

# LES ACTIVITÉS AQUATIQUES À L'ÉCOLE

## PROJET PÉDAGOGIQUE PISCINE DE BESSÉ SUR BRAYE

**Dossier élaboré en partenariat BEESAN, CPD EPS et CPC EPS**

# Présentation

Ce document a été élaboré à partir de MAI 2015. Il est le fruit d'un travail conjoint entre :

- BEESAN (Brevet d'Etat d'Educateur Sportif des Activités de la Natation)
- conseillers pédagogiques en éducation physique et sportive de la circonscription.

L'objectif était de construire des unités d'apprentissage correspondants aux différents niveaux d'habilités des jeunes nageurs (débutants, apprentis nageurs et confirmés) en proposant des aménagements de bassin pratiques et faciles à mettre en place.

Ces situations d'apprentissage constituent une base commune pour tous (enseignants et BEESAN) et permettent de -:

- mettre en œuvre les actions fondamentales de la natation : **entrer dans l'eau, s'équilibrer, se déplacer, respirer et s'immerger**
- atteindre les **compétences attendues des activités aquatiques des programmes** de l'Education Nationale.

Dans le projet sont détaillées trois unités d'apprentissage :

- une unité d'apprentissage spécifiant les thèmes travaillés et les aménagements du bassin pour deux classes
- une unité d'apprentissage spécifiant les thèmes travaillés et les aménagements du bassin pour une classe
- une unité d'apprentissage spécifiant les thèmes travaillés et les aménagements du bassin pour des élèves de cycle 3 ayant bénéficié de plusieurs cycles de natation depuis la maternelle

Ce document comprend une liste non exhaustive d'expériences motrices qui vous permettront notamment d'engager les élèves sur le travail des combinaisons d'actions.

Pour vous aider dans l'élaboration de vos séances, vous trouverez aussi :

- **une trame de variance**

Elle vous permettra de jouer sur les différents paramètres que sont le corps, l'espace, le temps, le matériel et les relations entre élèves garantissant ainsi un enrichissement (ou une simplification) autour de l'objectif proposé.

- **des exemples de situations ludiques afin d'ancrer votre démarche dans la notion de plaisir**

Le dossier que vous trouverez ci-joint est un document de travail et nous comptons aussi sur vous qui avez l'expérience de la pratique avec vos classes **pour le compléter, l'enrichir** et nous faire part de vos remarques.

Sportivement,  
Muriel Leblanche, CPC EPS de Château du Loir



# Sommaire

<b>Présentation</b>	2
<b>La natation scolaire</b>	4
<b>Les activités aquatiques avec vos élèves</b>	
Les règles d'accueil et de sécurité	5
Démarche et taux d'encadrement	6
Organisation pédagogique	7
Module d'apprentissage	9
Évaluation diagnostique	9
Type de module d'apprentissage pour deux classes	11
Aménagements des bassins	12
Type de module d'apprentissage pour une classe	16
Aménagements des bassins	17
Type de module d'apprentissage pour une classe d'élèves confirmés	20
Aménagements des bassins	21
Exemples de situations et trame de variance	26
<b>Annexes</b>	
1 Exemples de jeux pour chaque composante	36
2 Grille d'Evaluation diagnostique	41
3 Grille d'Evaluation finale Grande Section	42
4 Echelle descriptive Savoir Nager Grande Section	43
5 Grille d'Evaluation finale Cycle 2	44
6 Echelle descriptive Savoir Nager Cycle 2	45
7 Grille d'Evaluation finale Cycle 3	46
8 Echelle descriptive Savoir Nager Cycle 3	47
9 Le Savoir Nager	48
10 Attestation Scolaire du Savoir Nager	49
11 Test de natation pour la pratique d'activités nautiques	50
12 Certificat d'Aisance Aquatique	51
13 Matériel d'aide à la flottaison et liste du matériel disponible	52
14 Préparer un cycle natation en cycle 2 et liste d'albums de littérature jeunesse	53
15 Règlement de la piscine de Bessé sur Braye	56

# La natation scolaire

La natation scolaire est l'une des activités les plus fréquentes à l'école. L'acquisition des connaissances et des compétences au savoir-nager se conçoit à travers la programmation de plusieurs cycles d'activités répartis sur les 3 paliers du socle.

## CADRE DÉFINI PAR LES INSTRUCTIONS OFFICIELLES

- BO du 12 octobre 2017
- Socle commun de compétences et de connaissances
- Circulaire n° 2017-127 du 22-8-2017

Programme Grande section	Autonomie et initiative
<b>Développer de nouveaux équilibres</b>	Réaliser le parcours une ou plusieurs fois En limitant les reprises d'appui
<b>Se déplacer avec aisance dans des environnements variés</b>	Se déplacer avec aisance : <ul style="list-style-type: none"><li>• dans le petit bain, sans matériel,</li><li>• dans le grand bain avec ou sans matériel</li></ul> de façon économe et durable

Programme Cycle 2	Autonomie et initiative
<b>Se déplacer sur une quinzaine de mètres</b>	Sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis avec un temps d'immersion.
<b>Test d'aisance aquatique (avec ou sans brassières)</b>	Enchaîner les actions sans signe de panique : <ul style="list-style-type: none"><li>– effectuer un saut dans l'eau ;</li><li>– réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq secondes ;</li><li>– réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes ;</li><li>– nager sur le ventre pendant vingt mètres ;</li><li>– franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.</li></ul>

Programme Cycle 3	Autonomie et initiative
<b>Valider l'attestation scolaire du Savoir Nager.</b>	Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes
<b>Nager « longtemps » plus de 5 min</b>	Parcourir la plus longue distance sur le ventre et sur le dos dans un temps donné.

## MISE EN ŒUVRE DE L'ENSEIGNEMENT DE LA NATATION

Les Instructions Officielles recommandent sa mise en œuvre partout où les conditions le permettent. A l'école primaire, le moment privilégié de cet apprentissage est le cycle II. Lorsque cela est possible cet apprentissage pourra commencer dès la grande section.

Pour atteindre les niveaux de réalisation attendus au terme des programmes, il y aura lieu de prévoir « une trentaine de séances, réparties en deux ou trois cycles d'activités ».

Il conviendra de privilégier les classes de CP à la 6<sup>ème</sup>. (Circulaire 2017)

# Les activités aquatiques avec vos élèves

## RÈGLES D'ACCUEIL ET DE SECURITE POUR LES SCOLAIRES A LIRE IMPERATIVEMENT

Il est nécessaire de respecter le règlement intérieur de la piscine fréquentée (annexe 8).

D'une manière générale, l'attention de chacun est attirée sur les principes de vigilance et de précaution qui concourent à la sécurité des personnes.

## RÈGLES D'OR DES ACTIVITES AQUATIQUES

- Recommandations pédagogiques :
  - ◆ Respecter les consignes
  - ◆ Ne pas se « borner à un simple apprentissage systématique des « gestes techniques »
  - ◆ Présenter, préciser et matérialiser les espaces d'action
  - ◆ Aménager le milieu et favoriser un temps important d'activité dans l'eau pour éviter les files d'attente et les blocages affectifs
  - ◆ Mettre en place des situations, permettant une évaluation diagnostique (1<sup>ère</sup> séance), une évaluation bilan (dernière séance) et une évaluation continue, tout au long du module d'apprentissage, pour permettre aux élèves de mesurer leurs progrès
  
- Recommandations sécuritaires :
  - ◆ **A chaque trimestre, il sera organisé une SIMULATION D'EVACUATION sur une classe au hasard. (Afin d'assurer une qualité d'intervention et de réaction de l'ensemble des intervenants). L'enseignant concerné sera préalablement prévenu. VOIR PROTOCOLE.**
  - ◆ Surveillance effective, vigilante, constante (enseignant et MNS)
  - ◆ Surveillance accentuée si débutants dans grand bassin – se situer près de la situation qui présente le plus grand risque
  - ◆ Vigilance quant à la circulation dans les vestiaires et autour des bassins
  - ◆ Comptage des élèves en début, pendant et en fin de séance
  - ◆ Si élève non présent, recherche en 1er lieu dans l'eau
  - ◆ Dimension pédagogique de l'éducation à la sécurité
  - ◆ Règles de sécurité clairement énoncées par l'enseignant
  - ◆ Consignes spécifiques pour certaines situations (auto surveillance)
  
- Règles de conduite :
  - ◆ Aller aux toilettes avant d'accéder aux bassins
  - ◆ Oter tous les bijoux (montres, bracelets...)
  - ◆ Jeter les chewing-gums...
  - ◆ Prendre sa douche avant d'accéder aux bassins
  - ◆ Porter un bonnet de bain
  - ◆ Se déplacer en marchant sur le bord du bassin
  - ◆ Ne pas se pousser
  - ◆ Demander au professeur l'autorisation de sortir de l'eau. Quand le besoin s'en fait sentir l'élève se rend aux toilettes toujours accompagné d'un adulte
  - ◆ Prendre sa douche après la séance.
  - ◆ Ne pas crier.

## LA REUNION PREPARATOIRE

La réunion préparatoire réunit les directeurs des écoles ou les enseignants des classes concernées, le chef de bassin et le conseiller pédagogique de la circonscription en charge de l'EPS.

Elle permet d'aborder :

- ◆ le planning
- ◆ les questions administratives : rappel réglementaire, fonctionnement de la piscine...
- ◆ les contenus pédagogiques

## DEMARCHE DES ECOLES EN CAS D'ANNULATION

En cas d'annulation d'une séance piscine, je vous remercie de bien vouloir prévenir au plus tôt la piscine :

- ◆ Piscine du Bessé sur Braye : 02 43 63 09 70 ou 71 ou 72.

## UNE ACTIVITE A ENCADREMENT RENFORCÉ

### • Procédure :

Tout adulte, majeur et responsable, souhaitant collaborer bénévolement à l'enseignement de la natation sur le temps scolaire doit avoir été préalablement agréé par l'Inspecteur de l'Académie. Cet agrément est lié à la participation à un stage placé sous la responsabilité du conseiller pédagogique de la circonscription. Cette réunion garantit aux adultes bénévoles un temps de formation (projet pédagogique, rôles et responsabilité pendant les séances) et un temps d'évaluation.

En cas de renouvellement d'un agrément pour un parent ayant déjà encadré l'activité, la participation à la session n'est pas obligatoire. Dans ce cas, faire parvenir une demande de renouvellement au CPC EPS de circonscription

### • Taux d'encadrement - Circulaire du 22 août 2017:

Pour une classe :

- ◆ maternelle: l'enseignant et 2 adultes agréés, professionnels qualifiés ou intervenants bénévoles
- ◆ élémentaire : l'enseignant et 1 adulte agréé, professionnel qualifié ou intervenant bénévole
- ◆ un encadrant supplémentaire est requis lorsque le groupe-classe comporte des élèves issus de plusieurs classes et qu'il a un effectif supérieur à 30 élèves
- ◆ pour les classes multi-cours qui comprennent à la fois des élèves de maternelle et d'élémentaire, il y aura lieu d'appliquer le taux d'encadrement prévu pour une classe maternelle. Si l'effectif total est inférieur à 20, l'encadrement sera alors limité à l'enseignant et un adulte agréé, professionnel qualifié ou intervenant bénévole.
- ◆ Cas particulier des classes à faible effectif, composées de moins de 12 élèves : le regroupement de classes sur des séances communes est à privilégier en constituant un seul groupe-classe. Lorsque cette organisation ne peut être mise en place, le taux d'encadrement sera fixé départementalement comme suit :

1 classe maternelle	Jusqu'à 12 élèves	2 adultes : 1 enseignant et 1 adulte agréé
1 classe maternelle/élémentaire		
1 classe élémentaire		1 adulte : 1 enseignant

### Rappels :

- Le BEESAN en surveillance ne compte pas dans le taux d'encadrement
- L'ATSEM n'est pas soumis à l'agrément préalable. Leur participation doit être limitée à l'encadrement de la vie collective (transport, vestiaire, toilettes et douche). Leur participation doit faire l'objet d'une autorisation préalable du maire.
- Les AVS accompagnent l'enfant en situation de handicap y compris dans l'eau quand c'est nécessaire. Ils ne sont pas non plus soumis à agrément et leur rôle se limite à l'accompagnement.

## 1. A l'école : en amont de la première séance du cycle

- **Pour l'enseignant :**

- ◆ Connaître et appliquer le projet pédagogique natation proposé.
- ◆ Informer les parents de l'intérêt essentiel et sécuritaire de la pratique de la natation, des règles d'hygiène élémentaires et de l'équipement recommandé (tenue de bain adaptée). Leur demander de faire connaître les contre-indications pouvant concerner leurs enfants.
- ◆ Partout où cela est possible, les dispenses de longue durée délivrées par le médecin de famille devront être confirmées par le médecin scolaire (cf. arrêté du 13 septembre 1989 paru au B. O. N° 38 du 26.10.1989 et la circulaire N° 90.107 du 17 mai 1990 par au BO n° 25 du 21.06.1990).
- ◆ Il convient dans la mesure du possible de laisser les élèves dispensés à l'école sous la surveillance d'un autre enseignant. Lorsque cette organisation n'est pas possible, les élèves dispensés seront assis sur un banc à proximité des bassins sous la surveillance d'un parent accompagnateur. Dans ce cas, **les élèves dispensés devront porter une tenue vestimentaire compatible avec les règles d'hygiène de la piscine.**

*Bien que le maillot de bain ne soit pas obligatoire, compte tenu des règles d'hygiène dans les piscines, l'accès au bord du bassin se fera pieds nus ou avec des chaussures spéciales et dans une tenue différente de celle de ville : short et tee-shirt (cf. note DJS du 24 novembre 1998).*

- ◆ Préparer les élèves notamment en amont de la première séance (documents supports à disposition sur demande) :
  - ✓ Visionner des photos avant la première séance afin que les élèves découvrent et s'approprient l'espace et prennent connaissance de l'équipe des maîtres-nageurs.
  - ✓ Lire des albums jeunesse et recueillir les représentations initiales de l'activité (mise en mots, dessins).
  - ✓ Formuler un premier projet d'action individuel (« Je suis capable de ... »)

*La formulation de ce projet peut être le critère pour répartir les élèves pour la première séance.*

  - ✓ Engager les élèves à formuler les consignes de sécurité, en particulier la circulation autour du bassin, l'accès aux toilettes et aux vestiaires durant l'activité, la fin de l'activité ...
  - ✓ Faire verbaliser et respecter les règles d'hygiène élémentaires.
  - ✓ Lister l'équipement recommandé à préparer (tenue de bain adaptée, serviette, shampoing, goûter...).

- **Pour les intervenants bénévoles agréés non qualifiés:**

- ◆ Les informer de leur rôle au sein de la séance :
  - ✓ Assister de façon complémentaire l'enseignant ou l'intervenant qualifié dans les activités que celui-ci conduit avec le groupe d'élèves
  - ✓ Prendre en charge le groupe d'élèves que l'enseignant leur confie. Dans ce cas, ils assurent la surveillance du groupe et remplissent une mission d'animation d'activités de découverte du milieu aquatique sur un aménagement particulier...
- ◆ Leur préciser qu'ils peuvent être aussi une aide à la surveillance sur l'ensemble de l'activité (avant, pendant et après).
- ◆ Afin que les intervenants bénévoles sachent exactement quoi faire avec leur groupe, l'enseignant pourra avoir préalablement préparé une fiche plastifiée listant les activités mises en place pendant la séance, les consignes de travail et la liste des élèves de son groupe.
- ◆ Leur indiquer de prévoir une tenue adaptée (maillot de bain obligatoire).

- **Pour les parents accompagnateurs :**

- ◆ Définir leur rôle d'aide aux tâches « matérielles » : aide à l'habillage et au déshabillage, accompagnement des élèves aux toilettes, surveillance exceptionnelle d'enfants dispensés, aide au passage à la douche...
- ◆ Informer les parents accompagnateurs qu'ils devront porter une **tenue vestimentaire compatible** avec les règles d'hygiène de la piscine. On appliquera donc le même dispositif que pour les enfants dispensés (cf. note DJS du 24 novembre 1998 mentionnée ci-dessus).

## 2. A la piscine

Chaque membre de l'équipe pédagogique (enseignant, MNS, intervenant extérieur bénévole agréé, parent accompagnateur) participe activement à la sécurité tout au long de son action d'enseignement. La sécurité ne tient pas exclusivement à des conditions externes de surveillance.

### **PROTOCOLE D'EVACUATION :**

#### **Accident survenu sur le bassin :**

Lors de l'alerte, réunissez vos élèves devant le pédiluve (s'ils ont des brassards laissez leur). Puis patientez dans les douches avec vos élèves en attendant les consignes des MNS.

#### **Accident survenu dans les vestiaires :**

Lors de l'alerte, évacuez les enfants de l'eau, faites les patienter sur le bassin en vous assurant qu'aucun ne retourne dans l'eau. Attendez les consignes des MNS.

PRÉSENTATION DU PERSONNEL DE LA PISCINE DE BESSÉ SUR BRAYE ET DE LA PISCINE					
	<b>Cathy</b> <b>HÔTESSE</b>		<b>Élodie</b> <b>HÔTESSE</b>		<b>Monique</b> <b>HÔTESSE</b>
	<b>Sandrine</b> <b>HÔTESSE</b>		<b>Maryvonne</b> <b>HÔTESSE</b>		<b>Isabelle</b> <b>HÔTESSE</b>
	<b>Nathalie</b> <b>M.N.S.</b>		<b>Patricia</b> <b>M.N.S.</b>		<b>Mike</b> <b>M.N.S.</b>
			<b>David</b> <b>Chef de bassin</b> <b>M.N.S.</b>		

## UNITÉ D'APPRENTISSAGE

La **séance 1** permet **une évaluation diagnostique** à partir de **comportements observables** choisis en fonction des **compétences attendues** et permet la constitution des groupes de niveau.

L'unité d'apprentissage est divisée en 3 modules. Chaque module répond à un thème de travail ; ce module est suivi d'un parcours qui permet de réinvestir les compétences visées et d'évaluer les élèves tout au long de l'unité d'apprentissage.

Les groupes évoluent dans les zones. Au signal sonore, ils changent de zone.

### La séance 1 - ÉVALUATION DIAGNOSTIQUE

Cette séance permet d'évaluer les élèves selon leur niveau de pratique. Elle s'organisera sous forme d'ateliers pour éviter que les élèves attendent les uns derrière les autres ce qui peut parfois générer des angoisses.

Les enseignants devront **envoyer à la piscine la liste de leurs élèves par courrier électronique** afin que les BEESAN puissent préparer les grilles d'évaluation au plus tard une semaine avant le début du cycle.

- Constitution des groupes et organisation de la séance :

Un briefing de 5 min aura lieu avant le passage sous la douche afin de rappeler les règles et les consignes. Dans le cas où il y a 2 classes sur un créneau, les enseignants constitueront quatre groupes d'élèves avec la totalité des deux classes. Ces 4 groupes seront répartis sur quatre zones. Chaque zone disposera du même matériel ; ils effectueront une rotation sur l'atelier d'en face au bout de 20 mn. Chaque groupe est pris en charge par un adulte référent : un enseignant ou un maître-nageur.

Dans le cas où il y a une seule classe, l'enseignant constituera 2 groupes d'élèves. Ces deux groupes seront répartis sur deux zones ; ils effectueront une rotation au bout de 20 minutes. Chaque groupe est pris en charge par un adulte référent : un enseignant ou un maître-nageur.

- Recommandations :

- ◆ Prévoir des adultes accompagnateurs qui pourront aider à noter les réussites sur les fiches d'évaluation.
- ◆ Possibilité de plastifier vos fiches d'évaluation que vous complétez au crayon type « velleda »

- Compétences à évaluer

- ◆ **ENTREES DANS L'EAU :**

Les entrées des 5 niveaux de compétences sont réalisables sur tous les ateliers.

Attention : les plongeurs sont interdits (profondeur > 1.30 m)

- ◆ **IMMERSION :**

-1<sup>er</sup> niveau (GS) : l'immersion pourra être proposée dans le petit bassin (ramasser un objet lesté) ou possible dans le grand bassin équipé (**ou non**) de brassards en passant sous une ligne d'eau

-2<sup>nd</sup> niveau (CP-CE) : les objets lestés seront placés à proximité des échelles.

-3<sup>ème</sup> niveau (CE-CM) : les objets lestés seront placés en grande profondeur par exemple. Possibilité de s'aider d'une perche.

- ◆ **EQUILIBRE/FLOTTAISON :**

Au cours de cette évaluation, à l'exception des plus petits (sauf ceux qui sont à l'aise), on privilégiera l'utilisation par les élèves de frites plutôt qu'un autre matériel individuel de flottaison (brassards, ceintures).

On peut aussi le faire sans matériel pour les nageurs plus confirmés.

♦ **DEPLACEMENTS/PROPULSION :**

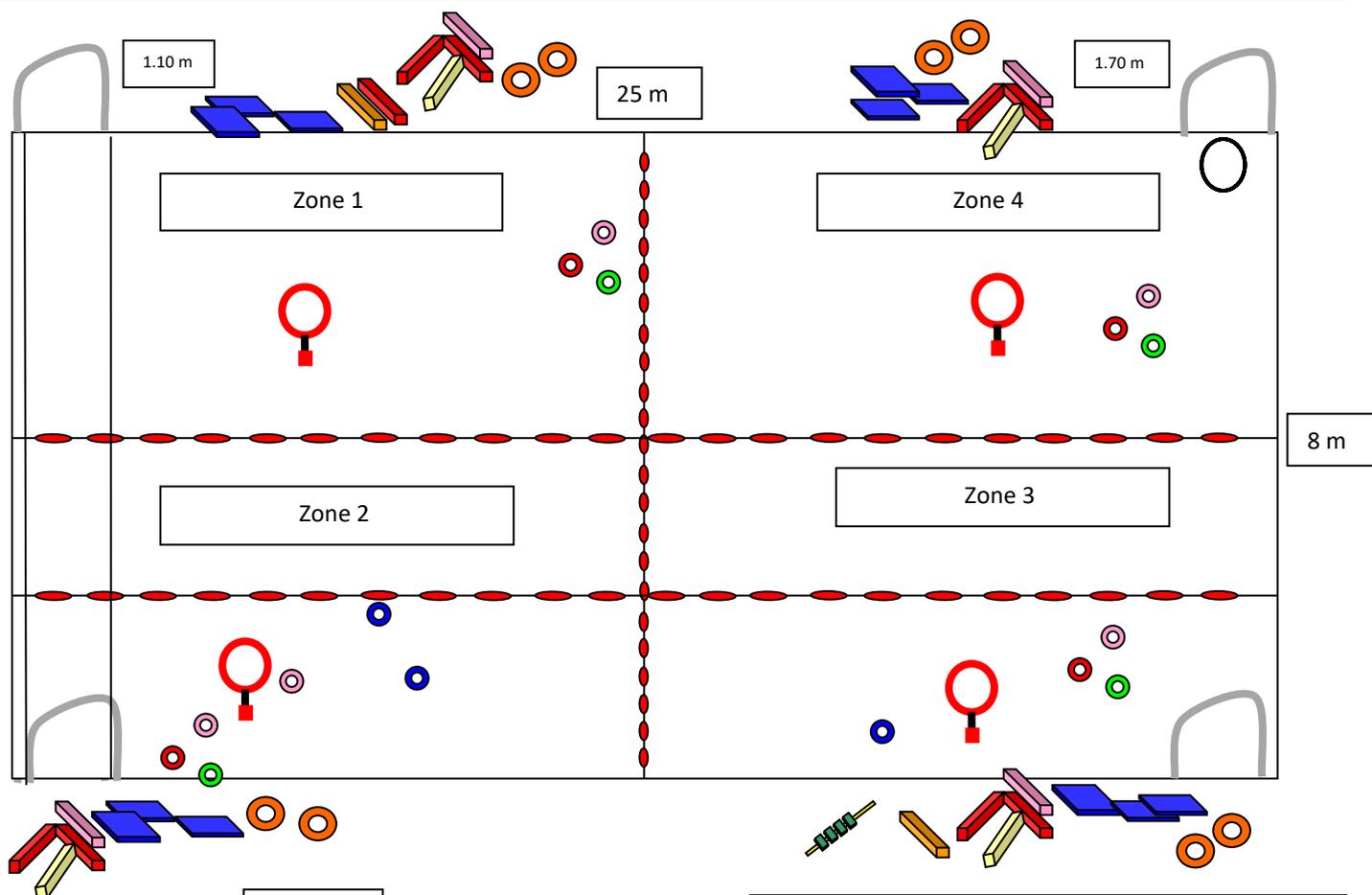
- distances pouvant aller jusqu'à 12,50 m:
- distances de déplacement entre les ~~les~~ dispositifs de 3 à 6 mètres

♦ **RESPIRATION :**

Les compétences citées dans le référentiel sont évaluable dans les quatre zones.

Au terme de cette évaluation, les élèves sauront à quel niveau ils se situent dans chaque dominante et pourront évaluer leur progrès au fil du module d'apprentissage. La fiche d'évaluation peut être collée dans un cahier du nageur s'il existe.

**AMÉNAGEMENT DU BASSIN : SÉANCE 1, ÉVALUATION DIAGNOSTIQUE**

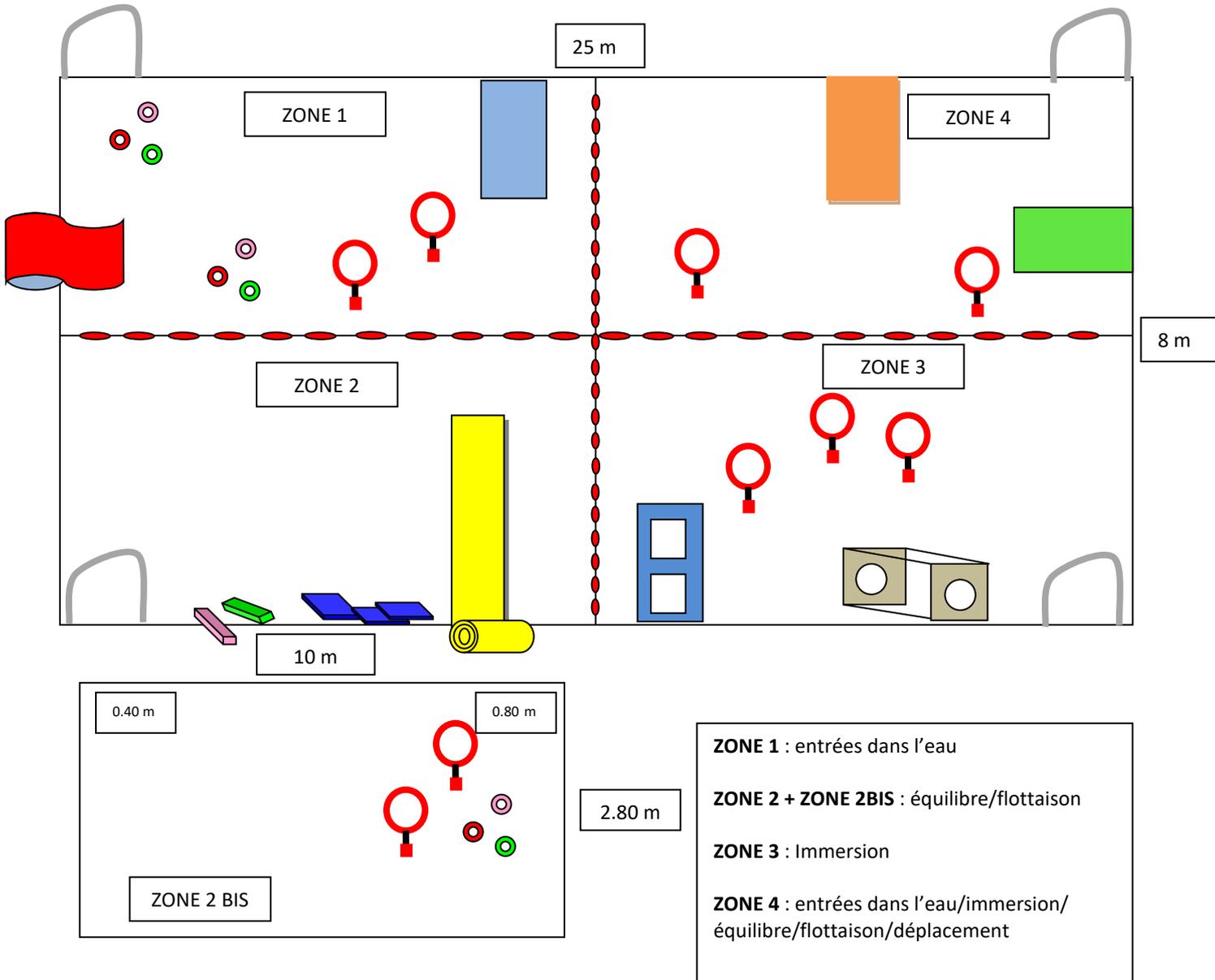


- Zone 1 :** Matériel : frites, planches, ceintures, brassards, anneaux, cerceaux.
- Zone 2 :** Matériel : frites, planches, ceintures, brassards, anneaux, cerceaux.
- Zone 3 :** Matériel : frites, planches, ceintures, brassards, anneaux, cerceaux.
- Zone 4 :** Matériel : frites, planches, ceintures, brassards, anneaux, cerceaux.

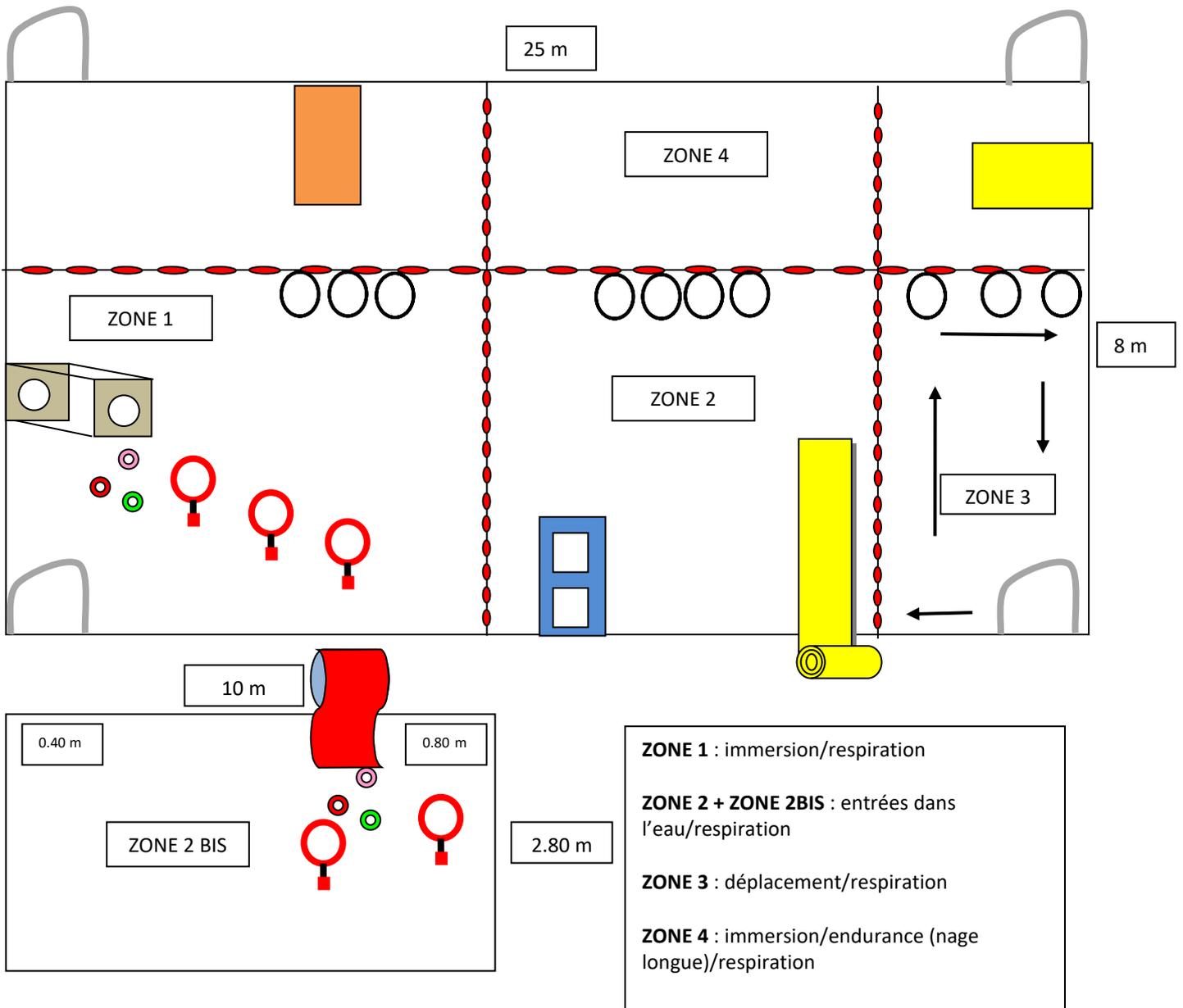
## UNITE D'APPRENTISSAGE POUR 2 CLASSES DANS LE BASSIN

Séance	Objectif /Thèmes de travail	Organisation matérielle et pédagogique
1	Evaluation diagnostique et constitution des groupes de niveaux	<ul style="list-style-type: none"> <li>- briefing sécurité/hygiène (avant la douche)</li> <li>- 4 zones dans le grand bassin</li> <li>- rotation des 4 groupes d'élèves sur 2 Zones au bout de 20 minutes</li> <li>- évaluation réalisée par les 2 enseignants et les 2 BEESAN</li> </ul>
2	<b>MODULE 1</b> <b>Zone 1</b> : Entrées dans l'eau	Les élèves sont répartis en 4 groupes de niveau : débutant/apprenti/apprenti confirmé/confirmé Le groupe des élèves confirmés reste dans la zone 4 pendant toute la durée de la séance Les autres groupes évoluent dans les 3 zones. Une rotation s'effectue toutes les 12 minutes.
3	<b>Zone 2 + Zone 2 bis</b> : Equilibre/flottaison <b>Zone 3</b> : Immersion <b>Zone 4</b> : Zone pour les groupes d'élèves confirmés.	
4	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Evaluation réalisée par les 2 enseignants et les 2 BEESAN
5	<b>MODULE 2</b> <b>Zone 1</b> : Immersion/respiration	Les élèves sont répartis en 4 groupes de niveau : débutant/apprenti/apprenti confirmé/confirmé Le groupe des élèves confirmés reste dans la zone 4 pendant toute la durée de la séance Les autres groupes évoluent dans les 3 zones. Une rotation s'effectue toutes les 12 minutes
6	<b>Zone 2 + Zone 2 bis</b> : entrées dans l'eau/respiration <b>Zone 3</b> : Déplacement/respiration	
7	<b>Zone 4</b> : Zone pour les groupes d'élèves confirmés.	
8	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Evaluation réalisée par les 2 enseignants et les 2 BEESAN
9	<b>MODULE 3</b> <b>Zone 1</b> : déplacement	Les élèves sont répartis en 4 groupes de niveau : débutant/apprenti/apprenti confirmé/confirmé. Le groupe des élèves confirmés reste dans la zone 4 pendant toute la durée de la séance Les autres groupes évoluent dans les 3 zones. Une rotation s'effectue toutes les 12 minutes
10	<b>Zone 2 + Zone 2 bis</b> : flottaison/équilibre <b>Zone 3</b> : immersion en grande profondeur <b>Zone 4</b> : Zone pour les groupes d'élèves confirmés.	
11	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Une Ligne d'eau servira exclusivement aux tests ASSN et Certificat d'Aisance Aquatique

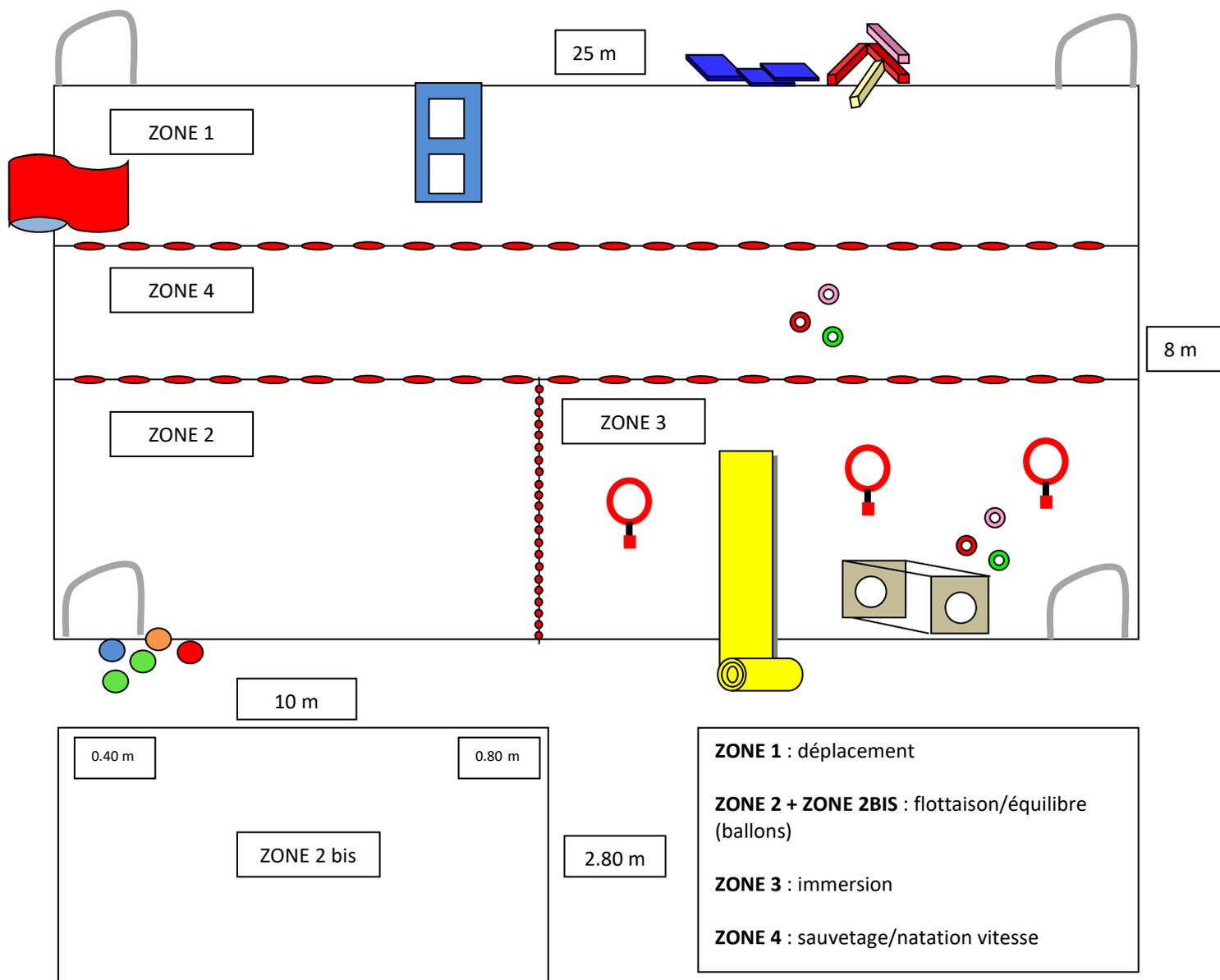
# AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 1, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR 2 CLASSES



AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 2, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR 2 CLASSES



AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 3, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR 2 CLASSES

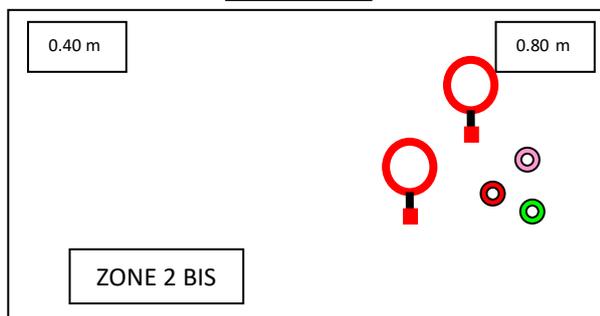
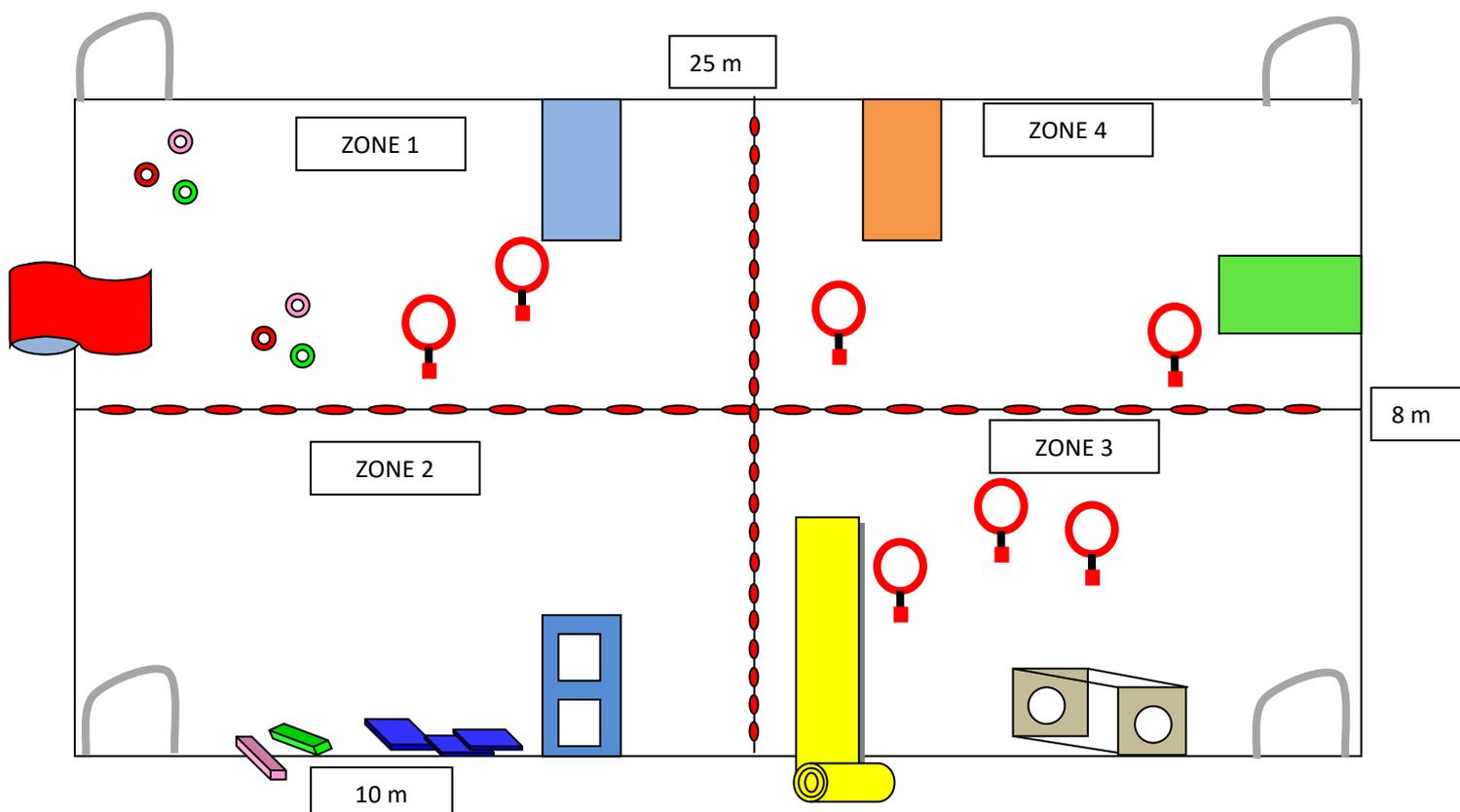




## UNITE D'APPRENTISSAGE POUR 1 CLASSE DANS LE BASSIN

Séance	Objectif /Thèmes de travail	Organisation matérielle et pédagogique
1	Evaluation diagnostique et constitution des groupes de niveaux	- briefing sécurité/hygiène (avant la douche) - 2 zones dans le grand bassin - pas de rotation - évaluation réalisée par l'enseignant et le BEESAN
2	<b>MODULE 1</b> <b>Zone 1 + Zone 4 :</b> flottaison/déplacement <b>Zone 2 + Zone 3:</b> Immersion/Equilibre	Les élèves sont répartis en 2 groupes de niveau. Les deux groupes évoluent dans les 2 zones. Une rotation s'effectue au bout de 18 minutes.
3		
4	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Evaluation réalisée par l'enseignant et le BEESAN
5	<b>MODULE 2</b> <b>Zone 1 + Zone 2 + Zone 3:</b> immersion/respiration <b>Zone 4 :</b> entrées dans l'eau/Déplacement	Les élèves sont répartis en 2 groupes de niveau Les deux groupes évoluent dans les 2 zones. Une rotation s'effectue au bout de 18 minutes.
6		
7		
8	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Evaluation réalisée par l'enseignant et le BEESAN
9	<b>MODULE 3</b> <b>Zone 2 + Zone 3:</b> entrées dans l'eau/déplacement <b>Zone 1 + Zone 4 :</b> immersion/respiration	Les élèves sont répartis en 2 groupes de niveau Les deux groupes évoluent dans les 2 zones. Une rotation s'effectue au bout de 18 minutes.
10		
11	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Une Ligne d'eau servira exclusivement aux tests ASSN et Certificat d'Aisance Aquatique

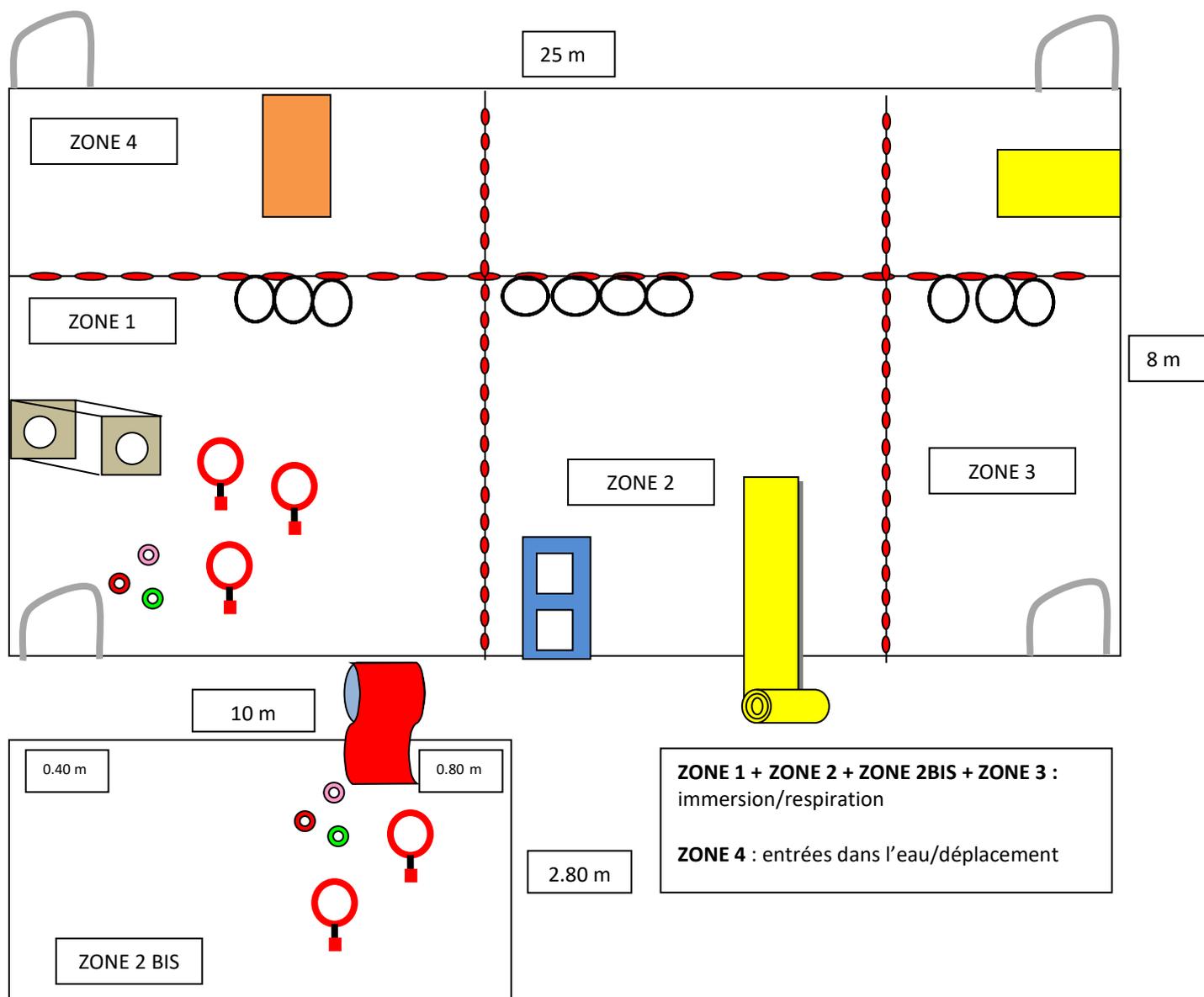
AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 1, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR 1 CLASSE



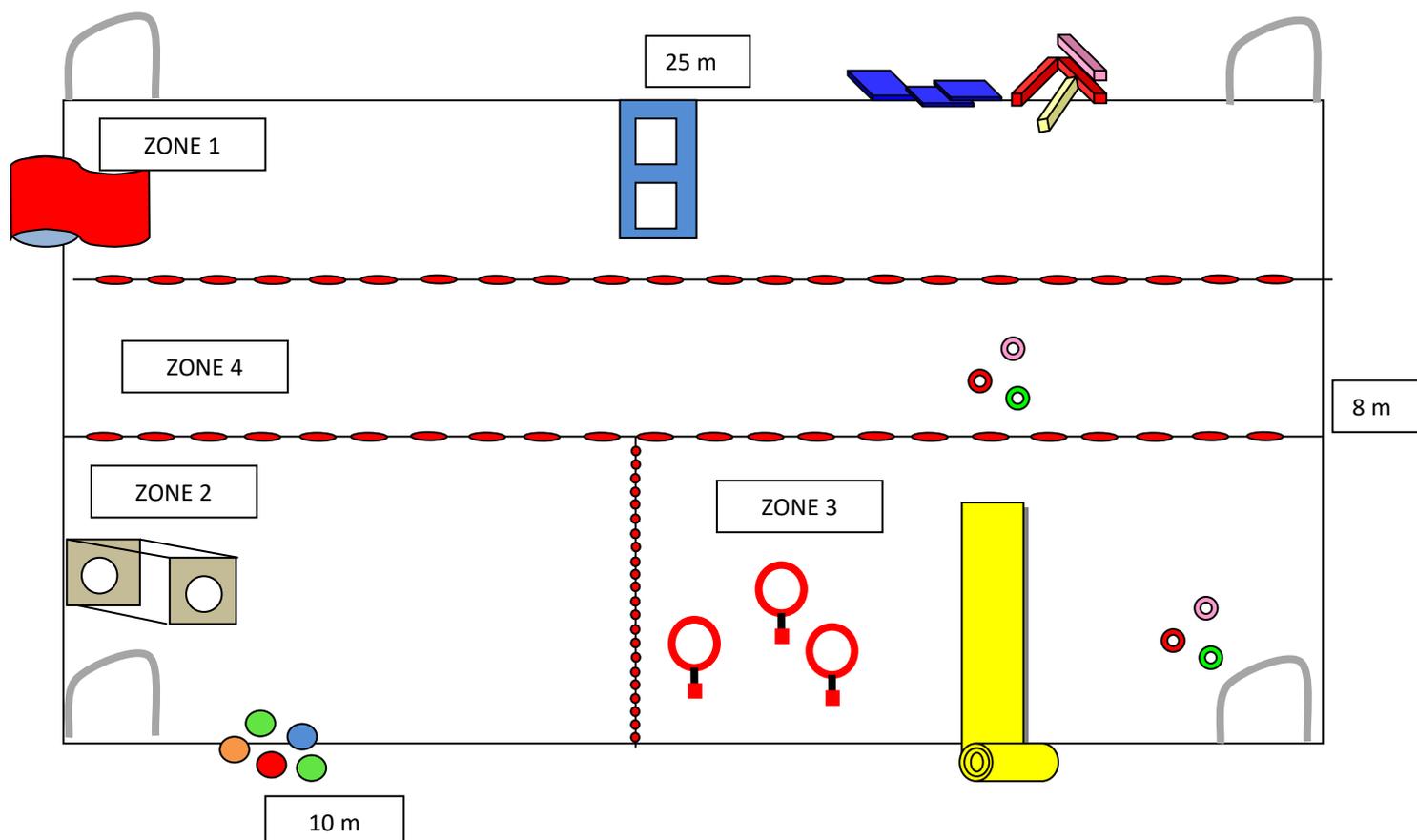
**ZONE 1 + ZONE 4:** flottaison/déplacement  
**ZONE 2 + ZONE 2BIS + ZONE 3 :** équilibre/immersion

2.80 m

AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 2, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR 1 CLASSE



AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 3, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR 1 CLASSE



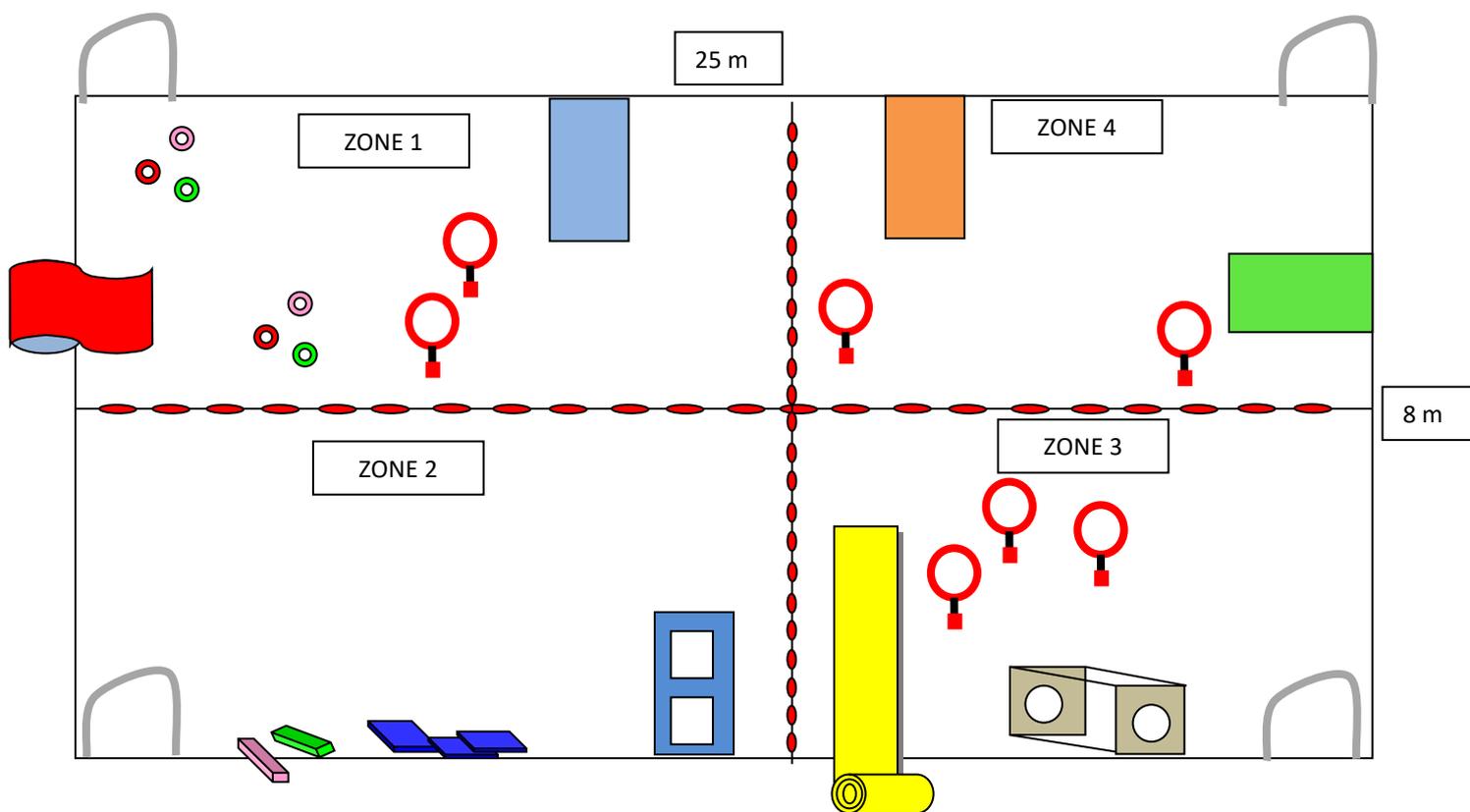
**ZONE 1 + ZONE 4:** déplacement/ entrées dans l'eau

**ZONE 2 + ZONE 2BIS + ZONE 3 :** immersion/respiration



## UNITE D'APPRENTISSAGE POUR ELEVES CONFIRMES DE CYCLE 3

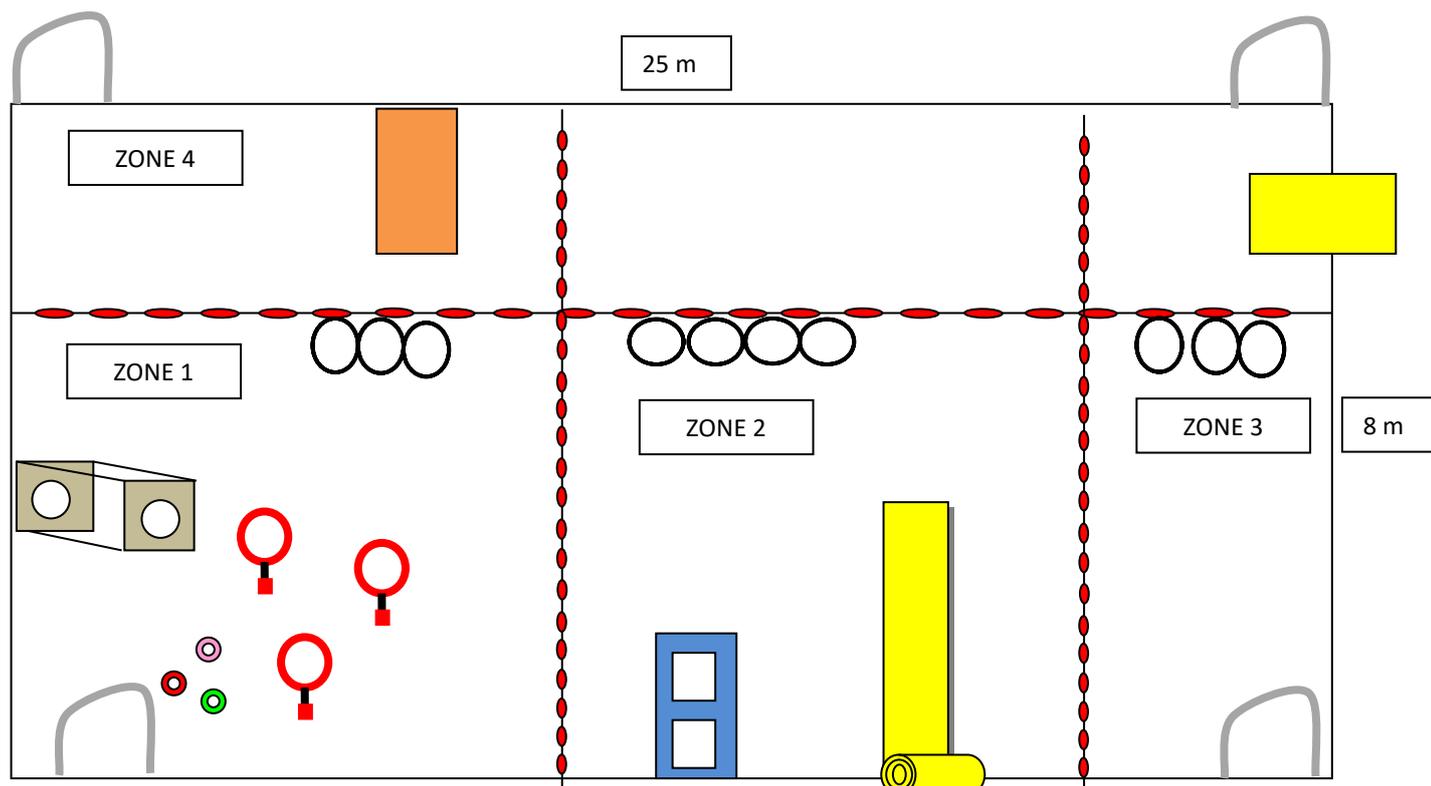
Séance	Objectif /Thèmes de travail	Organisation matérielle et pédagogique
1	Evaluation diagnostique et constitution des groupes de niveaux	- briefing sécurité/hygiène (avant la douche) - 2 zones dans le grand bassin - rotation des 2 groupes d'élèves toutes les 20 minutes - évaluation réalisée par l'enseignant et le BEESAN
2	<b>MODULE 1</b> <b>Zone 1 + Zone 4</b> : entrées dans l'eau/respiration <b>Zone 2 + Zone 3</b> : Immersion/équilibre	Les élèves sont répartis en 2 groupes de niveau Les deux groupes évoluent dans les 2 zones.
3		Une rotation s'effectue au bout de 18 minutes.
4	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Evaluation réalisée par l'enseignant et le BEESAN
5	<b>MODULE 2</b> <b>Zone 1 + Zone 2 + Zone 3</b> : natation vitesse/sauvetage <b>Zone 4</b> : endurance/ respiration de durée	Les élèves sont répartis en 2 groupes de niveau Les deux groupes évoluent dans les 2 zones.
6		Une rotation s'effectue au bout de 18 minutes.
7		
8	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Evaluation réalisée par l'enseignant et le BEESAN
9	<b>MODULE 3</b> <b>Zone 2 + Zone 3</b> : sauvetage/natation vitesse <b>Zone 1 + Zone 4</b> : nage longue	Les élèves sont répartis en 2 groupes de niveau Les deux groupes évoluent dans les 2 zones.
10		Une rotation s'effectue au bout de 18 minutes.
11	<b>PARCOURS DE REINVESTISSEMENT ET D'EVALUATION</b>	Une Ligne d'eau servira exclusivement aux tests ASSN et Certificat d'Aisance Aquatique

**AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 1, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR ELEVES CONFIRMÉS**


**ZONE 1 + ZONE 4:** entrées dans l'eau/Respiration

**ZONE 2+ZONE 3 :** immersion/équilibre

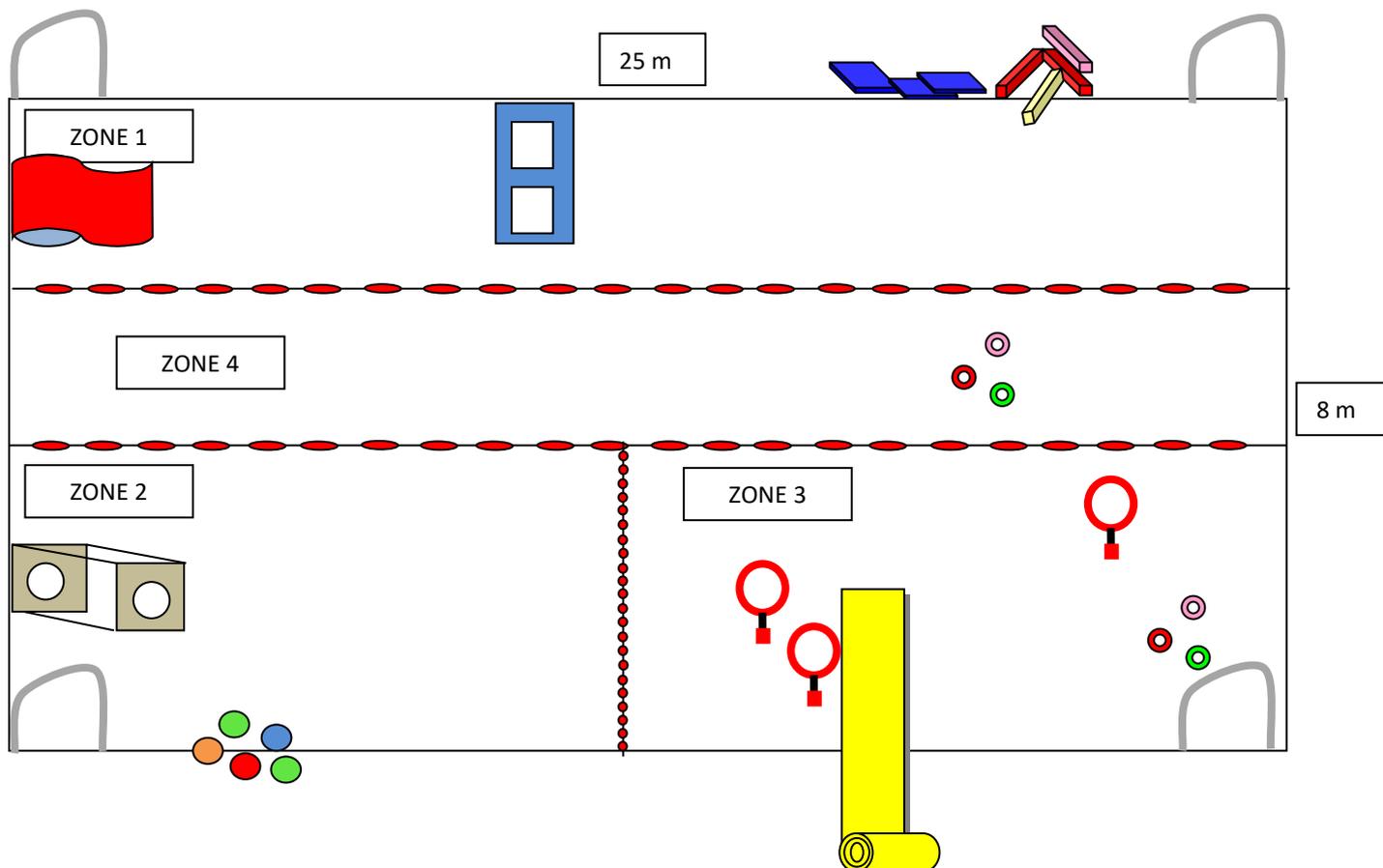
AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 2, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR ELEVES CONFIRMÉS



**ZONE 1 + 2+ 3:** Natation vitesse/Sauvetage

**ZONE 4 :** endurance/Respiration

AMÉNAGEMENT DU BASSIN : MODULE 3, UNITÉ D'APPRENTISSAGE POUR ELEVES CONFIRMÉS



**ZONE 1 + ZONE 4:** Nage longue

**ZONE 2+ ZONE 3 :** Sauvetage/Natation vitesse



## Exemples de situations à proposer et à combiner ...

### ENTRÉES DANS L'EAU

<b>DÉBUTANTS</b>	Je descends dans l'eau par les marches (dans le petit bain) <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ debout</li> <li>▪ accroupi (marche canard)</li> <li>▪ assis</li> <li>▪ en sautant d'une marche à l'autre</li> </ul>	<b>Petit bain</b>
	Je descends dans l'eau, assis sur le bord (avec un tapis) <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ en me retournant et en me laissant glisser le long du bord</li> <li>▪ en sautant dans les bras d'un adulte</li> <li>▪ en sautant et en attrapant une perche, une planche, une frite</li> <li>▪ seul</li> </ul>	<b>Petit bain et grand bain</b>
	Je descends dans l'eau, accroupi sur le bord en sautant : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dans les bras d'un adulte</li> <li>▪ en attrapant une perche, une planche, une frite ...</li> <li>▪ seul</li> </ul>	
	Je descends dans l'eau en glissant <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ d'un tapis posé sur le bord du bassin</li> <li>▪ du toboggan assis en avant ou allongé sur le dos avec du matériel</li> </ul>	
<b>APPRENTIS</b>	Je descends dans l'eau en sautant <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dans les bras d'un adulte</li> <li>▪ en attrapant une perche, une planche, une frite ...</li> <li>▪ en sautant de plus en plus loin</li> <li>▪ seul</li> </ul>	<b>Grand bain</b>
	Je descends dans l'eau en glissant du toboggan <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ assis en avant / en arrière sans matériel</li> <li>▪ allongé sur le dos pieds en avant / tête en avant avec du matériel</li> <li>▪ allongé sur le ventre pieds en avant / tête en avant avec du matériel</li> <li>▪ du bord</li> <li>▪ du muret</li> </ul>	
<b>CONFIRMÉS</b>	Je descends dans l'eau par le toboggan <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ allongé sur le dos pieds en avant / tête en avant sans matériel</li> <li>▪ allongé sur le ventre pieds en avant / tête en avant sans matériel</li> <li>▪ en insistant sur le gainage</li> </ul>	<b>Grand Bain</b>
	Je descends dans l'eau en roulant d'un tapis posé sur le bord du bassin	
	Je chute en arrière (accroupi)	
	Je plonge (bord, muret)	

## Trame de variance pour les entrées dans l'eau

### Objectifs :

*Rentrer seul par les marches ou par l'échelle*

⇒ *Sauter sans aide en moyenne profondeur*

⇒ *Sauter en grande profondeur*

CORPS	ESPACE	TEMPS	MATÉRIEL	LES AUTRES
<p><u>Forme corporelle :</u>  <u>De départ :</u>                      -assis / debout                      -à genoux / accroupi                      -en boule                      -à plat (ventre ou dos)                      -en ajoutant une action :</p> <p>lever les bras,                      applaudir,                      attraper un ballon ...</p> <p><u>D'arrivée :</u>                      -en laissant le corps tombé passivement                      -debout                      -en avant / en arrière                      -avec demi-tour                      -en boule / en roulant                      -corps tendu / groupé / carpé                      -en inventant des positions (bombe ...) ou en ajoutant une action (traverser un cerceau ..)</p> <p><u>Position de la tête :</u>                      -en haut                      -en bas</p> <p><u>Orientation du corps :</u>                      -en avant / -en arrière                      -latéralement                      -en rotation</p>	<p><u>Profondeur :</u>                      -dans le petit bain                      -dans le grand bain de la moyenne profondeur vers la grande profondeur</p> <p><u>Vers :</u>                      -espace proche                      -espace lointain</p> <p><u>Trajectoire de l'envol :</u>                      -rectiligne, courbe, boucle, rotation                      - de plus en plus haut</p> <p><u>Point de départ :</u>                      -les marches                      -une échelle                      -le bord                      -un tapis flottant                      -un toboggan                      -un plot</p> <p>-au ras de l'eau                      -au dessus de l'eau</p> <p>-avec ou sans élan</p>	<p>--avec ou sans élan</p> <p>-faire le plus grand nombre d'entrées en une minute</p> <p><u>Remontée :</u>                      -rapide                      -très lente</p>	<p><u>Adulte:</u>                      -qui réceptionne</p> <p><u>Matériel pour entrer ou pour se récupérer :</u>                      -toboggan                      -plan incliné,                      -perche                      -cage                      -tapis flottant                      -maxi planche                      -ligne d'eau                      -frite ...</p> <p><u>Matériel pour aider à se décentrer :</u>                      -planche                      -ballon ...</p> <p><i>NB : le matériel peut-être proposé au départ ou à l'arrivée</i></p> <p><u>Matériel pour diriger son entrée :</u> -cerceau pour sauter dedans ou pour plonger                      -frite pour sauter au-delà</p> <p><u>Sans matériel</u></p>	<p>-seul                      -à 2 ...                      -imiter                      -en se tenant tout le temps                      -en se tenant à des moments différents                      -en se tenant par différentes prises</p>

## EQUILIBRE / FLOTTAISON

DÉBUTANTS	J'accepte de perdre mes appuis plantaires <ul style="list-style-type: none"><li>▪ en me tenant au mur</li><li>▪ avec 2 frites</li><li>▪ avec une planche sous chaque main ...</li></ul>	Pataugeoire – petit bain – grand bain
	Je m'allonge sur le dos / sur le ventre dans l'espace à bulles	
	Avec 2 frites, je fais une étoile de mer dorsale / ventrale	
	Avec 1 planche, je fais une étoile de mer dorsale / ventrale	
	A 2, avec un copain qui me tient la main	
APPRENTIS	Avec du matériel, je combine les 2 étoiles de mer	Petit et grand bain
	Sans matériel, je fais une étoile de mer dorsale / ventrale	
	Sans matériel, je me laisse flotter de plus en plus longtemps (5 secondes)	
	Je me laisse déséquilibrer dans l'eau <ul style="list-style-type: none"><li>▪ comme une quille en avant</li><li>▪ en arrière</li><li>▪ de côté</li></ul>	
	Je fais l'escargot, la boule	
CONFIRMÉS	Je réalise les étoiles de mer en insistant sur le gainage	Grand bain
	Je me laisse flotter de plus en plus longtemps (10 secondes)	
	Je combine les 2 équilibres sans matériel	

## Trame de variance pour l'équilibre et la flottaison

### Objectifs :

### ***S'allonger avec une aide***

⇒ ***Combiner 2 équilibres (ventral/dorsal) – Se laisser flotter 5 secondes***

***⇒ s'allonger sur le ventre et sur le dos le plus longtemps possible – Se maintenir sur place de 5 à 10''***

CORPS	ESPACE	TEMPS	MATERIEL	LES AUTRES
<p><u>Positions du corps :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-vertical</li> <li>-oblique</li> <li>-horizontal</li> <li>-en ventral, en dorsal, en costal</li> <li>-en boule</li> <li>-corps tendu</li> <li>-en forme d'étoile</li> </ul> <p><u>Position de la tête :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-redressée</li> <li>-alignée avec l'axe du corps</li> <li>-à la surface / sous l'eau</li> </ul> <p><u>Orientation du regard</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-vers le fond /vers le plafond</li> <li>-vers l'avant / vers l'arrière</li> <li>-vers ses genoux....</li> <li>-yeux ouverts / fermés</li> </ul> <p><u>Corps :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-tonique / relâché</li> <li>-passer d'une position à une autre avec le moins d'effort possible</li> </ul> <p><u>Respiration :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-en apnée (blocage respiratoire)</li> <li>-en soufflant</li> </ul>	<p><u>Profondeur :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-dans le petit bain</li> <li>-dans le grand bain de la moyenne profondeur vers la grande profondeur</li> </ul> <p>-flottaison verticale / oblique / horizontale</p> <p>- en surface / au fond</p> <p><u>Après une chute :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-départ dans l'eau (se laisser tomber en avant)</li> <li>-départ du bord ou d'un tapis (rouler, glisser, tomber)</li> <li>-contre le mur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-longtemps (5, 7, 10 secondes)</li> <li>-plusieurs fois</li> <li>-lentement</li> <li>-rapidement</li> <li>-enchaînées (combinaison d'actions identiques ou différentes)</li> <li>-saccadées.....</li> </ul>	<p><u>Aménagement :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-bords</li> <li>-tapis flottant</li> <li>-ligne d'eau</li> <li>-maxi planche</li> <li>-perche verticale ou horizontale</li> <li>-cage ...</li> </ul> <p><u>Matériel individuel de flottaison :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-brassards</li> <li>-frite(s)</li> <li>-planche</li> <li>-ceinture</li> </ul> <p><u>Sans matériel :</u></p> <p><i>Remarque : le matériel flottant doit être rapidement abandonné pour que le sujet vive les sensations authentiques du "corps flottant"</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-seul</li> <li>-en doublette (« attelage » ...)</li> <li>-à plusieurs ("marguerite flottante" ...)</li> </ul> <p>-imiter l'autre dans son immobilité, dans la durée de flottaison</p>

## DEPLACEMENT / PROPULSION

DÉBUTANTS	Je me déplace debout les épaules immergées <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pour pousser un objet</li> <li>▪ en tenant la ligne d'eau</li> </ul>	Petit bain – grand bain
	Je me déplace debout pour traverser une zone, longer la ligne d'eau ... <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ en marchant de différentes manières</li> <li>▪ en sautant de différentes manières (pieds joints, en avant, en effectuant des ½ tour, le plus haut possible, le plus loin possible ...)</li> <li>▪ en utilisant les bras et les mains pour accélérer et améliorer le déplacement (faire des essais poings fermés, doigts écartés, tranchant de la main, mouvements alternatifs, mouvements simultanés ..)</li> </ul>	
	Je me déplace debout dans le bassin en farandole, en ronde, en petit train, en spirale ...	
	Je cherche des solutions pour me déplacer <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ avec 2 matériels identiques</li> <li>▪ avec 2 matériels différents</li> </ul>	
	Je me déplace en tapant des pieds <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ avec 2 frites</li> <li>▪ avec 2 planches</li> <li>▪ avec 1 frite</li> <li>▪ pour pousser un tapis, pour traverser le bassin ...</li> </ul>	
APPRENTIS	Je me déplace sur le ventre, sur le dos en tapant des pieds <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ avec 1 planche</li> <li>▪ avec une frite</li> </ul>	Petit bain – grand bain
	J'essaie de me déplacer sans matériel	
CONFIRMÉS	Je me déplace, sur le ventre, sur le dos en battement sans matériel	Grand bain
	Je me déplace en associant bras et jambes (synchronisation)	
	Je me déplace avec un pull boy en utilisant seulement les bras <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Coordonner la respiration</li> </ul>	

## Trame de variance pour le déplacement et la propulsion

### **Objectifs :**

***Se déplacer debout – Se déplacer de quelques mètres par l'action des bras ou des jambes***

***⇒ Se déplacer sur une quinzaine de mètres***

***⇒ Se déplacer sur une trentaine de mètres***

<b>CORPS</b>	<b>ESPACE</b>	<b>TEMPS</b>	<b>MATERIEL</b>	<b>LES AUTRES</b>
<p><u>Positions du corps :</u> -vertical -horizontal : en ventral, en dorsal, en costal -assis -en boule</p> <p><u>Position de la tête :</u> -hors de l'eau -dans l'eau</p> <p><u>Respiration *:</u> -en apnée (blocage respiratoire) -en soufflant</p> <p><u>Segments propulseurs:</u> -sans action -en se tirant / en se laissant tirer -en se poussant / en se laissant pousser -avec les bras / les jambes -en simultané /en alternatif -tonicité des segments : mous / contractés / souples</p> <p><u>Intensité des actions :</u> -fort / doux</p> <p><u>Combinaisons de propulsions différentes (nages panachées)</u></p>	<p><u>Profondeur :</u> -dans le petit bain -dans le grand bain de la moyenne profondeur vers la grande profondeur</p> <p>-sur l'eau / sous l'eau</p> <p><u>Sens de déplacement :</u> -plan horizontal / vertical / oblique -dans tous les sens : vers le fond, vers la surface, vers les pieds, vers la tête</p> <p>-distance parcourue</p> <p><u>Trajets parcourus par le corps:</u> -aucun (sur place) -rectilignes / sinueux / en rotation</p>	<p><u>Vitesses différentes:</u> -lent / vite -accélérer / ralentir</p> <p>-trouver un rythme, -conserver un rythme</p> <p>-plusieurs fois</p> <p>-plus longtemps</p>	<p><u>Aménagement du milieu</u> pour favoriser l'abandon des appuis solides (parcours avec des "espaces" de plus en plus grands)</p> <p><u>Supports rigides :</u> -bord, échelle -perches -cage</p> <p><u>Supports souples :</u> -cordes -lignes d'eau -tapis, tunnel flottants -cerceau</p> <p><u>Accessoires :</u> -planche (tenue à une main, à 2 mains, en prise différente – assis / couché dessus, entre les jambes) -frites (nombre - sous le ventre, sous les aisselles, à cheval) -ceinture (nombre de flotteurs) -objets flottants : ballon, pullbuoy... -plaquettes de natation (pour augmenter les sensations au niveau des mains) -palmes</p> <p><u>Sans matériel</u></p>	<p>-seul -à 2 -en groupe : sans ou avec des points de contact, en relai (coopérer) , en défi (s'opposer) ...</p> <p>-montrer à l'autre</p> <p>-faire comme l'autre</p> <p>-se déplacer avec l'autre :</p>

## IMMERSION

DÉBUTANTS	J'accepte <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ de mouiller mon visage avec mes mains</li> <li>▪ d'être arrosé</li> </ul>	Petit bain
	Je m'immerge progressivement	
	Je laisse couler l'eau de la douche sur mon visage	
	Je m'assois dans l'eau <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ sur les marches, de plus en plus profond</li> <li>▪ de manière à avoir les épaules immergées</li> </ul>	
	Je cache : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ma bouche dans l'eau</li> <li>▪ mon visage dans l'eau (bouche +nez)</li> <li>▪ ma tête sous l'eau</li> </ul>	
	J'essaie de pousser une planche avec : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mon menton</li> <li>▪ mon nez</li> <li>▪ mon front</li> <li>▪ le dessus de ma tête</li> </ul>	
	Je touche le fond du bassin avec une partie de mon corps (avec mon genou, avec mes mains ..)	
	Je ramasse un objet posé sur les marches ou dans la zone à bulles	
	J'essaie de soulever avec ma tête une planche posée sur l'eau	
	Avec l'aide de matériel (frites, planche), je mets la tête sous l'eau	
	Je passe sous un pont (frite, bras, perche, ligne d'eau) <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ en farandole ou petit train</li> <li>▪ seul</li> <li>▪ en ouvrant les yeux</li> </ul>	
	A l'aide de l'adulte ou du matériel (perche) , je vais chercher un objet posé au fond de l'eau	
	Je passe dans un cerceau tenu <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ au-dessus du niveau de l'eau</li> <li>▪ à ras de l'eau</li> </ul>	
	J'ouvre les yeux dans l'eau	
	J'écoute, je chante, je crie sous l'eau	
APPRENTIS	J'ouvre les yeux dans l'eau <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ indiquer la couleur d'un objet (anneau)</li> <li>▪ chercher un objet d'une couleur donnée</li> <li>▪ indiquer le nombre de doigts que montre le camarade dans l'eau (très près du visage)</li> <li>▪ se serrer la main sous l'eau</li> </ul>	Petit bain et grand bain
	Je vais chercher un objet au fond de l'eau	
	Je passe dans un cerceau tenu verticalement	
	Je passe dans 2 cerceaux	
CONFIRMÉS	Je descends du toboggan sur le ventre et me déplace sous l'eau (cerceau)	Grand bain
	Je descends du toboggan sur le ventre et me déplace sous l'eau pour <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ récupérer un objet / plusieurs objets immergé(s)</li> <li>▪ passer dans un cerceau / plusieurs cerceaux immergé(s)</li> </ul>	
	Je descends du toboggan sur le dos puis me retourne sous l'eau pour <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ récupérer un objet / plusieurs objets immergé(s)</li> <li>▪ passer dans un cerceau / plusieurs cerceaux immergé(s)</li> </ul>	
	Je saute et me déplace sous l'eau pour <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ récupérer un objet / plusieurs objets immergé(s)</li> <li>▪ passer dans un cerceau / plusieurs cerceaux immergé(s)</li> </ul>	

**Objectifs :**

***Accepter d'être arrosé***

***⇒ Passer sous une ligne d'eau / Mettre la tête dans l'eau, ouvrir les yeux et ramasser un objet immergé***

***⇒ Passer dans un cerceau immergé / récupérer un objet immergé en s'immergeant avec aide***

<b><u>CORPS</u></b>	<b><u>ESPACE</u></b>	<b><u>TEMPS</u></b>	<b><u>MATERIEL</u></b>	<b><u>LES AUTRES</u></b>
<p><u>Placement de la tête:</u> -en flexion / extension / dans l'axe du corps</p> <p><u>Position du corps :</u> -vertical / oblique / horizontal</p> <p><u>Orientation du regard</u> -vers le fond / vers le plafond / vers l'avant / vers l'arrière / vers ses genoux -yeux ouverts / yeux fermés</p> <p><u>Contact des différentes parties du corps avec le fond :</u> -les pieds / les genoux / les fesses / les mains / le ventre / le dos....</p> <p>-corps passif, corps actif</p> <p>Respiration : -en apnée (blocage respiratoire) -en soufflant avec le nez, la bouche, avec les 2, avec une paille, un tuyau, un tuba, en poussant une balle de ping-pong</p>	<p><u>Espace :</u> -horizontal (traction sur une ligne ..) ou vertical (descente à l'aide d'une perche)</p> <p><u>Profondeur :</u> -dans le petit bain -dans le grand bain de la moyenne profondeur vers la grande profondeur</p> <p>-en surface/ sous l'eau / de plus en plus profond</p> <p>-sur place / en déplacement</p> <p>-trajet direct / sinueux</p> <p>-changement de niveau, de direction</p> <p>-augmentation de la distance parcourue</p>	<p><u>Durée :</u> -brève -longue -de plus en plus longue -alternée -successives (plusieurs fois)</p> <p><u>Vitesse :</u> -de descente, de remontée</p>	<p><u>Aménagement du milieu :</u> -perches horizontales, obliques, verticales -cage -tunnel ...</p> <p><u>Ou depuis :</u> -les marches -l'échelle -un toboggan</p> <p><u>Ou :</u> -sous une frite, une ligne, une planche, un tapis -avec une perche -le long d'une corde -le long d'un camarade</p> <p><u>Pour :</u> -toucher des fanions, placer des pinces à linge sur un fil ... -traverser des cerceaux lestés, des rochers -remonter, déposer, déplacer des objets lestés</p> <p>-masque, lunettes pour accepter de voir sous l'eau</p>	<p>-seul -à 2, à 3 -en groupe</p> <p>-en même temps -l'un après l'autre -avant -en ronde</p> <p>-faire comme l'autre</p> <p>-utiliser l'autre comme matériel, comme aide</p> <p>-inventer un parcours sous - marin avec l'autre, à plusieurs -</p>

## RESPIRATION

DEBUTANTS	Je pose le visage sur l'eau bouche grand ouverte	Petit bain
	Souffler sur l'eau au creux de sa main	
	Je fais des bulles avec une paille / un tube	
	En dehors de l'eau, <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ souffler par la bouche (comme pour refroidir une soupe chaude)</li> <li>▪ souffler par le nez (comme si je me mouchais)</li> <li>▪ souffler par la gorge (comme pour faire de la buée sur une vitre)</li> </ul>	
	Idem mais en marchant	
	Souffler pour déplacer un objet flottant (balle de ping-pong)	
	Je crie, je chante sous l'eau	
APPRENTIS	J'inspire à l'extérieur de l'eau et je souffle dans l'eau par la bouche	Petit bain – grand bain
	J'inspire à l'extérieur de l'eau et je souffle dans l'eau de plus en plus longtemps ( contrôle de l'expiration)	
	En se déplaçant, souffler dans l'eau (inspiration rapide, expiration lente)	
	Un élève A descend le long des jambes de B jusqu'au sol en soufflant. B vérifie si A fait bouillonner l'eau.	
CONFIRMÉS	En soufflant dans l'eau, passer sous le ponceau	Grand bain
	Je nage sur le ventre en associant la respiration aquatique	

## Trame de variance pour la respiration

### Objectifs :

**Faire des bulles dans l'eau**

⇒ Souffler et rester assis au fond du petit bain

⇒ Inspirer puis souffler fois de suite en se déplaçant

<u>CORPS</u>	<u>ESPACE</u>	<u>TEMPS</u>	<u>MATERIEL</u>	<u>LES AUTRES</u>
<p><u>Partie du corps :</u> -par la bouche -par le nez</p> <p><u>Jouer avec le débit respiratoire</u> -souffler fort/ lentement</p> <p>-donner de la voix sous l'eau</p> <p><u>Positions différentes du corps :</u> -vertical -horizontal : en ventral, en dorsal, en costal -assis -en boule</p> <p><u>Positions différentes de la tête :</u> -inspirer d'un côté, de l'autre .</p> <p><u>*Associer la respiration à des actions de déplacement</u></p>	<p><u>Profondeur :</u> -dans le petit bain -dans le grand bain de la moyenne profondeur vers la grande profondeur</p> <p>-au fond / en surface</p> <p>-sur place / en déplacement</p> <p><u>Espace :</u> -souffler dans un espace vertical (en descente) -souffler dans un espace horizontal (en glissée) -souffler horizontalement</p>	<p>-plusieurs fois -plus longtemps -plus vite / plus lentement -conserver un rythme respiratoire</p> <p>-expiration continue /discontinue</p>	<p>-balles ou objets flottants que l'on pousse avec son souffle -tuyaux, tubas -cerceaux flottants en individuel ou en série</p>	<p>-seul -à 2 -ensemble / en alternance</p> <p>-à plusieurs -tous ensemble</p>

## Annexe 1 : Exemples de situations de jeux pour chaque composante

### ENTRÉES DANS L'EAU

DÉBUTANTS	<p><b>LE RELAI DU CANRD PECHEUR</b> : Matérialiser la zone de réception avec des objets flottants. Entrer dans l'eau et récupérer les objets flottants un par un. Remonter les objets sur le bord.  <b>Variantes</b> : <i>sous forme de relai / possibilité de ramener un ou plusieurs objets / varier les entrées</i></p>
	<p><b>A L'ABORDAGE</b> : Chacun leur tour, les élèves glissent sur le toboggan et vont s'accrocher sur un tapis tenu par un adulte à 1 mètre du bord.  <b>Variante</b> : <i>imposer les modes d'entrée par le toboggan (cf Gliss à l'eau)</i></p>
	<p><b>J'APPELLE</b> : J'entre dans l'eau comme je veux et j'appelle un copain.  <b>Variantes</b> : <i>une entrée différente des précédentes / une entrée identique à celle de l'élève qui m'appelle / remplacer le nom par un numéro</i></p>
	<p><b>L'ENTREE RAPIDE</b> : forme du bérêt  <b>Variante</b> : <i>imposer la position de départ des élèves</i></p>
	<p><b>Objectif minimal</b> : ① Rentrer seul dans l'eau par les marches ou par l'échelle            ② Dans le grand bain, sauter du bord avec une aide</p>
APPRENTIS	<p><b>LE SAUT DE L'ANGE</b> : Sauter de plus en plus loin  <b>Variantes</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sur les pieds / Sur les genoux / Sur les fesses</li> <li>- En maintenant une planche ou une frite sous chaque bras</li> <li>- Sauter sur un flotteur / sauter dans un cerceau / sauter au-delà d'une frite</li> <li>- Equipé de brassards / d'une ceinture (avec peu de flotteurs)</li> <li>- Sans équipement</li> </ul>
	<p><b>GLISSE A L'EAU</b> : Se laisser glisser du toboggan  <b>Variantes</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en position assise à plat ventre / à plat dos</li> <li>- Par les pieds / par la tête</li> <li>- En maintenant une frite ou une planche / Equipé de brassards / d'une ceinture</li> <li>- Sans équipement</li> </ul>
	<p><b>A LA BAILLE</b> : sur le ponceau, se déplacer à 4 pattes  <b>Variantes</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrer dans l'eau par les pieds / par les bras</li> <li>- En maintenant 2 frites / 1 frite</li> <li>- Equipé de brassards</li> <li>- Sans équipement</li> </ul>
	<p><b>Objectif minimal</b> : Sauter sans aide en moyenne profondeur</p>
CONFIRMÉS	<p><b>LE BEAU SAUT</b> : sauter en exécutant une figure  <b>Variantes</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bras écartés / jambes écartées / les 2 simultanément</li> <li>- Réception pieds / genoux / fesses</li> <li>- Vrille vers la droite / vers la gauche / bombe ...</li> <li>- Regrouper bras et jambes mais réception debout</li> </ul>
	<p><b>LE PLONGEON</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrer dans l'eau par les mains en rentrant la tête, les genoux posés sur une planche au bord du bassin</li> <li>• Accroupi en rentrant la tête</li> </ul> <p><b>Variantes</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Une planche dans chaque main pour prendre appui et se laisser glisser vers l'avant</li> <li>- une frite dans chaque main / une frite à 2 mains</li> <li>- Un flotteur de ceinture dans chaque main / un flotteur</li> <li>- Sans matériel</li> <li>• Départ debout – entrer les mains dans un cerceau positionné près du bord.</li> </ul> <p><b>Variantes</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eloigner progressivement le cerceau du bord</li> </ul>
	<p><b>LE CONCOURS DE PLONGEON</b> : chaque nageur plonge en cherchant à parcourir la plus grande distance possible sur la glissée (aucun mouvement de propulsion). Des repères en distance (plots) permettent d'évaluer la performance.  <b>Variantes</b> : <i>en équipe</i></p>
	<p><b>Objectif minimal</b> : Sauter en grande profondeur</p>

# IMMERSION/RESPIRATION

DÉBUTANTS

**MOUILLE MUSEAU** : A la douche prendre de l'eau dans ses mains puis se mouiller

**Variantes** : : le ventre / la nuque / les cheveux / le visage.

**L'ARROSEUR ARROSÉ** : Sur le bord du bassin s'arroser à l'aide d'un seau d'un arrosoir

**Variantes** : :

- le ventre / la nuque / les cheveux / le visage
- idem dans l'eau les pieds au fond ou en tenant le bord se mouiller à l'aide des mains, d'un seau, d'un arrosoir
- idem mais en arrosant un camarade

**GLOUGLOU** : Sur le bord du bassin faire des bulles dans un petit seau, par la bouche avec un tuyau.

**Variantes** :

- faire de petites puis de grosses bulles
- matériel : un tuyau, un tuba,
- en immergeant la bouche

**PLOUF-PLOUF** : Dans l'eau les pieds au fond, en tenant le bord ou la cage mettre sous l'eau à tour de rôle différentes parties du visage :

**Variantes** :

- le menton, l'oreille droite puis la gauche
- l'œil droit puis le gauche / fermé puis ouvert
- le nez en le pinçant puis sans le pincer
- la bouche fermée puis ouverte
- multiplier les combinaisons.

**MIRE L'EAU** : Immerger la face en :

**Variantes** :

- fermant les yeux et se pinçant le nez
- en fermant les yeux sans se pincer le nez
- en ouvrant les yeux ...

**LES RELAYEURS ARROSES** : 2 équipes évoluent sous forme de relai et doivent aller toucher le bord opposé du bassin/ Quelques arroseurs qui doivent gêner la progression des relayeurs.

**JOUR DE TEMPETE** : Sur l'eau poser une petite balle, un flotteur de ceinture souffler dessus pour le déplacer.

**Variantes** :

- proposer un parcours
- proposer une course / un relais ...

**LE CHANT DE LA SIRENE** : La bouche sous l'eau je chante

**Objectif minimal**: I : ① Accepter d'être arrosé - ② Mettre la tête dans l'eau.

R : ① Faire des bulles dans l'eau – ② Inspirer souffler 5 fois de suite

**C'EST BEAU DANS L'EAU** : Dans l'eau se tenir au bord, à une perche, à la cage s'immerger la face. **Variantes** :

- Prolonger progressivement le temps d'immersion
- Sous l'eau ouvrir les yeux puis les refermer / les ouvrir le plus longtemps possible

**TOUCHER COULER** : Définir une zone d'évolution : le chasseur touche un camarade qui doit s'immerger la face. Le chassé devient lui-même le chasseur.

**LE JEU DU CERCEAU** : Déposer les cerceaux en surface. Au signal passer dans un cerceau en s'immergeant la face. 3 enfants maximum par cerceau. Diminuer le nombre de cerceaux.

Les enfants n'ayant pas trouvés de refuge sont affectés à une autre tâche (ex : coin à bulles, par le nez, la bouche, tuyau, tuba, etc)

**CACHE-CACHE A L'EAU** : 3 enfants par cerceau. Au signal du chasseur, les enfants doivent changer de cerceau en passant par-dessous. Les enfants attrapés sont affectés à une autre tâche (ex : lancer de l'eau à l'aide du seau sur les joueurs et joueuses encore en jeu)

**1, 2, 3 SOUS L'EAU** : Les pieds au fond, accroché au bord, à la cage ou au ponceau,

au signal les enfants s'immergent la face, les premiers sorties sont affectés à une autre tâche (ex : ils participent au décomptage).

**LE FILET DU PECHEUR** : Au signal, passer sous les bras immergés des enfants sans se faire prendre à l'intérieur ni se faire bloquer quand le filet se referme.

**Variantes** : - Varier le type de signal

- Position des bras : juste au dessus de l'eau, ras de l'eau, juste sous la surface

**LE COUPEUR DE TETE** : Par 4 : le coupeur de tête est placé au centre d'un cercle et tourne sur lui-même avec une frite tendue à bout de bras. Les enfants situés autour de lui doivent s'immerger à chaque passage de la frite.

**LES VOLEURS DE COQUILLAGES** : Par équipe. Au signal, aller chercher un coquillage dans le camp adverse et le transporter jusqu'à son camp.

**Variables** : - Profondeur de l'objet immergé

- Distance entre 2 camps
- Matériel flottant pour se déplacer

**Objectif minimal**: I : Passer sous une ligne d'eau / Mettre la tête dans l'eau, ouvrir les yeux et récupérer un objet

R : Souffler et rester assis au fond du petit bain

APPRENTIS

Accroché au bord, à la cage, à une perche, les mains au niveau de la surface, descendre verticalement jusqu'à avoir les bras tendus.

**Variantes :**

- Répéter la situation par série de 2, 4, 6, 8 immersions, sans souffler sous l'eau
- Idem mais en soufflant

**LES REQUINS (épervier) :** Les poissons doivent traverser la zone centrale sans être pris par le requin. Dès lors que les poissons s'immergent, le requin doit chercher un autre poisson.

**Variantes :**

- Augmenter la largeur du couloir central
- Augmenter le nombre de requins

**LA CHASSE D'EAU :** Dans une zone où l'enfant à pied immerger un grand nombre d'objet, les remonter 1 par 1

**Variantes :**

- Les remonter par 2, 3, 4
- Idem mais tous à la fois.
- Reproduire le même schéma en moyenne et grande profondeur à l'aide de la cage, d'une perche, de l'échelle.

**LE SCAPHANDRE :** Dans le grand bain (2 mètres) descendre verticalement à l'aide de la cage jusqu'à toucher le fond avec ses pieds

**Variantes :**

- Avec ses genoux
- S'asseoir
- S'asseoir au fond et faire des bulles

**LE SOUS MARIN :** En petite, moyenne puis grande profondeur, les enfants font la boule (tête immergée entre les genoux les bras enserrent les jambes)

**Variantes :**

- dans un premier temps bloquer la respiration pour se laisser flotter
- au signal de l'enseignant faire des bulles le plus longtemps possible, laisser le corps descendre le plus profondément possible.

**LE PASSE POISSON :** En petite profondeur un enfant s'allonge sur le ventre tête immergée les bras le long du corps (le poisson), un second (le passeur) le saisit par la tête et le fait passer entre ses jambes, l'enfant allongé ne participe pas à l'action.

**Variante :**

- Mettre en situation un deuxième puis un troisième passeur.

**LE POUSSE BALLON :** Les enfants sont regroupés par 3, un enfant se met en boule (comme pour le sous marin), les deux autres se font des passes en le poussant l'un vers l'autre.

**Variantes :**

- Exécuter le plus grands nombre de passes, la plus longue passe.
- A deux, pousser le ballon le plus loin possible.

**LE PECHEURS DE COLLIERS :** Des anneaux sont enfilés sur une perche tenue verticalement par un adulte. Les anneaux reposent au fond de l'eau. Au signal, le premier joueur d'une équipe saute à l'eau et récupère un anneau qu'il doit remonter à la surface. Il sort de l'eau et passe le relai au second ...

**Variante :**

- Imposer la position de départ
- Augmenter la profondeur des anneaux

**LE RELAI DES SOUS-MARIN :** se déplacer d'un point à un autre en s'immergeant à l'endroit des cerceaux

**Variantes :**

- Profondeur des cerceaux
- Nombre de cerceaux
- Mode de déplacement
- Remplacer les cerceaux par des élèves pour passer entre les jambes

**LE DEMENAGEUR EN IMMERSION :** pousser, transporter du matériel immergé d'un point à un autre et le plus rapidement possible. . Ne pas « émerger » avec l'objet.

**Objectif minimal: I : Passer dans un cerceau immergé / Récupérer un objet immergé en s'immergeant avec aide**

**R : Souffler et rester assis au fond du petit bain**

# ÉQUILIBRE/DEPLACEMENT

DÉBUTANTS

**LA PÊCHE MIRACULEUSE** : Marcher dans le petit bain l'aide du bord

**Variantes :**

- courir
- sauter / sauter à pieds joints / sauter à cloche-pied
- vers l'avant / vers l'arrière
- avec l'aide de planches, de frites
- Jeu : ramener, sur une planche, le plus d'objets flottants dispersés dans la zone de pêche.

**LE PEDALO** : Accroché au bord par les mains bras écartés et dos au bassin, la tête repose sur le bord ou la goulotte, faire du pédalo afin de sortir les genoux

**Variantes :**

- Sortir les pieds de l'eau
- Eclabousser le plus possible
- Idem mais avec une planche sous chaque bras, les oreilles hors de l'eau puis sous l'eau.

**MOUSSE A L'EAU** : Face au bassin accroché au bord par les mains, les avant bras sont sous l'eau contre la paroi verticale, pousser sur les coudes afin que les jambes remontent, taper des pieds, faire le plus de mousse possible.

**L'ÉTOILE FILANTE** : Une planche sous chaque bras, les écarter légèrement vers l'arrière en prenant appui sur les planches, laisser remonter les jambes en gardant le menton sous l'eau, pour se déplacer taper des pieds.

**Variantes / matériel :**

- Idem avec des frites, des brassards, un flotteur de ceinture dans chaque main.

**FAIS DOS D'EAU** : Une planche sous chaque bras, basculer la tête vers l'arrière prendre appui sur les planches en les glissant vers l'avant, laisser les jambes remonter, mettre les oreilles sous l'eau fermer les yeux.

**Variantes :**

- Idem avec des frites, des brassards, un flotteur de ceinture dans chaque main.
- Un camarade peut maintenir la tête en passant les mains dessous (il fait l'oreiller)

**LE PETIT TRAIN** : Au signal, la locomotive se décroche et devient dernier wagon.

**Variantes :**

- Marcher, courir
- En avant / en arrière
- la locomotive utilise les bras et les mains pour aller vite

**L'HORLOGE** : Au signal l'équipe disposée en cercle essaie de faire un maximum de passes. Chaque joueur de l'autre équipe contourne le cercle en marchant le plus rapidement possible en file indienne.

**Variantes :**

- Varier le mode de déplacement
- Augmenter la taille du cercle pour allonger la distance de déplacement

**RONDES** : répertoire de la classe

**LE SERPENT** : Formation petit train. La tête du serpent essaie d'attraper sa queue

**Variante :**

- La tête du serpent essaie d'attraper la queue d'un autre serpent

**LES PAQUETS** : Les enfants se déplacent librement dans l'espace. Au signal, on se groupe par 2, par 3, de différentes manières.

**Variantes :**

- Faire varier les modes de déplacement
- Petite / moyenne et grande profondeur
- Proposer du matériel de flottaison différent

**LE RELAIS-LOCOMOTIVE** : maxi 5 élèves par « relais-locomotive »

- Le n° 1 court jusqu'au mur, revient à reculons.
- Le n° 2 s'accroche au n° 1 : ils courent jusqu'au mur, reculent...

**LE POISSON GEANT** : se déplacer à 2 en étant relié par une frite ou une planche comme un poisson géant. L'enfant qui constitue la tête du poisson se propulse avec les bras et celui qui constitue la queue se propulse avec les jambes.

**Variantes :** - Jouer le jeu sous forme de relai

- Se déplacer sur un parcours précis
- Position ventrale puis dorsale
- Par 3 : celui du milieu se laissant glisser

**AUTRES JEUX :**

- Jeu en relai : traverser le plus vite possible
- Jeu à attraper : épervier / pêcheurs, brochets, écrevisses / ...
- Jeu à ramener : déménageur / les balles brûlantes / vider la caisse

**Variantes :** - Diminuer ou agrandir les espaces de jeu, les zones

- Diminuer ou augmenter le nombre de joueurs
- Diminuer ou augmenter le nombre de matériel
- Allonger ou raccourcit la durée

**Objectif minimal :**

E : ① S'allonger avec une aide - ② S'allonger sur le ventre et sur le dos sans matériel

D : ① Se déplacer debout – Se déplacer de quelques mètres par l'action des bras ou des jambes - ② Se déplacer de 5 à 10 mètres en limitant progressivement le matériel.

APPRENTIS	<p><b>LA BALANCOIRE AQUATIQUE</b> : Une planche sous chaque bras, passer de la position dorsale à la position ventrale en pliant les jambes et en ramenant la tête vers les genoux</p> <p><b>Variantes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Idem de la position ventrale à dorsale</i></li> <li>- <i>Idem mais avec un matériel différent : frites puis brassards.</i></li> </ul>
	<p><b>LE BATEAU A MOTEUR</b> : Une planche dans chaque main, une ceinture avec 3 flotteurs sur le dos, se déplacer sur le ventre en battement.</p> <p><b>Variantes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diminuer le nombre de flotteurs</li> <li>- Organiser un parcours / un relais/ une course</li> <li>- Maintenir dans chaque main, une frite, un flotteur de ceinture</li> <li>- Idem sur le dos avec les flotteurs de la ceinture positionnés sur le ventre / oreilles sous l'eau.</li> </ul>
	<p><b>LE TIRE-FRITE</b> : 2 élèves sont positionnés face à face de part et d'autre d'une frite. Chaque élève tient la frite avec les mains et doit par des mouvements de pieds faire lâcher prise à son partenaire</p> <p><b>Variantes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Idem mais en tenant la frite par les pieds</li> </ul>
	<p><b>LE PETIT CHIEN</b> : Une frite sous les bras, une ceinture avec 3 flotteurs, se déplacer à l'aide des jambes mais aussi des bras en exécutant des petits moulinets et en gardant les mains sous l'eau (faire le petit chien).</p> <p><b>Variantes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organiser un parcours / un relais/ une course</li> <li>- Pousser un ballon</li> <li>- Faire le petit chien à l'aide d'une seule frite placée sous les bras (petits moulinets avec battements jambes)</li> <li>- Idem à l'aide de la seule ceinture avec 3, 2 puis 1 flotteur</li> <li>- Augmenter progressivement les distances 1, 2, 3, 4, mètres</li> <li>- Idem sur le dos avec les flotteurs de la ceinture positionnés sur le ventre / oreilles sous l'eau.</li> </ul>
	<p><b>LE CARGO</b> : Par 2. Chaque binôme dispose d'un tapis et d'objets qu'il pourra disposer sur son tapis en guise de cargaison. Cette cargaison devra traverser le bassin sans que les objets ne tombent à l'eau.</p> <p><b>Variantes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Allonger le parcours</i></li> <li>- <i>Imposer la position du nageur (ventrale ou dorsale)</i></li> <li>- <i>Varier la profondeur</i></li> <li>- <i>Course</i></li> </ul>
	<p><b>AUTRES JEUX :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeu en relais : traverser le plus vite possible</li> <li>• Jeu à attraper : épervier / pêcheurs, brochets, écrevisses / ...</li> <li>• Jeu à ramener : déménagement / les balles brûlantes / vider la caisse / béret</li> </ul> <p><b>Variantes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Diminuer ou agrandir les espaces de jeu, les zones</i></li> <li>- <i>Diminuer ou augmenter le nombre de joueurs</i></li> <li>- <i>Diminuer ou augmenter le nombre de matériel</i></li> <li>- <i>Allonger ou raccourcir la durée</i></li> </ul>
	<p><b>Objectif minimal : E : Combiner un équilibre ventral et dorsal – Se laisser flotter 5 secondes</b>  <b>D : Se déplacer sur une quinzaine de mètres</b></p>
CONFIRMÉS	<p><b>L'ÉTOILE DE MER</b> : Dans le petit bain une planche dans chaque main les bras sont écartés, immerger la tête puis en prenant appui sur les planches laisser remonter les jambes en surface. Sur le dos descendre les épaules sous l'eau basculer la tête vers l'arrière déplacer les planches vers l'avant laisser les jambes remonter. Procéder de la même manière avec des frites, des flotteurs de ceinture puis en fin avec l'aide d'un camarade qui tient les mains (position ventrale), la tête (position dorsale).</p>
	<p><b>LA PLANCHE</b> : 2 par 2 un élève s'allonge tête sous l'eau, le second le déplace en le tirant par les mains puis par les pieds. L'élève allongé redresse la tête pour inspirer puis s'immerge pour souffler</p>
	<p><b>LE BARBEAU</b> : A l'aide d'une ceinture avec 3, 2, 1 puis sans flotteur faire des petits ronds les mains sous l'eau devant le menton (bras brasse), 3 petits ronds tête sous l'eau en soufflant 3 tête hors de l'eau pour rendre sa respiration, battements de jambes. Organiser un parcours, une course, varier les distance de déplacements.</p>
	<p><b>LE MOULIN A EAU</b> : A l'aide d'une ceinture avec 3, 2, 1 puis sans flotteur faire le moulin avec les bras (bras crawl), 3 tours de moulin tête sous l'eau 3 hors de l'eau, battements de jambes. Organiser un parcours, une course, varier les distance de déplacements.</p>
<p><b>Objectif minimal : E : S'allonger sur le ventre et sur le dos le plus longtemps possible – Se maintenir sur place de 5 à 10"</b>  <b>D : Se déplacer sur une trentaine de mètres</b></p>	





## Annexe 4

# ECHELLE DESCRIPTIVE SAVOIR NAGER POUR LA GRANDE SECTION

- Développer de nouveaux équilibres (se laisser flotter...)
- Découvrir des espaces inconnus ou caractérisés par leur incertitude (piscine, patinoire, parc, forêt...). Pour les enfants autour de quatre ans,
- L'enseignant ...attire l'attention des enfants sur leur propre sécurité et celle des autres, dans des situations pédagogiques dont le niveau de risque objectif est contrôlé par l'adulte.

	<b>Etape 1</b> Objectifs d'apprentissage non atteint	<b>Etape 2</b> Objectif d'apprentissage partiellement atteint	<b>Etape 3</b> Objectifs d'apprentissage atteint	<b>Etape 4</b> Objectifs d'apprentissage dépassés
<b>Développer de nouveaux équilibres</b> <b>Se déplacer avec aisance dans des environnements variés</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capable de s'immerger sans perte d'appuis.</li> <li>• Met la tête sous l'eau de manière volontaire</li> <li>• Entre dans l'eau par les marches, par le toboggan, en sautant</li> <li>• Faire des bulles</li> <li>• Se tracter par 2 pour perdre les appuis plantaires</li> <li>• Se déplacer sur quelques mètres avec matériel, avec les bras, avec les jambes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rechercher un objet de couleur</li> <li>• Glisser sur le dos, sur le ventre, entrer par la tête, sauter</li> <li>• Entrer dans l'eau et se laisser glisser le plus loin possible</li> <li>• Dissocier respiration nasale, buccale</li> <li>• Varier les différents déséquilibres, dans différents espace (petit, moyen, grand bain)</li> <li>• Se déplacer sur quelques mètres avec matériel, avec les bras, avec les jambes sur le dos, sur le ventre.</li> <li>• Enchaîner sur un petit parcours différentes actions</li> </ul>	<p>Se déplacer avec aisance :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dans le petit bain, sans matériel,</li> <li>• dans le grand bain avec ou sans matériel</li> </ul> <p>de façon économe et durable</p> <p>Réaliser le parcours une ou plusieurs fois En limitant les reprises d'appui</p> <p>(Entrée dans l'eau, immersion, équilibre/déséquilibre, déplacement ventral/dorsal, respiration)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Déplacements dans le grand bain sans matériel sur une courte distance (glisser ou sauter et se déplacer – chuter et se déplacer)</li> <li>• Test d'aisance aquatique</li> </ul>
<b>Agir en confiance et en sécurité</b>	<p>Ne pas quitter le groupe Ne pas rentrer dans l'eau sans autorisation de l'adulte Identifier l'adulte référent de son groupe</p>	<p>Respecter les autres, ne pas faire mal Aider ses camarades Passer aux toilettes, à la douche, au pédiluve Ne pas courir</p>	<p>Ne pas enlever son matériel sans autorisation S'équiper seul et faire vérifier par l'adulte Maîtriser les différents espaces de déplacement Avoir un comportement adapté au groupe et au lieu</p>	<p>Identifier les adultes et leur fonction</p>



## ECHELLE DESCRIPTIVE SAVOIR NAGER POUR LE CYCLE 2

	<b>Etape 1</b> Objectifs d'apprentissage non atteint	<b>Etape 2</b> Objectif d'apprentissage partiellement atteint	<b>Etape 3</b> Objectifs d'apprentissage atteint	<b>Etape 4</b> Objectifs d'apprentissage dépassés
<b>Se déplacer une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion</b>	<b>Enter dans l'eau, en sautant, en glissant et se déplacer sur quelques mètres</b>	<b>Avec aide(s) à la flottaison et en longeant le bord de la piscine pour prendre appui au maximum une fois</b>  se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion.	<b>Avec une aide limitée à la flottaison</b>  Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans reprise d'appui et après un temps d'immersion.	<b>Sans aide à la flottaison</b>  Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis après un temps d'immersion.
<b>Test d'aisance aquatique</b>	<p>Actions réalisées de manière isolées (avec ou sans aide à la flottaison- en petite ou en moyenne ou en grande profondeur))</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrée dans l'eau</li> <li>• Equilibration</li> <li>• Déplacement</li> <li>• Brève immersion</li> </ul>	<p>Réalisation séquencée du test</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saute et s'équilibre</li> <li>• Se déplace sur quelques mètres et passe sous une ligne d'eau ou un objet flottant</li> </ul>	<p><b>Enchaîner :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Effectuer un saut dans l'eau ;</li> <li>• réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 s ;</li> <li>• réaliser une sustentation verticale pendant 5 s ;</li> <li>• nager sur le ventre pendant 20 m ;</li> <li>• franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.</li> </ul> <p>Avec ou sans brassière de sécurité</p>	<b>Attestation scolaire de Savoir Nager</b>
<b>Respecter les règles de sécurité qui s'appliquent</b>	<p>Se déplace en marchant dans la piscine. Entre et sort de l'eau à la commande de l'adulte ; Passe à la douche et aux toilettes</p>	<p>Sait s'équiper, bonnet, ceinture, brassard... S'adresse à l'adulte pour aller aux toilettes</p>	<p>S'équipe ou se déséquipe en fonction de la profondeur du bassin et de la tâche</p>	<p>Sait adapter son équipement en fonction de la profondeur du bassin et de la tâche demandée</p>



## ECHELLE DESCRIPTIVE SAVOIR NAGER POUR LE CYCLE 3

	<b>Etape 1</b> Objectifs d'apprentissage non atteint	<b>Etape 2</b> Objectif d'apprentissage partiellement atteint	<b>Etape 3</b> Objectifs d'apprentissage atteint (savoir nager)	<b>Etape 4</b> Objectifs d'apprentissage dépassés
<b>Réaliser... un parcours dans un environnement inhabituel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nager « longtemps » avec ou sans équipement (1min30 à 3 min) avec le moins d'arrêts possible, le moins de reprise d'appuis possible.</li> <li>• Enchaîner deux actions au moins sans reprise d'appuis, en moyenne profondeur :               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Entrer dans l'eau, se déplacer sous l'eau brièvement et regagner le bord</li> <li>○ Passer d'un équilibre ventral à un équilibre dorsal</li> <li>○ Se déplacer, passer sous un obstacle, se déplacer.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nager « longtemps » 2 à 5 min en continu ou avec le moins d'arrêt possible</li> <li>• Enchaîner, sans reprise d'appuis :               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sauter ou plonger en grande profondeur, se déplacer sur quelques mètres, s'immerger pour passer dans un cerceau, se déplacer sur quelques mètres.</li> <li>○ Se déplacer sur le ventre, s'équilibrer en position verticale 5 s, faire ½ tour regagner son point de départ sur le dos.</li> </ul> </li> <li>• Réaliser un parcours en continu avec des déplacements, des immersions, des équilibres variés (2 à 5 min)</li> <li>• Entrer dans l'eau en arrière, s'immerger, se déplacer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nager « longtemps », plus de 5 min en alternant les nages ventrales et dorsales</li> <li>• Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nager « longtemps » efficacement. Dans un temps donné, réaliser la plus grande distance possible en se déplaçant sur le ventre et sur le dos</li> <li>• Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin (et sans lunettes ) Depuis le bord de la piscine, plonger et se déplacer 4/5 m sous l'eau, revenir à la surface et se déplacer sur le ventre sur une dizaine de mètres, réaliser un surplace de 5 s au-dessus d'un objet immergé à environ 2 m, réaliser une immersion pour récupérer l'objet, à la surface le maintenir hors de l'eau, se déplacer sur le dos sur une dizaine de mètres en gardant l'objet hors de l'eau et le déposer sur le bord du bassin.</li> </ul>
<b>Valider l'attestation scolaire du savoir nager</b>	Test d'aisance aquatique	Réalisation de l'ASSN de manière séquentielle et/ou avec des aides partielles à la flottaison	Attestation scolaire de savoir nager	
<b>Connaître et respecter les règles de sécurité</b>	<p>Connaît les circuits entrée/vestiaire – vestiaire/douche – douche/bassin</p> <p>Respecte les consignes qui lui sont rappelées</p>	<p>Se déplace dans les vestiaires, les sanitaires sur les plages avec ses camarades, en marchant et sans bousculade.</p> <p>Respecte les règles d'hygiène (douche, WC, pédiluve)</p> <p>S'engage dans l'activité avec l'accord de l'adulte. Sait s'équiper.</p> <p>Respecte les consignes données en début de leçon ou de cycle.</p>	<p>S'équipe correctement en fonction de la tâche demandée, de l'espace d'évolution.</p> <p>Identifie les espaces autorisés et ceux interdits</p> <p>Reconnaît le signal d'évacuation et sort rapidement du bassin</p>	<p>Identifie les risques liés à chaque espace ou à chaque tâche.</p> <p>Agit avec raison sans se mettre en danger.</p> <p>S'exprime sur les risques rencontrés et les mesures à prendre pour ne pas se mettre en danger</p> <p>Identifie les différents types de signaux, sait comment réagir et où se diriger</p>
<b>Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème</b>	<p>Se réfère uniquement à l'enseignant</p>	<p>Se réfère indifféremment aux adultes présents autour du bassin</p>	<p>Différencie les rôles de chaque adulte (enseignant, accompagnateur, Educateur, surveillant)</p> <p>S'adresse au bon adulte en fonction du problème rencontré</p>	<p>Connaît les attributions de chacun. Sait à qui s'adresser en fonction des circonstances.</p> <p>Connaît des procédures à appliquer en cas d'urgence (sortie du bassin et lieu de rassemblement)</p>

**Annexe 1 Le savoir-nager**

Le savoir-nager correspond à une maîtrise du milieu aquatique. Il reconnaît la compétence à nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce). Il ne doit pas être confondu avec les activités de la natation fixées par les programmes d'enseignement.

Son acquisition est un objectif des classes de CM1, CM2 et sixième (qui constitueront le cycle de consolidation à compter de la rentrée 2016). Le cas échéant, l'attestation scolaire « savoir-nager » pourra être délivrée ultérieurement. Sa maîtrise permet d'accéder à toute activité aquatique ou nautique susceptible d'être programmée dans le cadre des enseignements obligatoires ou d'activités optionnelles en EPS, ou à l'extérieur de l'école, notamment pour la pratique des activités sportives mentionnées aux articles A. 322-42 et A. 322-64 du [code du sport](#).

Il est défini comme suit :

Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes :

- à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière ;
- se déplacer sur une distance de 3,5 mètres en direction d'un obstacle ;
- franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 mètre ;
- se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 mètres ;
- au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale ;
- se déplacer sur le dos sur une distance de 15 mètres ;
- au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- 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.

Connaissances et attitudes :

- Savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter 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 la maîtrise du savoir-nager est adaptée.





## ANNEXE 12

### Recto

Académie de  _____	<i>Certificat d'aisance aquatique</i>
Cachet de l'établissement et signature du directeur de l'école ou du chef d'établissement	Nom : _____ Prénom : _____ Date de naissance : __/__/____  École/collège :  _____
	MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE

### Verso

*Certificat d'aisance aquatique*

Le professeur des écoles, ou le professeur d'éducation physique et sportive <sup>(1)</sup>, certifie que l'élève \_\_\_\_\_ a passé avec succès le test défini par l'article A. 322-3-2 du code du sport.

le \_\_/\_\_/\_\_\_\_\_  avec brassière de sécurité  
 sans brassière de sécurité

Nom et signature du professeur

(1) rayer la mention inutile

## Annexe 13 : Matériel individuel d'aide à la flottaison

Remarque : Si le matériel doit faciliter les acquisitions, il ne doit pas pour autant empêcher d'en construire de nouvelles

- Planches



- Frites



- Objets flottants

- Ceintures

- Brassards

- Tapis de différentes tailles

**Cette liste est non exhaustive, il vous est bien sûr possible de venir prendre connaissance du matériel tout au long de l'année, et ce à n'importe quel moment.**

## Préparer un cycle natation avec sa classe de cycle II

### *Situations possibles avant la première séance de natation*

#### Les représentations initiales des élèves :



- **Définition :**

- ⇒ Les représentations initiales sont des conceptions construites par une personne au fil de ses expériences physiques, affectives, cognitives, sociales
- ⇒ Elles servent d'ancrage à tout nouvel apprentissage

- **Leurs origines :**

- ⇒ Elles ont des composantes liées à l'histoire personnelle de l'enfant
- ⇒ Elles ont des composantes communes (membre d'une même société...)
- ⇒ Elles peuvent être de type expérientiel (vécu) ou spéculatif (imagination)

- **Objectifs :**

- ⇒ Guider l'action pédagogique de l'enseignant sur la première séance
- ⇒ Permettre à l'enfant d'exprimer ses émotions et ses sentiments
- ⇒ Engager l'enfant dans un projet individuel d'action (Je suis capable de / Après mes séances, je vais savoir ...)

- **Comment rendre explicite les représentations initiales des élèves ?**

- ⇒ Questionnement autour de l'activité natation à venir :

1. Après avoir expliqué l'organisation du module de natation, on peut proposer les questions suivantes :

- Peux-tu expliquer ce qu'est une piscine ?
- Que trouve-t-on à la piscine ?
- As-tu du plaisir à aller dans l'eau ?
- Selon toi, pourquoi va-t-on à la piscine ?
- Que vas-tu apprendre en allant à la piscine ?
- Qu'a-t-on le droit de faire à la piscine ? Existe-t-il des interdits ?
- Que doit-on porter pour aller à la piscine ?

2. Structurer les réponses et les organiser par thème (hygiène, sécurité, règles, apprentissage, registre émotionnel ...)

- ⇒ Productions d'écrits sur les représentations initiales :

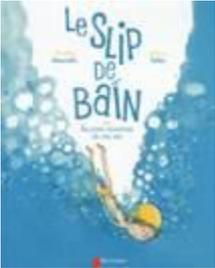
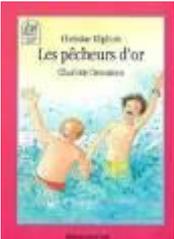
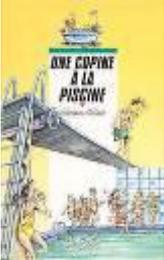
Dictée à l'adulte, étiquettes mots, écriture, dessin, schéma

- ⇒ explique son choix, ses ressentis ...

- ⇒ Rencontre d'un maître-nageur dans la classe



	<p><b>La piscine</b> Audrey Poussier Ecole des loisirs</p>	<p>Le petit lapin aimerait bien plonger dans la piscine, mais il a du mal à se décider. Tous les animaux lui montrent alors l'exemple, mais il y a bientôt trop de monde dans la piscine et de moins en moins d'eau. <b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Le défi de Gaspard</b> - Rose-Anne Page - Etienne Thubert - Le Télégramme (avr 2005) coll. La classe de Monsieur Kermoutou</p>	<p>Gaspard appréhende d'aller à la piscine demain : il se trouve trop gros et a peur qu'on se moque de lui. Pour se sentir mieux dans sa peau et pour aider son frère aîné qui est lui aussi rond, il entreprend de surveiller l'alimentation de toute la famille... <b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Je ferme le robinet pour économiser l'eau</b> Jean Gombert, Joëlle Dreidemy L'élan vert</p>	<p>Pourquoi avons-nous besoin d'eau ? Comment l'eau est-elle polluée ? Qui gaspille l'eau ? Comment économiser l'eau ? A partir de quelques exemples de la vie quotidienne mis en scène avec humour, ce livre aborde le problème de l'eau et permet à l'enfant d'acquérir de bonnes habitudes pour économiser notre eau. <b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Lili ne veut plus aller à la piscine</b> Dominique de Saint-Mars - Serge Bloch (illus.) - Calligram (avr 1997) coll. Ainsi va la vie</p>	<p>Lili est très énervée, ses parents ne veulent plus lui faire de mot pour ne pas aller à la piscine. Rien ne va plus avec le maître-nageur, et Lili a peur de l'eau. Une histoire pour apprendre à parler de ses craintes pour les surmonter. <b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Le sac de piscine</b> Nadine Brun-Cosme Benjamin Bachelier Mes premiers j'aime lire</p>	<p>Un mini roman d'amitié entre un garçon et une fille Coline a oublié son sac de piscine. Un camarade, Léo, lui ramène des affaires pour qu'elle puisse aller à la piscine avec la classe. <b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Tous à l'eau</b> Antonin Poirée Amélie Graux PETIT POL coll. La petite classe</p>	<p>Marco a peur de l'eau. A la piscine, les autres enfants se moquent de lui en le traitant de poule mouillée. Mais quand le hamster d'Amandine, Princesse Lili tombe à l'eau, Marco prend son courage à deux mains et plonge héroïquement <b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Comme un poisson dans l'eau</b> Marc Cantin, Eric Gasté Castor Poche Flammarion</p>	<p>Carla voit une occasion rêvée de battre Hugo à la course lorsque les cours de natation sont annoncés. Seulement voilà, Hugo ne sait pas nager et a peur de l'eau. <b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>La leçon de natation</b> Edition kaléidoscope</p>	<p>Résumé : Joseph ne sait pas nager, contrairement à son frère et sa sœur, pourtant il a une piscine chez lui. Il apprendra en observant une grenouille. <b>(à partir de 6 ans)</b></p>

	<p><b>Le slip de bain ou les pires vacances de ma vie</b> Charlotte Moundlic Olivier Tallec Père Castor Flammarion</p>	<p>Les vacances s'annoncent mal pour Michel qui doit partir avec ses grands-parents, dans leur maison de campagne avec ses trois cousins. Aucun doute, cet été sera le pire de sa vie ! Le pauvre est d'emblée la risée des trois aînés qui ne lui épargnent aucune moquerie. Il devra se montrer astucieux et malicieux pour réussir à s'intégrer et gagner leur complicité. Seulement, avec un slip de bain trop grand et le défi du plongeur de trois mètres à relever, la partie sera difficile à remporter !</p> <p style="text-align: right;"><b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Piscine maudite</b> Pascal Hérault, Vincent Mathy Nathan jeunesse coll c'est la vie</p>	<p>Théo doit se rendre chaque semaine à la piscine avec sa classe. Cette sortie est un cauchemar car il a peur de sauter dans le grand bain et, à chaque fois, il boit une tasse et ses camarades se moquent de lui. Un jour, il rencontre une vieille dame, auteure du livre piscine maudite, qui l'aide à vaincre sa phobie de l'eau.</p> <p style="text-align: right;"><b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>La maîtresse en maillot de bain</b> - Béatrice Rouer - Maurice Rosy (illus.) - Nathan Jeunesse (avr 2009) coll.C'est la vie !</p>	<p>Laetitia déteste aller à la piscine car elle ne sait pas nager. Si cette satanée piscine était fermée, ce serait vraiment l'idéal...</p> <p style="text-align: right;"><b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Les pêcheurs d'or</b> Christine Kliphuis - Charlotte Dematons (illus.)- Nord-Sud (mar 2002) coll. C'est moi qui lis</p>	<p>Deux amis, Laurent, plutôt maigre, et Florent, un peu trop gros, subissent les moqueries de Ralph, surtout lorsqu'ils vont à la piscine. Mais ce jour-là, ils trouvent un bijou au fond de l'eau. Après avoir affronté Ralph, ils rendent le bijou au maître nageur et se voient récompensés pour leur honnêteté.</p> <p style="text-align: right;"><b>(à partir de 6 ans)</b></p>
	<p><b>Swimming poule mouillée</b> Guillaume Long - Audrey Lhomme Joie de lire (janv 2009) coll.Somnambule</p>	<p>Robin aime se raconter des histoires dont il est le héros. Ce mardi, au cours de natation, il doit passer le test de la sardine à l'huile et est décidé à prouver à tout le monde qu'il n'est pas une poule mouillée</p> <p>Bande dessinée</p> <p style="text-align: right;"><b>(à partir de 7 ans)</b></p>
	<p><b>Une copine à la piscine</b> Stéphane Méliade Editions Rageot Coll : Cascade</p>	<p>Résumé : Olivier déteste la piscine. Il ne veut pas, comme son père, devenir champion de natation. Mais au bord du bassin, Jennifer, la sirène-étoile-de-mer, lui a souri. Comment ne pas...</p> <p style="text-align: right;"><b>(à partir de 8 ans)</b></p>
	<p><b>Un papillon dans la piscine</b> Bernard Chambaz Zaü(illus.) Rue du monde Col : Roman du monde</p>	<p>Tomber d'un arbre ; tomber amoureux, voilà deux expressions qui conviennent à Fausto dans sa nouvelle aventure. En effet, le jeune collégien se blesse et le médecin recommande la natation pour sa rééducation. Mais il déteste la natation. Stéphane, le maître nageur entraîneur, va faire découvrir au héros les valeurs de solidarité et d'entraide nécessaires aux équipes de relais. Et puis ... le sourire fluide de la belle Alice glisse sur la piscine...</p> <p style="text-align: right;"><b>(à partir de 8 ans)</b></p>

CONTROLE DE LEGALITE : 072-217200351-20100914-201009AR083-AR  
en date du : 15/09/2010 10:16  
REFERENCE ACTE : 201009AR083



Mairie

## Règlement intérieur de la Piscine municipal de Bessé sur Braye

N° 2010.09 AR 083

Le Maire de BESSE sur BRAYE,

Vu le code des collectivités territoriales notamment dans ses articles L.2211-1 et suivants,

Vu le code de la santé publique notamment ses articles L 1332-1 à L 1332-9 et D 1332-1 à D 1332-15,

Vu le code du sport notamment ses articles D 322-12 et suivants,

Vu l'article R 610-5 du Code Pénal,

Vu la loi n° 84-610 du 16 Juillet 1984 modifiée relative à l'organisation et à la promotion des activités physiques et sportives,

Vu la loi n° 86-2 du 3 Janvier 1986, concernant la circulation, le stationnement des véhicules sur les plages, dépendant du domaine public ou privé des personnes publiques, l'aménagement, la protection et la mise en valeur du littoral,

Vu le décret n° 13 du 8 Janvier 1962, relatif au matériel de signalisation utilisé sur les plages et lieux de baignade,

Vu l'arrêté du 26 Juin 1991 relatif à la surveillance des activités aquatiques de baignade ou de natation,

Vu l'arrêté préfectoral n° 900/2237 du 24 Juillet 1990 portant mesures d'hygiène applicables dans les piscines et baignades du département de la Sarthe,

Vu l'arrêté du 27 mai 1999, relatif aux garanties de techniques et de sécurité dans les établissements de baignade,

Vu l'arrêté du 20 juin 2003 fixant les modalités d'encadrement et les conditions d'organisation et de pratique de certaines activités physiques dans les centres de vacances et les centres de loisirs sans hébergement,

Vu la circulaire du 19 juin 1986 du ministère de l'Intérieur sur la surveillance des plages et lieux de baignades d'accès non payant, notamment en ce qui concerne l'utilisation des secours,

Considérant la nécessité de réglementer par un arrêté municipal unique la sécurité de la plage, des baignades et des installations de plage,

Considérant qu'il importe en conséquence, que les droits et devoirs de chacun soient définis par un règlement de police,

## ARRÊTE :

La ville de Bessé Sur Braye met à la disposition du public, un établissement de bain comprenant :

- un bassin couvert de 25m x 8m, profondeur : de 1.10m à 1.70m
- un bassin couvert d'apprentissage de 10m x 3m, profondeur : de 0.60m à 0.80m
- une pataugeoire, profondeur : de 11cm
- un bassin hydro-massage, profondeur : 1.00m
- un hammam de 6 places interdit aux moins de 18 ans. Pour les usagers, prendre connaissance des particularités d'utilisation
- un bassin découvert de 25m x 10m, profondeur : de 1.10m à 1.70m
- un toboggan aquatique à film d'eau, interdit aux moins de 8 ans et interdit aux non nageurs.
- un bassin de réception réservé aux usagers du toboggan, profondeur : 1.00m
- un bâtiment annexe équipé de cabines individuelles, de casiers consignés et de vestiaires collectifs.

**Article I :** Les dates et heures d'ouverture et de fermeture de la piscine sont fixées chaque année par le Maire de la commune par arrêté.

**Article II :** Les droits d'entrée, de locations diverses et de leçons sont déterminés par délibération du Conseil Municipal.

**Article III :** Toutes les perceptions sont faites par les préposés sous la responsabilité du Régisseur et contre remise d'une carte magnétique d'accès.

**Article IV :** L'accès aux zones réservées aux baigneurs est interdit aux porteurs de lésions cutanées suspectes, non munis d'un certificat de non contagion.

**Article V :** Les baigneurs qui utilisent la piscine sont tenus de se munir auprès de la caisse, d'une carte magnétique d'accès leur permettant de rejoindre les cabines et de disposer d'un casier à clé.

**Article VI :** Un bracelet de contrôle dont le n° correspond à celui du casier à clé leur est remis. Ce bracelet doit être porté par le baigneur et est restitué par celui-ci pour ouvrir son casier.

En cas de perte de la clé, le versement d'une indemnité correspondant à son prix d'achat est exigé (voir délibération des tarifs affichés). La restitution du contenu du casier se fait sur justification d'identité et à la fermeture de l'établissement.

**Article VII :** La Ville décline toute responsabilité pour les objets perdus ou volés dans l'établissement. Les objets trouvés sont déposés à la Caisse.

**Article VIII :** L'accès à chaque cabine est réservé exclusivement aux personnes du même sexe, accompagnées le cas échéant, de leurs enfants : garçons ou filles de moins de 8 ans. L'occupation de la cabine ne peut dépasser 10 minutes.

Le déshabillage et le rhabillage en dehors des cabines sont formellement interdits, sous peine d'expulsion immédiate et de poursuites judiciaires.

**Article IX :** L'accès de l'établissement est **INTERDIT aux enfants de moins de 8 ans** non accompagnés d'une personne majeure, sauf sur présentation d'un diplôme de natation de 50m. Si l'enfant de moins de 8 ans descend dans un des bassins, il doit obligatoirement le faire en compagnie de l'ADULTE en tenue de bain qui en a la responsabilité.

**En tout état de cause, l'accès du grand bassin est réservé aux nageurs.**

**Article X :** Les conditions d'accès des groupes, des Centres de Vacances sont les suivantes. Mise à disposition d'une ligne d'eau, matériel pédagogique pour l'animation, une heure le matin uniquement. Présence du « **Surveillant de Baignade obligatoire** » pour assurer la surveillance de son groupe. **Réservation par écrit.**

L'encadrement des groupes est le suivant :

- un accompagnateur au minimum pour 5 enfants de moins de 6 ans, (maximum 20 enfants)
- un accompagnateur au minimum pour 8 enfants de plus de 6 ans, (maximum 40 enfants).

Les accompagnateurs seront avec les enfants dans l'eau.

**Article XI :** Le passage sous la douche et dans les pédiluves est obligatoire. Il est recommandé aux baigneurs d'utiliser les WC avant l'accès aux bassins.

**Article XII :** L'utilisation de bouteilles en verre (shampooing ou boissons) est interdite.

**Article XIII :** Pendant l'ouverture au public, l'utilisation de matériel de plongée, palmes, masque et tuba ou d'accessoires de nage (type Paddels) n'est par permise, sauf autorisation du MNS de surveillance. **EN TOUT ÉTAT DE CAUSE, ELLE EST INTERDITE DANS LE PETIT BASSIN.**

La pratique des **APNÉES LIBRE est interdite**, sauf lors de stages encadrés ou si un MNS accepte de surveiller le plongeur.

**Article XIV :** Les baigneurs ayant une attitude incorrecte ou préjudiciable au bon fonctionnement de l'établissement seront immédiatement expulsés par le Personnel de la piscine ou la Force Publique.

**Article XV :** Il est formellement **INTERDIT**, sous peine d'expulsion immédiate sans remboursement :

- de manger sur les plages de la piscine,
- de courir sur les plages ou de plonger dans les zones « petit bain »
- de pénétrer dans les zones interdites signalées par un panneau,
- d'importuner le public par des jeux ou des actes bruyants, dangereux ou immoraux,
- de pousser ou de jeter à l'eau les personnes stationnant sur les plages,
- de fumer dans l'établissement,
- d'utiliser les transistors ou tout autre appareil émetteur ou amplificateur de son,
- d'utiliser tout matériel vidéo ou de photo sans autorisation préalable,
- d'abandonner, de jeter des papiers, objets ou déchets de tout genre ailleurs que dans les corbeilles prévues à cet effet,
- d'avoir des maillots de bain transparents ou des slips indécents,
- de faire pénétrer des animaux,
- de cracher ou d'uriner dans les bassins et sur les plages.

**Article XVI :** **Le port du bonnet est obligatoire pour toute personne ayant les cheveux longs nous tolérons les cheveux attachés en chignon. De même, le port du bermuda et autres shorts est formellement interdit. (Cf arrêté 900/2237 du 24/07/1990).**

**Article XVII :** Les usagers sont tenus de se conformer aux consignes d'utilisation des installations et aux injonctions qui leur seront faites par les agents municipaux chargés de la surveillance.

**Article XVIII :** La délivrance de cartes d'entrée est suspendue 30 minutes avant la fermeture. La fermeture de l'établissement est rappelée par un signal sonore 15 minutes avant la fermeture. Dès ce signal, la baignade et le séjour sur les plages sont interdits.

**Article XIX :** En cas d'évacuation suite à un accident ou un exercice de secours, toute personne présente dans l'établissement devra se conformer aux ordres du personnel. Il leur sera attribué en compensation un bon d'accès gratuit à la piscine.

Fait à Bessé sur Braye, le 14 septembre 2010  
Maire,  
SARAH LEROY

