



**ACADÉMIE  
DE NANTES**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Direction des services départementaux  
de l'éducation nationale  
de Maine-et-Loire



# Classes Bleues

## MS et GS

***Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique***

*L'apprentissage massé en natation : un véritable projet interdisciplinaire  
de classe presque transplantée...*



## Un apprentissage massé de la natation

C'est l'une des nouvelles mesures phares du plan « Aisance Aquatique ». L'expérimentation vise à densifier les séances en augmentant le temps effectif dans l'eau. C'est tout l'enjeu des apprentissages massés sur une semaine, voire deux : il s'agit d'une approche innovante du milieu aquatique pour faciliter la familiarisation avec l'eau dès le plus jeune âge, favoriser l'apprentissage de la natation et, ainsi, mieux prévenir les risques de noyades.

La répétition et la distribution resserrée de ces temps d'apprentissage permettent de lutter efficacement contre les peurs et d'installer plus rapidement les progrès des élèves.

### Champ d'apprentissage concerné :

Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.

### Ce qui est attendu des enfants en fin d'école maternelle :

Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés.

## Quelques principes à ne pas oublier

- Le rythme, intense, fatigue énormément les élèves : il est nécessaire d'adapter le rythme de la journée avec des pauses, des temps calmes de récupération, des modalités de travail moins exigeantes.
- Ces séances quotidiennes permettent de créer une vie de classe dynamique autour de la thématique de l'eau dans une perspective de création de sens.
- Le rapprochement entre les activités aquatiques et les démarches scientifiques s'avère pertinent : les constatations issues d'hypothèses et d'expérimentations sont reliées à celles que les élèves peuvent faire sur leur propre corps ou celui d'un camarade lorsque la classe va à la piscine.
- L'imaginaire enfin reste un levier précieux pour l'apprentissage, d'où la mise en réseau avec des albums pour la jeunesse.

## La pratique de la langue

- ✓ L'Éducation Physique s'ancre dans un vécu dont l'enfant est acteur, permettant à chacun de vivre des expériences corporelles personnelles riches en sensations et émotions. À travers l'activité aquatique, l'élève capitalise des expériences qui vont laisser une trace dans la construction de sa personne et de l'image de soi.
- ✓ Ces expériences motrices et sensorielles sont partagées par la classe entière, devenant ainsi des références concrètes communes, supports de langage pour la classe.
- ✓ Les activités de langage structurées permettent de garder une trace explicite de l'activité corporelle de l'enfant. Cette trace est source de progrès tant sur le plan de la clarté de l'expression orale que de l'amélioration de la conduite motrice de l'enfant.
- ✓ Cette interaction entre activité motrice et activité langagière est une des conditions de la réussite scolaire de l'élève à l'école maternelle.

## Aisance Aquatique

### LES PROBLÈMES DU DÉBUTANT EN NATATION

Ils sont la conséquence de la spécificité du milieu et de la spécificité de la natation.

Plongé dans le milieu aquatique, l'être humain est complètement inadapté dans les domaines de l'équilibre, de la respiration ou de la locomotion. L'adaptation va se faire par la construction de nouveaux repères et de nouvelles sensations.

|             | LES HABITUDES DU TERRIEN  | LES CONTRAINTES DU MILIEU   | LES OBJECTIFS À VISER  |
|-------------|---|---|--|
| ÉQUILIBRE   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Équilibre vertical</li> <li>- Tête verticale</li> <li>- Regard horizontal</li> <li>- Réflexes plantaires</li> <li>- Soumission à la pesanteur</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Équilibre horizontal</li> <li>- Tête horizontale</li> <li>- Regard oblique ou vertical</li> <li>- Suppression de ces réflexes</li> <li>- Poussée d'Archimède</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se laisser équilibrer par l'eau</li> <li>- Modifier les positions ; équilibres différents</li> <li>- Accepter la disparition des repères visuels (1<sup>o</sup> étape)</li> <li>- Retrouver ses repères (ouverture des yeux)</li> <li>- Explorer la profondeur</li> <li>- Entrer en eau profonde</li> <li>- Abandonner les relations avec le monde solide</li> <li>- Se laisser remonter</li> </ul>             |
| RESPIRATION | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respiration innée, réflexe</li> <li>- Respiration nasale</li> <li>- Durée d'inspiration = durée d'expiration</li> <li>- Pas de résistance à l'expiration</li> </ul>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respiration volontaire puis automatique</li> <li>- Respiration principalement buccale</li> <li>- Inspiration brève, expiration longue</li> <li>- Pression de l'eau à vaincre pour expirer</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Découvrir toutes les formes d'expiration dans l'eau</li> <li>- Associer l'expiration buccale à toutes les situations</li> <li>- immersion, flottaison (en coulée),</li> <li>- propulsion des bras seuls, des jambes seules</li> <li>- propulsion en nage complète</li> <li>- Moduler le débit respiratoire</li> <li>- Nager longtemps sans arrêt</li> </ul>   |
| PROPULSION  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jambes motrices</li> <li>- Bras équilibrateurs</li> <li>- Appuis fixes et solides</li> <li>- Actions musculaires constantes</li> <li>- Résistance à l'avancement faible</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jambes équilibratrices</li> <li>- Bras moteurs</li> <li>- Appuis fuyants et mouvants</li> <li>- Actions musculaires en force croissante</li> <li>- Résistance à l'eau importante</li> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Découvrir tous les modes de propulsion des jambes</li> <li>- Se déplacer à l'aide des bras : actions simultanées ou alternées dans tous les plans</li> <li>- Découverte de la résistance de l'eau (trajet des bras)</li> <li>- Rechercher l'efficacité du mouvement</li> <li>- Rechercher amplitude et accélération du geste</li> <li>- Rechercher l'efficacité optimale (physique et physiologique)</li> </ul> |

## Quelle organisation ?

### ➤ Le rythme de la journée

8 séances à suivre ou presque à la piscine : un **cycle massé** permet des progrès plus rapides et un bon suivi des émotions du débutant. Celui-ci s'organise comme un stage, avec des propositions ludiques indispensables à la gestion des situations de stress. L'apprentissage massé, s'il est pertinent, sollicite néanmoins énormément les élèves sur le plan moteur, cognitif et affectif. Pour cela, le temps de pratique doit être optimisé afin que la séance soit un vecteur d'apprentissage et de plaisir. Mais certains élèves ressentent de la fatigue, et c'est bien naturel !

**L'emploi du temps habituel ne peut donc être conservé tel quel** : il est conseillé de le modifier avec **l'introduction de nombreux temps calmes et formes de travail adaptées à la fatigue des élèves**. Les paroles et les émotions ressenties doivent être prises en compte.

Une démarche en 3 temps « avant, pendant et après » paraît indispensable car il est important d'associer la classe bleue à un projet qui sous-tend une organisation de la natation dans deux espaces distincts :

- Celui de la **classe** en tant qu'espace de réflexion, de proposition, de synthèse,
- Et celui de la **piscine** en tant qu'espace d'actions, d'essais, de tentatives, de répétitions, de transformations.

Chaque séance doit être par conséquent **précédée d'un « avant » et suivie d'un « après »** en classe durant lesquels l'élève pourra forger les outils de construction de son savoir, apprécier ses progrès personnels, évaluer l'écart entre ce qu'il sait déjà faire et ce qu'il veut apprendre à faire, développer des capacités d'analyse de ses actions, mieux comprendre l'incertitude, planifier et réguler son action donc en estimant mieux les niveaux de risque.

De la même façon, durant les semaines qui précèdent et suivent la Classe Bleue, il est nécessaire de penser un « avant » qui présente et accompagne le projet de la classe, et un « après » qui prolonge les apprentissages et les connaissances.

### ➤ L'information aux parents

Une réunion de présentation de la Classe Bleue est essentielle pour présenter le dispositif, l'intérêt de l'apprentissage massé et l'organisation matérielle (encadrement, besoin de parents agréés et de parents accompagnateurs, **contenu du sac de piscine** et gestion du matériel).

Cette réunion permet de répondre aux questions des familles et d'écouter les craintes de certains. Une information doit être faite concernant les points de vigilance : **sommeil, alimentation**.

### ➤ Le rôle des adultes agréés

Un parent agréé n'est pas un parent accompagnateur. Il participe activement à l'enseignement avec le MNS et l'enseignant (3 encadrants sont nécessaires en cycle 1). Il est la plupart du temps dans l'eau avec les élèves (avec un groupe dont il a la charge ou placé à un endroit stratégique dans le cas d'un bassin aménagé).

L'attestation donnée aux adultes bénévoles non qualifiés lors du test passé à la piscine n'est valable que dans le cadre d'un accompagnement pour des séances scolaires. L'agrément ne pourra être valable que si la personne a obtenu cette attestation et a assisté à cette réunion d'information.

La surveillance du bassin est assurée par une personne qualifiée et agréée par l'Education Nationale.

### ➤ Le suivi des apprentissages

L'enseignant est garant du suivi et de la validation des compétences. Les progrès des élèves font l'objet de toute l'attention nécessaire et impliquent l'utilisation d'outils adaptés (grilles d'observation partagées, carnets de réussite).

## Les 3 temps du projet

| <p style="text-align: center;"><b>AVANT</b></p> <p><i>Les activités seront organisées en amont des séances de natation scolaire. Elles permettent de préparer, rassurer et mettre en projet les élèves.</i></p>   | <p style="text-align: center;"><b>PENDANT</b></p> <p><i>Les activités seront de préférence organisées autour de ce projet et directement en lien avec le vécu de l'élève en situation.</i></p>  | <p style="text-align: center;"><b>APRÈS</b></p> <p><i>Les activités seront organisées après les créneaux massés afin de réactiver la mémoire, remobiliser les savoirs et enrichir les connaissances.</i></p>  |
|---|---|---|
| <p>Réunir les parents de la classe pour informer et rassurer.</p> <p>Les associer à l'organisation matérielle, les solliciter pour un agrément.</p>   | <p>Donner à voir et à comprendre aux familles (e-primo, cahier, carnet de natation ...).</p> <p>Les associer pour accompagner et/ou encadrer.</p>   | <p>Restituer et partager avec les familles mais aussi avec les autres élèves de l'école (exposition par exemple).</p>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Recueil des représentations et des peurs</li> <li>➤ Présentation de la piscine : photos, vidéo de la piscine AquaVita, accueil du MNS dans la classe, règles à suivre...</li> <li>➤ Préparation du sac : atelier langage, tri (lexique et syntaxe) </li> <li>➤ Construction d'un imagier </li> <li>➤ Lectures d'histoires</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ « Temps perdu » à optimiser (transport, déshabillage, douche, habillage) : temps de langage avec 1 ou 2 élèves (à cibler)</li> <li>➤ Hygiène, corps, santé</li> <li>➤ Outils pour trace mémoire (photos, vidéos, enregistrements, cahier de Classe Bleue, boîte à mots, affichage, coins...)</li> <li>➤ Utilisation de la maquette </li> <li>➤ Grille de suivi pour évaluer les progrès des élèves </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Réactivation des apprentissages (poursuivre la natation scolaire au CP, encourager les parents à aller à la piscine ou dans un plan d'eau surveillé, participation aux stages « J'apprends à nager »)</li> <li>➤ Prolongements selon les projets de la classe (les océans, les vacances, le Vendée Globe...)</li> <li>➤ Programmation d'activités issues du même champ d'apprentissage (adapter ses équilibres et ses déplacements) : activités de roule et de glisse</li> <li>➤ Découverte de la glace lors d'une séance à la patinoire</li> <li>➤ Liaison GS-CP : partage d'expériences</li> </ul> |

### INTERDISCIPLINARITÉ

- **EAC** : arts visuels, danse, éducation musicale, poésie... 
- **Explorer le monde** : des séances de **sciences** autour de l'eau et du schéma corporel.
- **Littérature** : des **albums pour la jeunesse** incarnent et mettent en scène les craintes, l'excitation et les plaisirs ressentis tout en offrant de réels supports de débats.

