devant soi. Être tonique. Plier les genoux à la réception.
Variables	- Tenir la perche en permanence. Partir avec une aide (frite tenue à bout de bras)
	+ Plier les genoux et s'immerger totalement. Idem dans un cerceau

E4

E4	
Objectif	Entrer dans l'eau seul en compensant la perte de l'équilibre de terrien.
But	Dans le petit bain ou dans le grand bain, marcher sur le tapis jaune, en tenant une frite, puis sauter dans l'eau.
C. Réussite	Entrée dynamique dans l'eau (pas de temps d'arrêt entre la marche et l'entrée dans l'eau). Retour en autonomie au bord de l'eau.
C. Réal	Marcher sur le tapis en conservant son équilibre. Tenir la frite sous les bras.
Variables	- A quatre pattes Liaison permanente avec une perche (marche, entrée dans l'eau puis retour au bord du bassin). Assis sur le tapis jaune, à proximité du bord.
	+ Se déplacer jusqu'au bout du tapis en marchant. <i>Idem sans frite au départ (frite à récupérer à la surface de l'eau).</i>

E5

Objectif	Entrer dans l'eau en remettant en cause son équilibre vertical.	
But	Dans le petit bain, assis ou allongé sur le dos sur le toboggan se laisser glisser pour entrer dans l'eau par les pieds.	
C. Réussite	Entrer par les pieds Entrée dynamique (enchaînement entre la glisse sur le toboggan et l'entrée dans l'eau).	
C. Réal	Position de la tête : menton poitrine, tête dans les bras Ne pas regarder devant Se grandir Avoir le corps dur	
Variables	-	Idem avec une frite. Adulte qui assure l'arrivée dans l'eau de l'élève.
	+	Entrée dans l'eau, immersion, puis retour au bord en autonomie.

E6

Objectif	Entrer dans l'eau en acceptant la perte des appuis plantaires.	
But	Dans le grand bain, depuis le bord, entrer dans l'eau en sautant en tenant une frite.	
C. Réussite	Entrer dans l'eau par les pieds. Sauter par-dessus une frite en surface de l'eau.	
C. Réal	Regarder devant Avoir le corps dur Impulsion pour entrer dans l'eau.	
Variables	-	Idem en tenant la perche en permanence.
	+	Idem sans aide, immersion complète, puis frite à récupérer à la surface.

Les Immersions

I1

I1	
Objectif	S'immerger en surface
But	Dans le petit bain, immerger son visage en surface
C. Réussite	Dénombrer les doigts présentés à 30 cm sous l'eau.
C. Réal	Immerger sa figure et ouvrir les yeux.
Variables	-
	+ S'immerger complètement. Idem avec une famille d'objets. (temps d'immersion plus long) À différentes profondeurs.

I2

I2	
Objectif	S'immerger en surface
But	Dans le petit bain, s'immerger pour passer sous une frite.
C. Réussite	Ressortir de l'autre côté de la frite sans la toucher.
C. Réal	Immerger la tête Inspirer
Variables	- Idem sous une ligne d'eau que l'on peut soulever.
	+ Passer sous 3 frites en surface successivement. Passer sous 2 frites contiguës.

I3

I3	
Objectif	S'immerger en surface
But	Dans le petit bain, s'immerger pour s'échapper du filet dans le jeu du filet poissons.
C. Réussite	Se situer à l'extérieur du filet.
C. Réal	Tirer sur les bras Inspirer Immerger la tête
Variables	- Filet à la surface
	+ Filet situé à 30 cm de profondeur. Maison des écureuils : Je sors d'un cerceau tenu par un camarade (différentes profondeurs).

I4

I4	
Objectif	Augmenter la durée d'immersion en surface
But	Dans le grand bain, s'immerger sous les barreaux de la cage en surface
C. Réussite	Ne pas toucher la tête
C. Réal	Tirer sur les bras Immerger la tête Inspirer
Variables	- Passer sous 1 seul barreau
	+ Traverser 2 barreaux d'un coup

15		
Objectif	Augmenter la durée d'immersion en explorant la moyenne profondeur.	
But	Dans le petit bain, là où je n'ai pas pied, le long d'une perche, d'une échelle, le long d'un copain, disparaître dans l'eau le plus longtemps.	
C. Réussite	Être le dernier à remonter à la surface.	
C. Réal	Inspirer Pour s'immerger longtemps, expirer de façon continue.	
Variables	-	En se pinçant le nez.
	+	Zone du corps qui touche le fond la piscine (pieds, genoux, fesses...) En doublette en donnant une main à un camarade (s'immerger aussi longtemps que...)

16		
Objectif	Augmenter la durée d'immersion en explorant la moyenne profondeur.	
But	Au petit bain, avec aide (échelle, camarade) aller s'asseoir au fond.	
C. Réussite	Les fesses touchent le fond	
C. Réal	Se coller contre l'échelle. Moduler son expiration. Ouvrir les yeux pour se repérer.	
Variables	-	Les genoux touchent
	+	Le ventre touche Remonter en lâchant l'échelle

17		
Objectif	Augmenter la durée d'immersion	
But	Au grand bain, le long de l'échelle s'immerger jusqu'au troisième barreau.	
C. Réussite	Les 2 mains touchent le 3 ^e barreau	
C. Réal	Se coller contre l'échelle Faire de grands pas avec ses mains Tirer sur les bras	
Variables	-	2 ^e barreau
	+	Se laisser remonter sans aide

Les Déplacements

D1

D1		
Objectif	Se déplacer en conservant des appuis solides	
But	Le long de la goulotte, faire le tour du petit bassin.	
C. Réussite	Respecter le contrat	
C. Réal	Immersion des épaules. Amplitude des mouvements de bras.	
Variables	-	Aller et retour sur le même mur, je m'arrête quand je n'ai plus pied.
	+	Idem avec deux départs (de chaque côté du bassin) et donc gestion des croisements d'élèves. Idem grand bain

D2

D2		
Objectif	Se déplacer en conservant des appuis solides	
But	Traverser le petit bain en courant (une largeur).	
C. Réussite	Pas de chute	
C. Réal	Corps incliné vers l'avant. Utilisation des mains pour construire des premiers appuis aquatiques.	
Variables	-	En donnant la main à un adulte, à un camarade.
	+	À différentes profondeurs (de l'eau jusqu'au nombril). Sous forme de relais avec une confrontation directe à un ou plusieurs camarades.

D3

D3		
Objectif	Se déplacer en conservant des appuis solides	
But	Depuis le bord, dans le grand bain, se déplacer le long de la goulotte.	
C. Réussite	Nombre limité de reprises d'appuis. Temps de passage limité.	
C. Réal	Épaules immergées Se grandir le long du mur et battre des jambes.	
Variables	-	Réaliser l'atelier avec une ceinture.
	+	Idem le long d'une perche, d'une ligne d'eau. Idem en donnant 2 départs opposés (premier qui arrive au milieu de la distance à effectuer).

D4

D4		
Objectif	Se déplacer loin du bord en limitant le nombre d'appuis plantaires.	
But	Sur un aller et retour dans la largeur dans le petit bain, se déplacer avec l'aide de la frite en limitant le nombre d'appuis plantaires.	
C. Réussite	Ne pas s'arrêter. 3 essais : 1 essai de positionnement, 2 essais pour réduire le nombre d'appuis.	
C. Réal	Épaules immergées. Pédalage des jambes qui va se transformer en battements de jambes.	
Variables	-	Enchaîner des bonds pour avancer, avec reprise d'appuis.
	+	Frite tenue bras tendus (position horizontale). Enchaîner déplacement et temps d'immobilisation (position étoile de mer)

D5

D5	
Objectif	Se déplacer en conservant des appuis solides, en limitant les appuis plantaires.
But	Dans le petit bain, se laisser tirer, tracter (le remorqueur) grâce à une frite, à une planche
C. Réussite	Atteindre un repère situé à 2 ou 3 m sans reprise d'appuis plantaires.
C. Réal	Corps allongé, dur. Tête partiellement immergée. Battements de jambes
Variables	-
	+

D6

D6		
Objectif	Se déplacer à proximité du bord, en conservant des appuis instables.	
But	Dans le grand bain, se déplacer avec une frite parallèlement au bord du bassin.	
C. Réussite	Se déplacer en autonomie. Se déplacer sur un temps de plus en plus court.	
C. Réal	Épaules immergées Corps oblique avec battements de jambes.	
Variables	-	1 ou 2 reprises d'appuis sur la goulotte.
	+	Idem sans frite avec 3 reprises d'appuis au niveau de la goulotte.

D7

D7	
Objectif	Se déplacer en diminuant le nombre de reprise d'appuis
But	Le long du mur sur 15 m dans le grand bain, se déplacer le long de la goulotte.
C. Réussite	Épaules immergées. Déplacement de plus en plus rapide
C. Réal	Se déplacer le long du mur en limitant le nbr d'appuis Vitesse de déplacement, amplitude des mouvements.
Variables	-
	+



ETAPE 2

Les Entrées

E1

Objectif	Accepter perte momentanée des appuis solides	
But	Depuis le bord, là où je n'ai pas pied, j'entre en sautant pour attraper une frite à la surface	
C. Réussite	Immerger la tête	
C. Réal	Bras devant regard devant soi Pousser sur les jambes (impulsion)	
Variables	-	Tenir une perche Tenir une frite Se rattraper à une ligne d'eau (à 1 m du bord)
	+	Attraper le support solide après le retour à la surface

E2

Objectif	Entrer dans l'eau sans aide	
But	Assis de face sur le toboggan, je me laisse glisser pour entrer dans l'eau	
C. Réussite	Immerger la tête revenir seul au bord	
C. Réal	Regarder devant soi Être tonique	
Variables	-	Partir avec une aide (frite) Retrouver une aide à la surface (ligne, perche,...)
	+	Partir allongé sur le ventre, les pieds en avant

E3

Objectif	Entrer en sautant seul et construire une posture hydrodynamique	
But	Depuis le rebord (le bord américain...), j'entre en sautant droit pour toucher le fond (prof x1,5 taille élève)	
C. Réussite	Toucher le fond avec ses pieds	
C. Réal	Être le plus grand et le plus dur possible Regarder devant soi Impulsion) vers le haut	
Variables	-	Réduire la profondeur (attention à la sécurité) Sauter dans un tapis troué
	+	Remonter sans rien faire Diminuer la hauteur de départ Saut demi-tour

E4

Objectif	Remettre en cause son équilibre vertical pour entrer dans l'eau	
But	Depuis le bord accroupi les mains aux chevilles, se laisser tomber en arrière.	
C. Réussite	Entrer les fesses en premier Ne pas changer de position	
C. Réal	Menton collé à la poitrine	
Variables	-	
	+	Position debout mains aux chevilles Partir en avant (entrer par la nuque) Garder sa position jusqu'au retour en surface Enchaîner avec une immersion (recherche d'objet, ressortir dans un cerceau, ou un équilibre statique....) en vu des tests.

E5

Objectif	Remettre en cause son équilibre vertical pour entrer dans l'eau	
But	Allongé sur le ventre sur le toboggan se laisser glisser pour entrer dans l'eau par la tête	
C. Réussite	Entrer par les bras puis la tête	
C. Réal	Position de la tête : menton poitrine, tête dans les bras Ne pas regarder devant Se grandir Avoir le corps dur	
Variables	-	
	+	Allongé sur le dos Ressortir derrière un obstacle Enchaîner avec la traversée d'un cerceau immergé.

Les Immersions

I1

I1	
Objectif	Construire des appuis aquatiques pour se déplacer en immersion
But	Depuis la surface, dans le petit bain, s'immerger pour traverser un cerceau lesté.
C. Réussite	R ressortir derrière le cerceau
C. Réal	Orienter sa tête pour immerger son corps Moduler son expiration Tirer l'eau vers l'arrière avec ses bras
Variables	- Cerceau qui n'est pas immergé totalement
	+ Traverser deux cerceaux sans reprendre sa respiration (étape 2) Cerceaux à différentes profondeurs

I3

I3	
Objectif	Augmenter la durée d'immersion en surface
But	Traverser le tapis troué en 3 immersions Traverser cage en largeur
C. Réussite	R ressortir dans chaque trou
C. Réal	Tirer sur les bras Immerger la tête Inspirer
Variables	- Passer sous 3 frites en surface successivement
	+ Traverser le tapis en 2 fois Aller-retour sous la cage

I2

I2	
Objectif	Augmenter la durée d'immersion pour explorer la profondeur
But	Depuis la surface, avec l'aide de la cage descendre pour toucher le fond
C. Réussite	Toucher le fond
C. Réal	Se coller à la perche Moduler son expiration Tirer sur les bras
Variables	- Atteindre le barreau intermédiaire
	+ Toucher avec les genoux, s'asseoir Remonter sans aide de la perche Remonter sans aide et sans rien faire Utiliser un « copain perche »

I4

I4	
Objectif	Construire des appuis aquatiques pour durer en immersion
But	Depuis la surface, avec l'aide de l'échelle, s'immerger pour remonter 2 objets lesté, sans rien faire.
C. Réussite	Objets remontés. Se laisser remonter
C. Réal	Orienter sa tête pour immerger son corps Moduler son expiration Tirer l'eau vers l'arrière avec ses bras
Variables	- Aide d'une perche jusqu'au fond Objets posés sur la dernière marche de l'échelle
	+ Augmenter le nombre d'objets – augmenter la distance entre les objets.

I5		
Objectif	Durer en immersion en construisant des appuis aquatiques et une expiration aquatique.	
But	Depuis la surface, avec l'aide de la cage, descendre par la tête pour aller chercher un objet (prof. 1M80)	
C. Réussite	Descendre par la tête – Remonter un objet	
C. Réal	Tirer sur les bras – Inspirer Pour rester au fond : expirer de façon continue, pousser l'eau vers le haut avec ses mains Ouvrir les yeux pour se repérer	
Variables	-	Perche oblique Descendre les pieds en premier
	+	Perche verticale Nombre d'objets Discriminer différents type d'objets Objets éloignés de la perche

Possibilité d'orienter la cage différemment, à plat au fond de l'eau, et de construire des tâches d'immersion de difficultés progressives (évolution à l'intérieur de la cage, barreaux de couleurs qui permettent de définir des niveaux de difficulté .

I6		
Objectif	Construire des appuis aquatiques pour se déplacer en immersion	
But	Depuis la surface, s'immerger pour traverser le tapis troué en une seule immersion.	
C. Réussite	Ressortir derrière le tapis	
C. Réal	Orienter sa tête pour immerger son corps Moduler son expiration Tirer l'eau vers l'arrière avec ses bras	
Variables	-	Traverser le tapis en largeur
	+	Enchaîner avec une entrée Ressortir sur le dos

Les Déplacements

D1

Objectif		Se déplacer en diminuant le nombre de reprise d'appuis
But	Le long du mur sur 15 m, se déplacer avec 3 reprises d'appuis au bord maximum	
C. Réussite	Respecter le contrat	
C. Réal	Pousser l'eau vers l'arrière avec les mains Battements de jambes Visage immergé	
Variables	-	Se déplacer le long du mur avec une seule main
	+	Idem avec 2 reprises d'appuis

D2

Objectif		Construire des appuis efficaces pour se déplacer.
But	Dans le grand bain, assis sur 2 frites ou sur une planche, se déplacer avec des « appuis-mains ».	
C. Réussite	Atteindre le repère situé à 4 m (planche posée au bord)	
C. Réal	Position cuillère pour des deux mains. Tirer de l'eau sur la plus grande distance (loin devant moi, jusqu'à loin derrière moi).	
Variables	-	Jeu du « Jacques a dit », travail sur l'équilibre et non le déplacement.
	+	Course à réaliser sur une distance imposée.

D3

Objectif		Construire et conserver la posture allongée par orientation de la tête
But	Dans le petit bain, glisser à la surface de l'eau sur le ventre, en poussant contre le mur.	
C. Réussite	Atteindre le repère situé à 4 m (planche posée au bord)	
C. Réal	Corps aligné (le plus grand et « dur » possible, mains tendues devant) pour fendre l'eau Ne pas se déformer ; regard au fond	
Variables	-	Le « remorqueur »
	+	Réaliser une coulée Réaliser une vrille pendant la glissée Glissée dorsale

D4

Objectif		Conserver la posture allongée par orientation de la tête et un moteur jambe
But	Se déplacer sur 10 m sur le dos avec aide de la frite tenue bras tendus	
C. Réussite	Ne pas s'arrêter	
C. Réal	Pieds en extension ; appuyer sur l'eau avec toute la jambe Regard droit, oreilles dans l'eau Sortir le bassin à la surface	
Variables	-	Frite tenue bras tendus sur le ventre
	+	Sans aide

D5

Objectif	Augmenter la distance de déplacement en conservant la posture allongée et en construisant des appuis aquatiques	
But	Depuis le mur, aller le plus loin possible à partir d'une glissée et de 4 coups de bras	
C. Réussite	Augmenter sa distance à chaque essai	
C. Réal	Corps aligné pour fendre l'eau Ne pas se déformer Regard au fond Amplitude des actions de bras : loin devant, loin derrière la main va en profondeur	
Variables	-	
	+	



ETAPE 3

Les Entrées

E1

Objectif	Remettre en cause son équilibre vertical pour entrer dans l'eau	
But	Depuis un gros tapis, j'entre dans l'eau en effectuant une roulade avant.	
C. Réussite	Immerger la tête	
C. Réal	Menton collé à la poitrine Pousser sur les jambes (impulsion)	
Variables	-	
	+	Idem mais roulade arrière

E2

Objectif	Remettre en cause son équilibre vertical pour entrer dans l'eau	
But	Depuis le bord accroupi les mains aux chevilles, se laisser tomber en avant (bascule).	
C. Réussite	Entrer par la nuque en premier Ne pas changer de position	
C. Réal	Menton collé à la poitrine	
Variables	-	Départ accroupi
	+	Position debout mains aux chevilles Partir en avant (entrer par la nuque) Garder sa position jusqu'au retour en surface Enchaîner avec une immersion (recherche d'objet, ressortir dans un cerceau, ou un équilibre statique....) en vue des tests.

E3

Objectif	Entrer en basculant seul et construire une posture hydrodynamique.	
But	Depuis le bord, un genou au sol, le pied opposé accroché à la goulotte, entrer dans l'eau la tête la première (plongeon trépied).	
C. Réussite	Entrée dans l'eau par les bras puis la nuque	
C. Réal	Bras les plus grands possibles, collés aux oreilles. Regarder le bord du bassin	
Variables	-	Les deux genoux touchent le sol.
	+	Profondeur atteinte à partir de cette entrée. Repère atteint à partir de cette glissée. Départ depuis le bord américain.

E4

Objectif	Entrer en plongeant seul et construire une posture hydrodynamique.	
But	Depuis le bord, plonger et atteindre la première ligne d'eau.	
C. Réussite	Entrée dans l'eau par les bras puis la tête. Ligne atteinte.	
C. Réal	Corps le plus grand possible au moment de la poussée (détente).	
Variables	-	Départ accroupi
	+	Départ depuis le bord américain. Plonger pour enchaîner une nage ventrale sans temps d'arrêt, une nage dorsale si demi-vrille.

Les Immersions

I1

Objectif		Enchaîner des actions pour se déplacer en immersion
But	Depuis le bord entrer en plongeant pour traverser le cerceau lesté.	
C. Réussite	Pas d'arrêt entre l'entrée et l'immersion	
C. Réal	Être le plus grand possible Serrer le ventre et les fesses Entrer dans l'eau par les bras, collés aux oreilles. Moduler son expiration Tirer l'eau vers l'arrière avec ses bras	
Variables	-	
	+	Traverser deux cerceaux sans reprendre sa respiration Cerceaux à différentes profondeurs

I2

Objectif		Enchaîner des actions pour construire son autonomie en immersion
But	Depuis le bord entrer pour remonter un objet et ressortir dans le trou du tapis troué.	
C. Réussite	Pas de temps d'arrêt entre les différentes actions. Objet remonté	
C. Réal	Orienter sa tête pour piloter son corps Moduler son expiration Tirer l'eau vers l'arrière avec ses bras prendre des informations pour se repérer	
Variables	-	Entrer en sautant Réduire les distances
	+	Entrer en plongeant Augmenter le nombre d'objets à ramasser et la distance entre les objets.

I3

Objectif		Durer en immersion en développant une expiration aquatique.
But	Allongé sur le dos, se déplacer en immersion sous la ligne d'eau.	
C. Réussite	Cerceaux de plus en plus éloignés à traverser.	
C. Réal	Expiration nasale modulée, continue. Alternance des mains pour un enchaînement rapide des appuis. La plus grande surface du corps touche la ligne d'eau.	
Variables	-	Parcours à réaliser en autorisant une ou plusieurs respirations
	+	Actions combinées des bras et des mains.

I4

Objectif		Durer en immersion en construisant des appuis aquatiques et une expiration aquatique.
But	Depuis la surface, par un plongeur canard, aller chercher un objet (prof. 1m80)	
C. Réussite	Remonter un objet	
C. Réal	Tirer sur les bras – Inspirer Pour atteindre le fond : expirer de façon continue, pousser l'eau vers le haut avec ses mains Ouvrir les yeux pour se repérer	
Variables	-	Départ depuis le bord, passage à travers le tapis troué, par-dessus une perche, pour atteindre le fond
	+	Nombre d'objets Enchaînement entrée dans l'eau, déplacement puis plongeur canard au bout de la longueur.

I5

Objectif	Durer en immersion en construisant des appuis aquatiques et une expiration aquatique.	
But	Réaliser un parcours sans refaire surface : plongeon, récupérer 2 objets distants l'un de l'autre puis ressortir dans un tapis troué.	
C. Réussite	Pas d'arrêt entre les actions Pas de retour en surface avant la fin	
C. Réal	Expiration modulée Actions des bras vers l'arrière, ciseaux de jambes Ouvrir les yeux pour se repérer	
Variables	-	Diminuer le nombre d'objets Réduire la distance en immersion Entrer en sautant
	+	Nombre d'objets Distance entre les objets Éloignement du tapis troué.

Les Déplacements

D1

Objectif		Se déplacer sur le ventre, en coordonnant les actions de bras.
But	Nager en crawl sur 15 m avec aide un bras après l'autre. Le bras part quand l'autre touche la frite	
C. Réussite	Continuité de la nage	
C. Réal	Battement des jambes en continu Les deux mains se touchent pour lancer le mouvement de bras suivant. Regard vers le fond de la piscine (visage immergé) Je lance ma main loin devant. Je pousse l'eau en profondeur. Je sors ma main quand elle touche ma cuisse.	
Variables	-	Idem avec planche en faisant 5x le même bras
	+	Sans aide, les mains se touchent

D2

Objectif		Se déplacer sur le dos en coordonnant les actions de bras.
But	Nager en dos sur 15 m avec aide (frite au bassin) un bras après l'autre. Le bras part quand l'autre touche la frite	
C. Réussite	Pas de tension au niveau de la nuque en regardant le plafond. Nage continue.	
C. Réal	Battement des jambes en continu Les deux mains se touchent pour lancer le mouvement de bras suivant. Oreilles dans l'eau et regard au plafond Je lance ma main loin derrière. Je pousse l'eau en profondeur. Je sors ma main quand elle touche ma cuisse.	
Variables	-	Idem avec planche en faisant 5x le même bras
	+	Sans aide, les mains se touchent

D3

Objectif		Favoriser l'amplitude des mouvements pour faciliter la continuité de la nage.
But	Entrer en plongeant, pour aller le plus loin possible avec 4 coups de bras.	
C. Réussite	Pas de temps entrée-déplacement. Distance de plus en plus grande.	
C. Réal	Corps aligné (le plus grand et « dur » possible, mains tendues devant) pour fendre l'eau repandre les critères / actions des bras (amplitude) des situations D1 et D2 Travail simultané des bras et des jambes.	
Variables	-	Partir du bord en poussant contre le mur
	+	Idem avec 6 coups de bras. Plongeon demi-vrille pour un déplacement en dos.

D4

Objectif		Favoriser les échanges respiratoires pour faciliter la continuité de la nage.
But	Se déplacer en crawl sur 25 m, respirer tous les 2, puis 3, puis 4, puis 5 puis 4, puis 3 puis 2 mouvements.	
C. Réussite	Nage continue. Souffler par la bouche, par le nez (bulles).	
C. Réal	Expiration aquatique continue, totale. Inspiration brève	
Variables	-	Glisser depuis le bord.
	+	Réaliser une longueur en sortant le moins de fois possible la tête pour inspirer.

D5		
Objectif	Améliorer l'efficacité de mon déplacement en crawl	
But	Nager en crawl sur 20 m	
C. Réussite	Le moins de mouvements de bras possibles. Respiration tous les 3 mouvements de bras.	
C. Réal	Le bras le long du corps me libère la tête pour respirer. Les deux mains se touchent pour lancer le mouvement de bras suivant. Je pousse l'eau, avec une main en forme de palme, jusqu'à ma cuisse.	
Variables	-	
	+	Sous forme de défi par rapport à soi-même, par rapport à un camarade. Une longueur complète.

D6		
Objectif	Améliorer l'efficacité de mon déplacement en dos	
But	Nager en dos sur 20 m	
C. Réussite	Le moins de mouvements de bras possible. Position horizontale affirmée.	
C. Réal	Le bras va chercher loin derrière ma tête. Battement de jambe en continu les pieds en extension, le mouvement part de la hanche Je pousse l'eau, avec une main en forme de palme, jusqu'à ma cuisse.	
Variables	-	
	+	Sous forme de défi par rapport à soi-même, par rapport à un camarade. Une longueur complète.

D7		
Objectif	Augmenter la distance de déplacement en conservant les principes de nages codifiées.	
But	Réaliser deux longueurs de bassin en adoptant une nage ventrale pour l'aller, une nage dorsale pour le retour.	
C. Réussite	Pas de temps d'arrêt entre les 2 nages.	
C. Réal	Corps aligné (le plus grand et « dur » possible, mains tendues devant) pour fendre l'eau Travail simultané des bras et des jambes.	
Variables	-	Le changement de nage s'effectue à mi-longueur.
	+	Enchaîner un plongeon puis un déplacement ventral. Enchaîner une coulée dorsale puis un déplacement sur le dos. Possibilité envisager virage sans temps d'arrêt..... culbute ou « type brasse »



ÉVALUATION BILAN : Contrôle des acquisitions

Les 2 dernières séances seront positionnées comme deux semaines d'évaluation et permettront de mesurer les progrès des élèves par la mise en place des tests départementaux.

7 tests balisent les progrès des élèves à l'école primaire :

- 3 tests pour l'étape 1
- 2 tests pour l'étape 2
- 2 tests pour l'étape 3

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).

Le contenu des tests sera disponible à la piscine (1 document plastifié par groupe) pour permettre aux élèves de se souvenir du test choisi.

L'élève choisit le test le plus difficile pour lui, mais qui puisse être réussi (=en rapport avec le critère de réussite) 3 X sur 3 passages, pour être validé.

Les tests seront décomposés en 2 moments différents, pour les étapes 2 et 3. Chaque élève pourra effectuer, déjà un 1^{er} passage, puis lorsque tout le groupe est passé, un 2^{ème}, un 3^{ème}; , notamment pour le déplacement; pour les entrées-immersions, réaliser de préférence les 3 passages en consécutif.

Si le temps manque, une 2^e séance pourra prolonger ces tests, voire permettre, au vu des résultats, d'ajuster son choix en réalisant le test de niveau inférieur ou supérieur.

Des ajustements seront à prévoir le jour des tests : si un élève a choisi un test trop facile ou trop difficile, un test adapté lui sera proposé.

La fiche de Suivi individuel va permettre de mettre en valeur les progrès de l'élève tout au long de son cursus scolaire. Ces renseignements soigneusement conservés vont permettre :

- à l'enseignant de constituer deux groupes de niveau différent avant de vivre la première séance d'un module natation.
- de transmettre des informations en termes d'acquisition des paliers du savoir nager, au collège du secteur lors de la commission de liaison CM2-6ème.

Une fiche – bilan tableur sera envoyée ultérieurement. Elle récapitulera les tests validés par les élèves et sera transmise au conseiller pédagogique en charge de la piscine.

Tests Évaluation finale

Etape 1 : construire son répertoire moteur aquatique: entrer, se déplacer et s'immerger, en relation possible avec la verticalité et/ou avec le monde solide.

Niveau 1	Descriptif – <i>Critères de réussite</i>
	Temps 1
	Entrer en descendant depuis le bord <i>pour immerger les épaules</i>
	Se déplacer <i>sur 10 m</i> avec l'aide du bord ou d'un autre support solide
Niveau 2	Temps 2
	S'immerger pour traverser la cage en surface <i>sans toucher les barres avec la tête.</i>
	Descriptif – <i>Critères de réussite</i>
	Temps 1
Niveau 3	Depuis le bord entrer <i>en sautant</i> avec l'aide de la frite
	Se déplacer sur 10 m avec l'aide de la frite <i>sans reprise d'appui au bord.</i>
	Temps 2
	S'immerger pour <i>traverser le tapis troué</i> en enchaînant les immersions
Niveau 3	Descriptif – <i>Critères de réussite</i>
	Temps 1 et 2
	Depuis le bord entrer en sautant <i>pour attraper une frite ou ligne d'eau en surface</i>
	Se déplacer <i>seul sur 5 m</i> sans aide et sans reprise d'appui
Niveau 3	S'immerger à l'aide de l'échelle <i>pour s'asseoir au fond et remonter seul.</i>



Savoir choisir et réaliser 1 entrée + 1 immersion + 1 déplacement, les plus difficiles pour soi, mais surtout les mieux réussis + avoir intégré la nécessité d'un seuil de réussite (réussir au moins trois fois de suite)

Étape 2 : maîtriser tout déplacement sur une distance donnée :

- Enchaîner deux actions, chacune devant être « réussie » : entrer (dans différentes postures et en autonomie) – s’immerger (en durée, en profondeur, en changeant d’orientation)
- se déplacer de manière autonome, sur une distance longue et mesurée, en position ventrale ET dorsale

39/51

Descriptif – <i>Critères de réussite</i>	
Niveau 4	Temps 1
	Ce test se réalise en enchaînant 2 actions, <i>sans arrêts et sans reprise d’appuis.</i>
	Entrer <i>en sautant seul et, sans s’arrêter.</i>
se déplacer sur 10 m, le long du bord <i>avec au maximum 3 arrêts ou reprises d’appui.</i>
	Temps 2
Descendre avec la perche <i>pour toucher le fond (1m20) avec les mains.</i> se laisser remonter <i>sans bouger et flotter immobile</i> à la surface, dans une position de son choix	

Descriptif – <i>Critères de réussite</i>	
Niveau 5 (valide l’étape 2)	Temps 1
	Ce test se réalise en enchaînant 2 actions, <i>sans arrêt et sans reprise d’appuis.</i>
	Entrer par une « <i>bascule avant</i> » (toucher l’eau par le haut / arrière du crâne) puis ...
 au retour à la surface, se déplacer <i>seul sur 5 m</i> pour s’immerger et traverser 2 cerceaux verticaux en surface (ou la cage) sans les toucher. Au retour à la surface, <i>se laisser flotter immobile pendant 5”</i>
	Temps 2
Se déplacer sur 15 m, <i>sans aide et sans reprise d’appui,</i> dans les positions horizontales ventrale et/ou dorsale.	

 *Savoir choisir, à la juste mesure de ses capacités, un projet-contrat, en vue d’enchaîner des actions réussies.*

Étape 3 : renforcer l'efficacité des performances : entrer par la tête, se déplacer entre 30 et 50 m, en mode alternatif, s'immerger en combinant durée, profondeur et changement d'orientation, se maintenir sur place.

40/51

Niveau 6	Descriptif – <i>Critères de réussite</i>
	Temps 1
	Se déplacer sur 20 m, <i>sans aide et sans reprise d'appui</i> , en position ventrale et dorsale, corps <i>aligné en surface</i>
	Temps 2
	Ce test se réalise en enchaînant 3 actions, <i>sans arrêt et sans reprise d'appuis</i> . Entrer depuis le rebord en <i>plongeant</i> (=alignement bras-tête) pour ... Aller chercher , <i>directement, 1 objet au fond (1m80)</i> , le remonter en sortant <i>dans un cerceau</i> horizontal fixé en surface, et s'y <i>maintenir sur place pendant 5 "</i> .
Niveau 7	Descriptif – <i>Critères de réussite</i>
	Temps 1
	En grande profondeur, réaliser un parcours de 4 tâches <i>en continuité</i> et <i>sans reprise d'appuis</i> :
	Plonger pour atteindre un repère <i>situé à 5 m</i> du départ, et...
	Se déplacer en <i>crawl sur 20 m</i> et ...
	S'immerger pour <i>traverser 2 cerceaux verticaux</i> (décalés dans la profondeur) et ...
	Terminer par un déplacement <i>en dos crawlé sur 20 m</i>
	Temps 2
	En grande profondeur, réaliser un parcours de 4 tâches <i>en continuité</i> et <i>sans reprise d'appuis</i> :
	Entrer depuis le rebord <i>en plongeant</i> ,
Se déplacer sur 10 m puis réaliser un <i>« plongeon-canard »</i> pour aller toucher le fond des 2 mains, ET ... <i>Remonter dans un cerceau</i> disposé à plat en surface, pour effectuer un sur-place de <i>10"</i>	

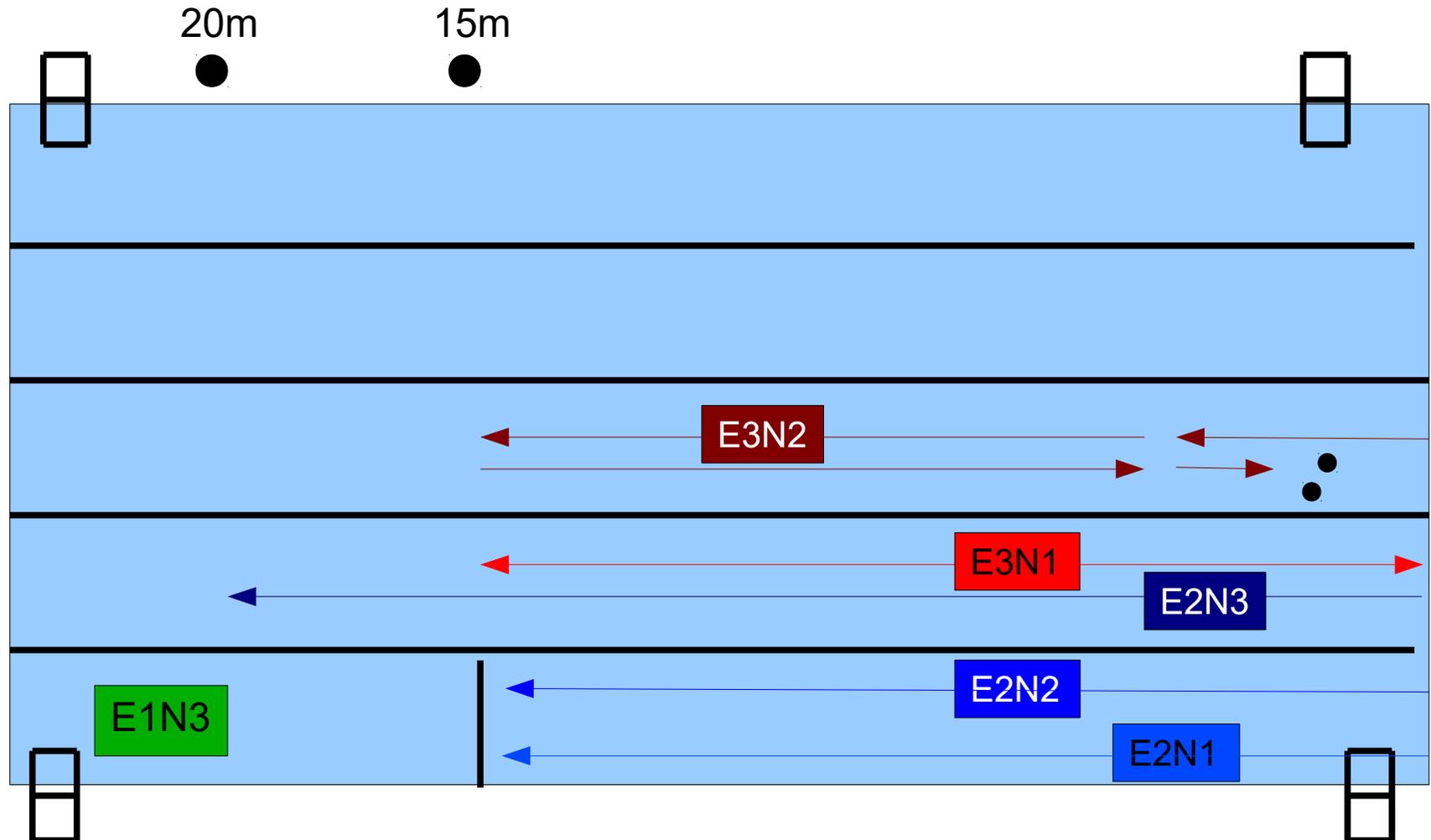
 **Savoir identifier les moyens de progresser, pour mieux *maîtriser et coordonner* les actions aquatiques, en vue de réaliser *un contrat correctement choisi* selon ses capacités, à un niveau *optimal d'efficacité et de réussite*.**

CAS 1 : classes de cycle 3

Etapes 2 et 3

Cas de 2 classes de cycle 3 : Tests des étapes 2 et 3 + E1niveau 3

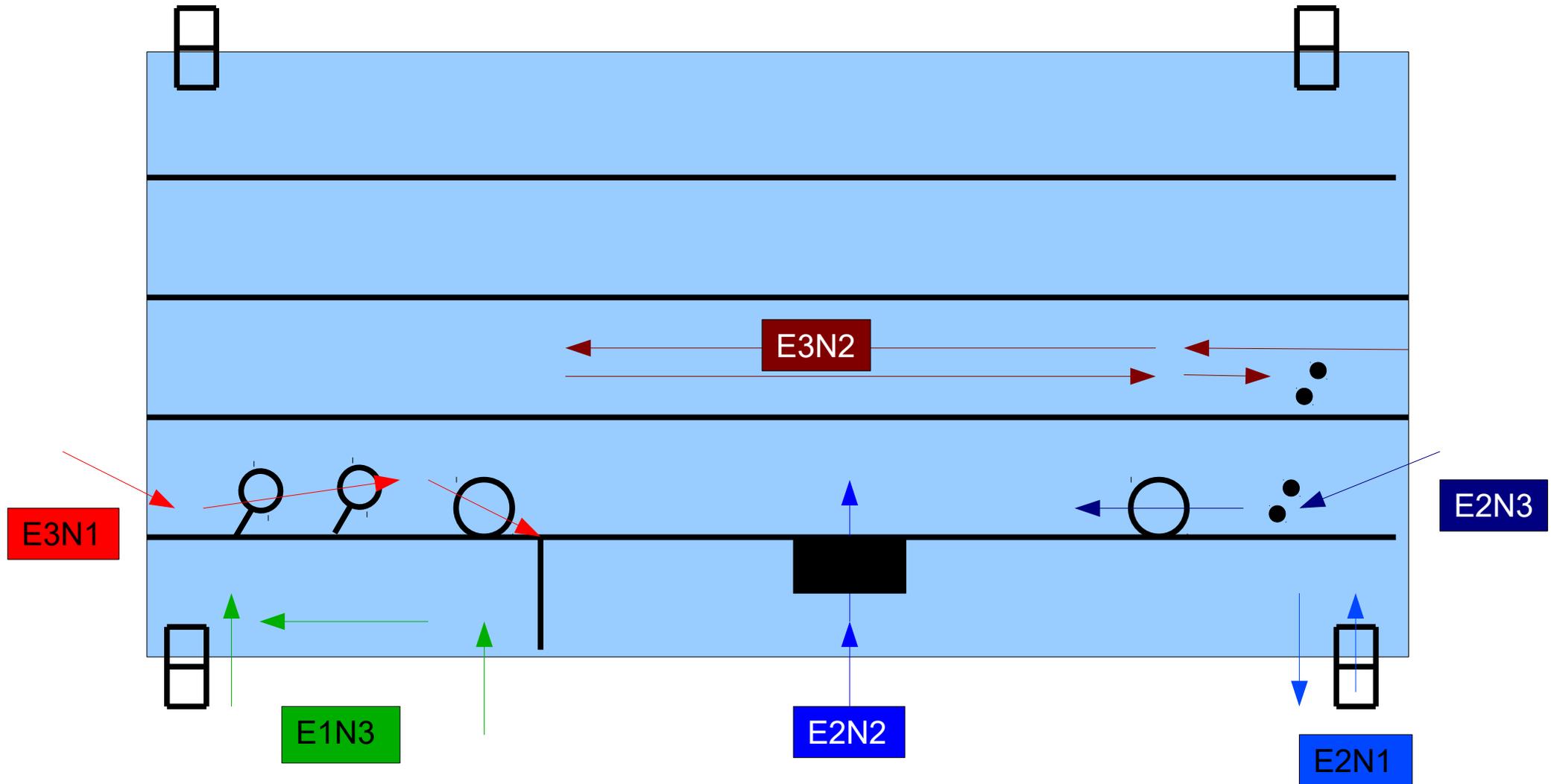
Temps 1 : aménagement dupliqué sur 2ème moitié sauf pour E3N2
 évaluation des déplacements sauf E1N3 totalité évaluation temps 2
 sauf E3N2 totalité de l'évaluation



Cas de 2 classes de cycle 3 : Tests des étapes 2 et 3 + E1niveau 3

Temps 2 : aménagement dupliqué sur 2ème moitié sauf pour E3N2
évaluation des entrées-immersions sauf E1N3 totalité évaluation

sauf E3N2 totalité de l'évaluation sur le temps 1

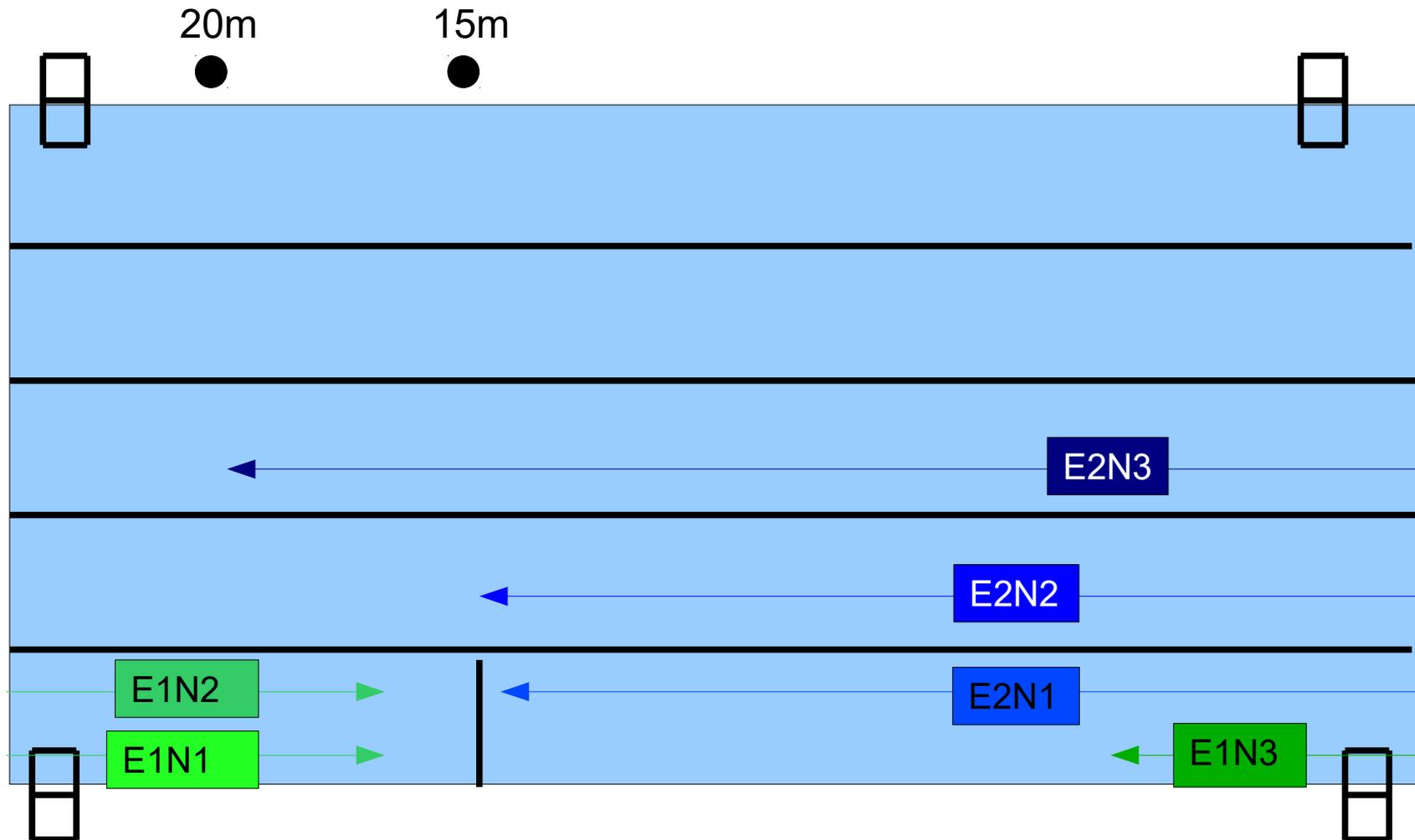


CAS 2 : classes de cycle 2

Etapas 1 et 2

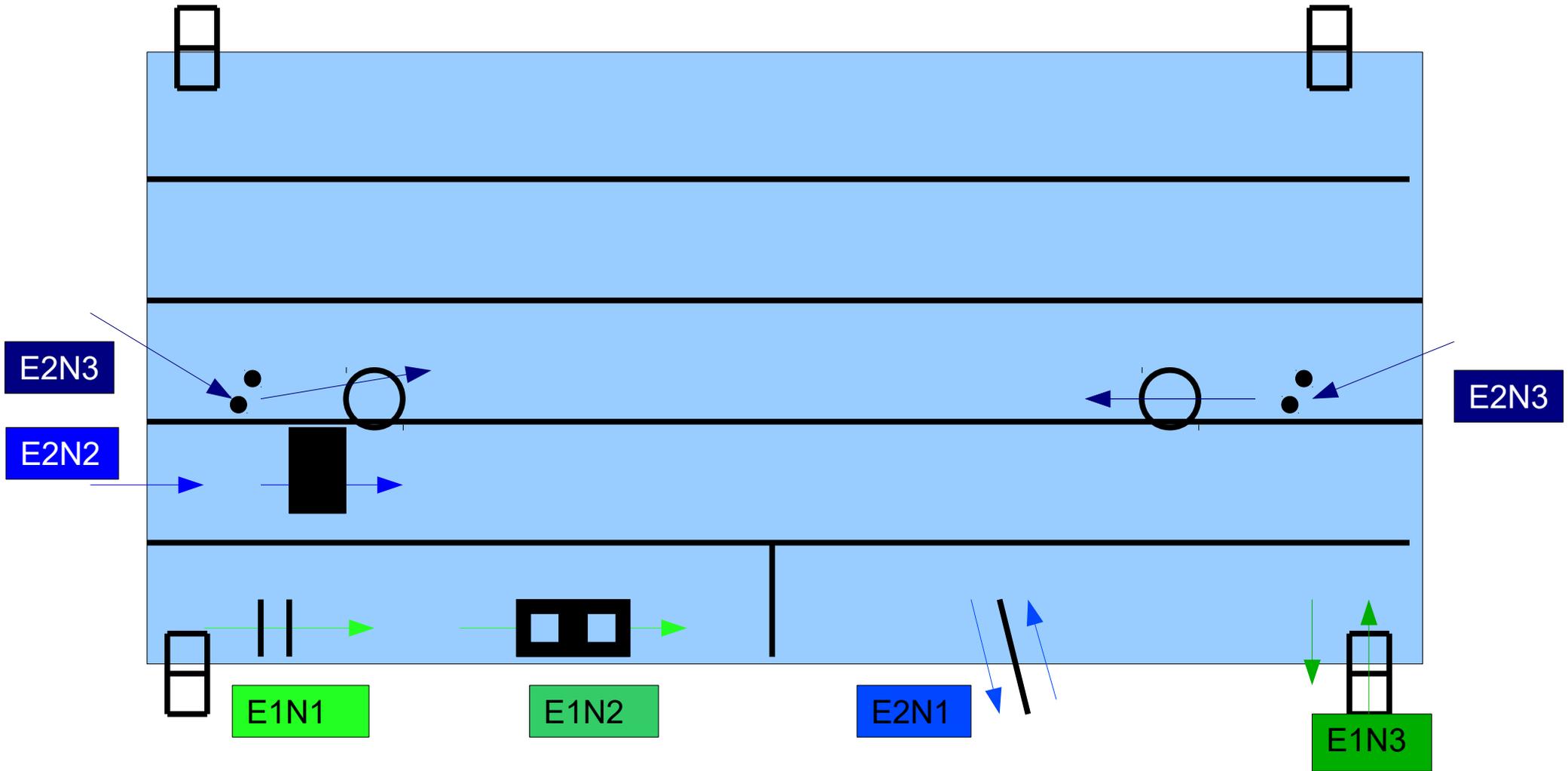
Cas de 2 classes de cycle 2 : Tests des étapes 1 et 2

Temps 1 : évaluation des déplacements – aménagement dupliqué sur moitié de piscine sauf E2N3



Cas de 2 classes de cycle 2 : Tests des étapes 1 et 2

Temps 2 : aménagement dupliqué sur 2ème moitié sauf E2N3
évaluation des entrées-immersions

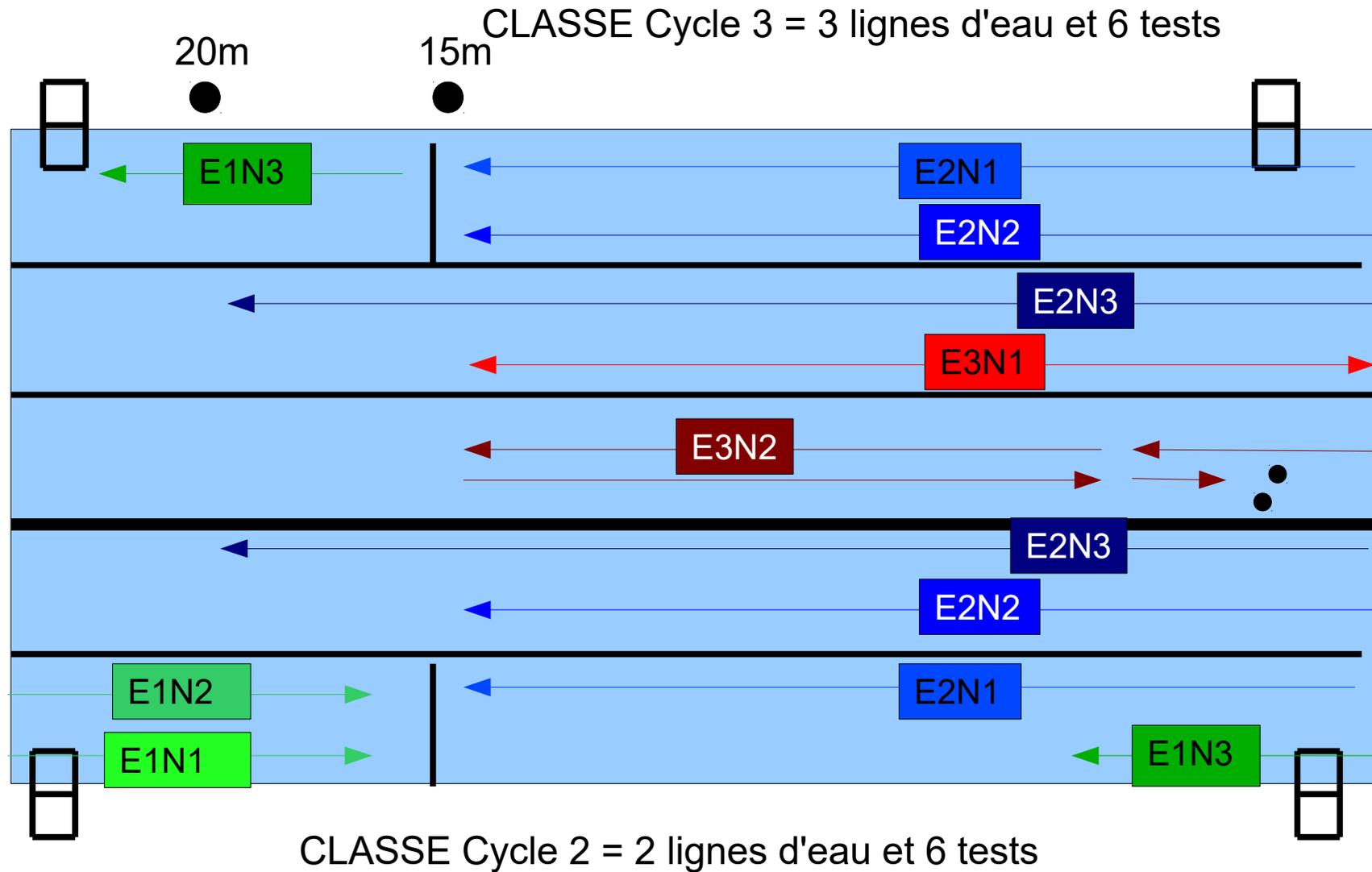


CAS 3 : classes de cycle 2 et 3

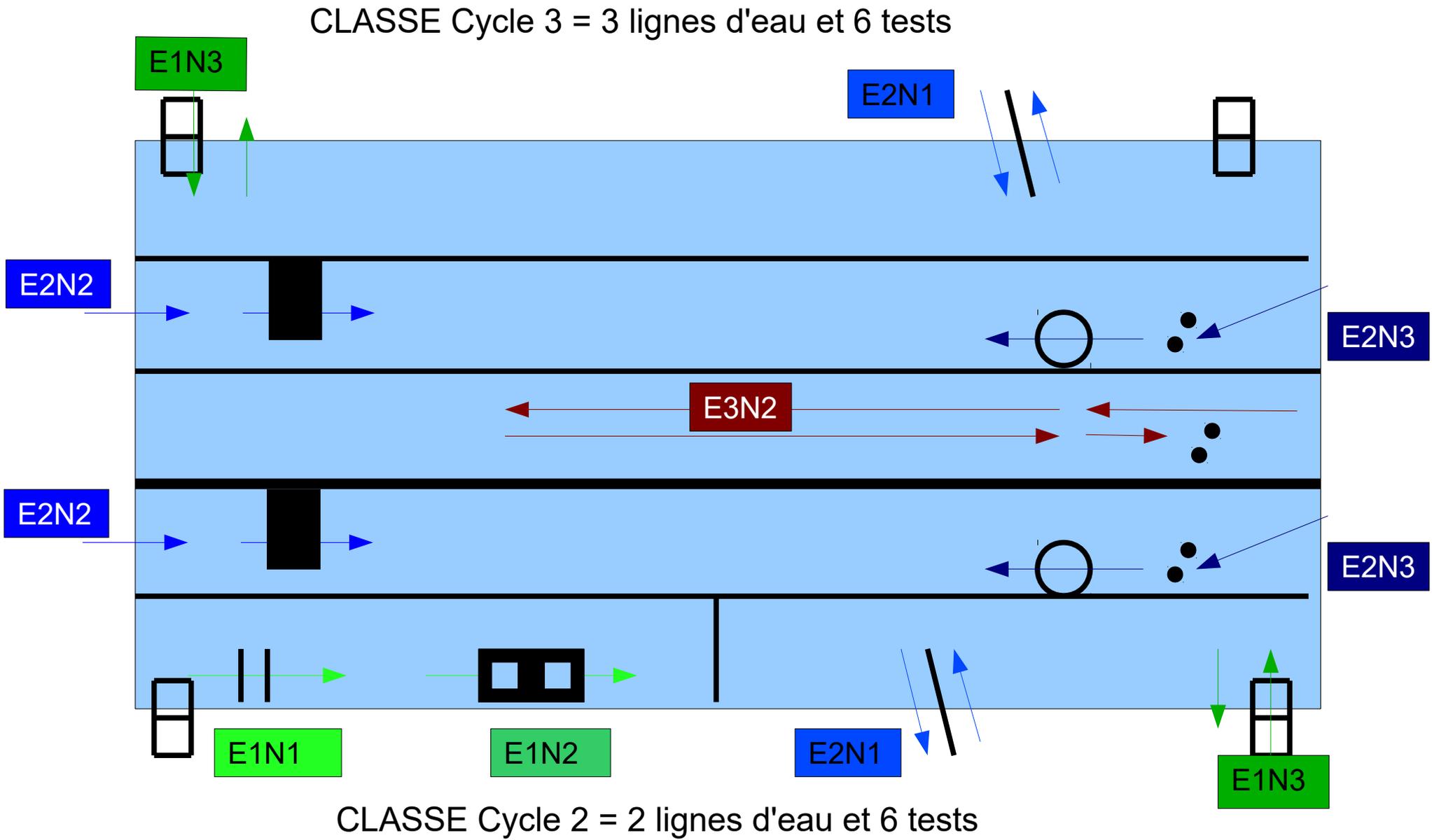
Etapes 1, 2 et 3

Cas de 2 classes de cycle 2 et 3 : Tests des étapes 1, 2 et 3

Temps 1 : évaluation des déplacements sauf E3N2



Temps 2 : aménagement dupliqué sur 2ème moitié - évaluation des entrées-immersions



ATTESTATION SCOLAIRE « SAVOIR – NAGER » (B.O.n°34 du 12 octobre 2017)
 À VALIDER PRIORITAIREMENT EN **CYCLE 3**, dans les classes de CM1 ou CM2 ou 6^{ème}

Délivrée par le directeur d'école, et signée par le professeur des écoles + un intervenant extérieur professionnel qualifié
 ou

Délivrée par le principal du collège, et signée par le professeur d'EPS.

Cette attestation « ne représente pas l'intégralité des activités de la natation fixées par les programmes d'enseignement ».

Conditions d'organisation matérielle : parcours aquatique réalisé à 1m de tout appui solide, à au moins 1m50 de profondeur pour le départ et jusqu'à 80 cm d'écart entre le bord et la surface de l'eau. Sans contrainte de temps.

Exigence globale: réaliser le parcours *sans aucune reprise d'appui solide, et sans lunettes* :

- * depuis le bord, **entrée** par culbuto arrière-départ accroupi = contact de l'eau par les *fesses*, et...
- * **se déplacer** (déplacement au choix) sur 3m50 pour franchir en **immersion** un obstacle long d'1m50, *sans le toucher*, et...
- * **se déplacer** en nage *ventrale* sur 15m ; au cours du déplacement, au signal sonore, réaliser un **sur-place** vertical *pendant 15"*, *visage émergé*, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance, et...
- * faire ½ tour *sans reprise d'appui*, pour se placer en position *dorsale* et **se déplacer** sur 15m ; au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un **sur-place** dans une position horizontale dorsale *pendant 15"*, avec ou sans action de stabilisation, puis terminer les 15m de **déplacement**, et...
- * reprendre la *position ventrale* pour un nouveau **déplacement** de 15m, au cours duquel franchir l'obstacle en **immersion sans le toucher**, et terminer sa distance de déplacement.