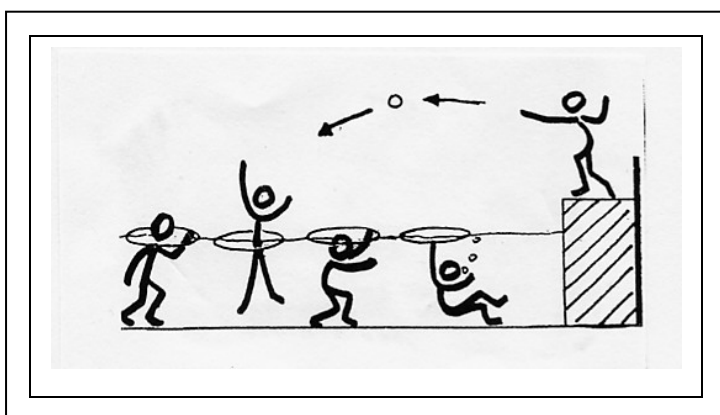


Fiche séance de structuration

Les oiseaux dans leur nid

Entrée dans l'eau/immersion/propulsion

Niveau 1/2/3



Objectif :

- ⇒ S'immerger (tout le corps).
- ⇒ Souffler quand on est sous l'eau.

Matériel :

- ⇒ Cerceaux
- ⇒ Balles ou ballons

Consigne(s) :

Se cacher dans le nid pour ne pas se faire toucher.

Critères de réussite :

- ⇒ Avoir la tête sous l'eau (ne pas être touché par la balle)

Variable(s) éventuelle(s) :

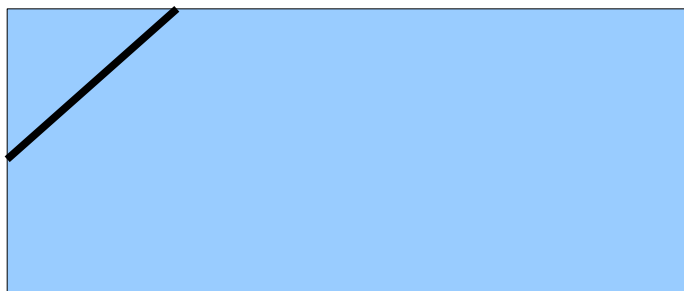
- ⇒ Même jeu en se déplaçant dans le petit bain.
- ⇒ En grande profondeur (niveau 2 ou 3), temps de jeu très court.

FICHE ATELIER

Objectifs : accepter l'immersion et l'horizontalité

DISPOSITIF

Matériel : ligne d'eau- perche



BUTS DE LA TACHE

- *Passer sous une ligne d'eau*

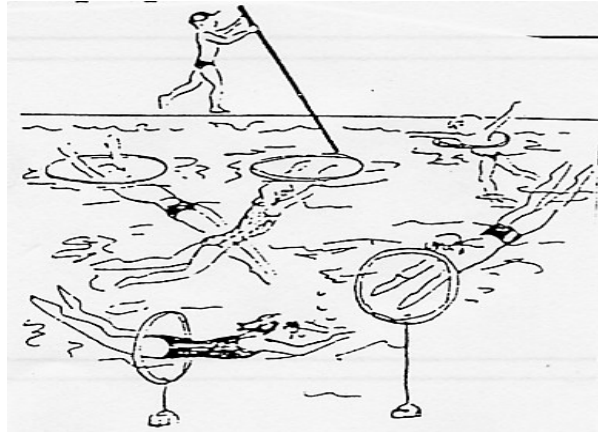
<p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> -la tête passe sous la ligne d'eau sans la toucher 	<p>Opérations à conduire :</p> <ul style="list-style-type: none"> -aligner la tête -ne pas mettre la tête en extension (<i>menton rentré dans la poitrine</i>) -rester allongé jusqu'à ce que la tête soit passée -ouvrir les yeux pour savoir où je suis -aligner bras jambe et tête
<p>Réponses et comportements observables :</p> <ul style="list-style-type: none"> -reste verticalement et essaye de se baisser pour passer -soulève la ligne d'eau pour passer 	<p>Interventions possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> -se propulser avec des cordes et passer sous une perche -travailler la « torpille » avec propulsion des jambes depuis le bord
<p>Variables pour simplifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> -situation en petit bassin de façon à ce que l'enfant retrouve ses appuis plantaires après le passage sous la -passer sous une perche placée au dessus de l'eau -se propulser à l'aide du mur – ligne d'eau toute proche 	<p>Variables pour complexifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> -enchaîner plusieurs passage (<i>haltères groupées</i>) - passer d'un côté à l'autre de la ligne d'eau le plus de fois possible entre 2 points

Fiche séance de structuration

Les dauphins

Entrée dans l'eau/immersion/propulsion

Niveau 1/2/3



Objectif :

Se déplacer sous l'eau à différentes profondeurs.

Matériel :

- ⇒ Cerceaux flottants.
- ⇒ Cerceaux lestés.
- ⇒ Perche.

Consigne(s) :

Tu dois passer à travers le plus de cerceaux possible.

Critères de réussite :

- ⇒ Nombre de cerceaux traversés.
- ⇒ Progression dans la traversée des cerceaux immergés (cerceaux de couleur selon la difficulté).
- ⇒

Variable(s) éventuelle(s) :

- ⇒ Immersion du cerceau.
- ⇒ Distance par rapport au bord du bassin.
- ⇒ Position du cerceau (horizontale ou verticale).
- ⇒ Profondeur.
- ⇒ Battre son record de points (points par cerceau en fonction de la difficulté).

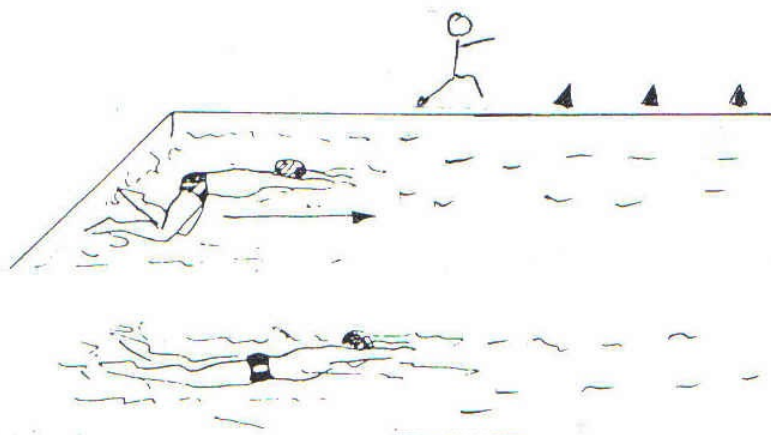
FICHE ATELIER

Objectifs : accepter de rester longtemps sous l'eau

Dispositif : A 2 un nageur, un observateur

La torpille

Se pousser, pieds au mur et aller le plus loin possible. Mesurer sa performance



BUTS DE LA TACHE

- *Passer plusieurs fois et améliorer son score à chaque passage*

<p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> - je dépasse le cône atteint avant - - 	<p>Opérations à conduire :</p> <ul style="list-style-type: none"> - aligner corps-tête -effectuer une poussée efficace(fesses aux talons) -ouvrir les yeux
<p>Réponses motrices et comportements observables :</p> <ul style="list-style-type: none"> -le corps tourne -le corps remonte vite - 	<p>Interventions possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> -aligner bras- jambes-tête -contrôler la respiration
<p>Variables pour simplifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> -mesurer sa performance seul 	<p>Variables pour complexifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> -imaginer une torpille sur le dos -