

LES PUCES D'EAU:

BUT : Immerger la tête

BASSIN: petite profondeur

DISPOSITIF : Groupe classe ou ½ classe 2 élèves (3 ou 4 selon l'importance du groupe) sont les crapauds, les autres les puces d'eau.

MATERIEL: bonnets de couleur ou autre moyen pour matérialiser l'appartenance au groupe des crapauds.

DEROULEMENT - CONSIGNES :

- Se déplacer dans l'espace disponible
- Au signal (donné par le maître), les crapauds essaient de toucher les puces.
- Possibilité de devenir intouchable en s'immergeant (tête sous l'eau)
- La ou les puces restantes deviennent crapauds dans la manche suivante.

CRITERES DE REUSSITE :

- immersion sans hésitation

LE REQUIN CHASSEUR:

BUT : Immerger la tête

DISPOSITIF : Groupe classe ou ½ classe

- 1 joueur muni de la balle: c'est le requin
- les autres, munis d'une planche, se déplacent dans l'aire disponible: ce sont les mouettes

BASSIN: petite profondeur

MATERIEL: une balle légère, planches (en nombre égal à celui des joueurs moins un), espace délimité

DEROULEMENT - CONSIGNES :

- Au signal, le requin essaie de toucher n'importe quelle mouette avec la balle.
- La mouette menacée devient intouchable si elle s'immerge sous une planche. Le requin doit alors rechercher une autre proie.
- La mouette touchée devient requin.
- Si balle perdue, elle peut être récupérée par une mouette qui dès lors devient requin.

CRITERES DE REUSSITE :

- immersion rapide et fréquente

LES COLLECTIONNEURS

BUT : S'immerger pour récupérer un objet.

DISPOSITIF : Groupe classe ou ½ classe: 2 équipes

BASSIN: moyenne profondeur

MATERIEL: panier ou cerceau pour déposer sa récolte par équipe
objets lestés (formes, couleurs variées) un par élève.

DEROULEMENT - CONSIGNES :

- Les joueurs sont dans l'eau, à 4 – 5 mètres des objets.
- Au signal, les joueurs de la première équipe vont chercher un objet chacun et le rapporte dans leur panier. Le temps est chronométré.
- La seconde équipe s'élance à son tour sur le même principe .
- Le nombre d'objets est comptabilisé, si égalité, et les temps sont comparés. Un point pour l'équipe ayant rapporté le plus d'objets ou la plus rapide.
- La partie se déroule en plusieurs manches.

CRITERES DE REUSSITE :

- Pas d'hésitations à s'immerger

LES MARELLES MOUILLEES

BUT : Agir (accomplir une tâche) en immersion

DISPOSITIF : Equipe de 3 élèves chacune placée face à un chapelet

BASSIN: moyenne profondeur

MATERIEL:

- Un chapelet (3 anneaux lestés, placés à un mètre d'intervalle et reliés entre eux par une corde) par équipe.
- Un objet lesté par équipe

DEROULEMENT - CONSIGNES :

- Au signal du meneur de jeu, le premier de chaque équipe plonge et dépose son objet lesté dans le 1er anneau.
- Le second plonge à son tour quand son équipier, revenu en immersion, lui touche le pied.
- Il déplace l'objet lesté du premier vers le deuxième anneau. Idem pour le troisième.
- Le jeu continue jusqu'à ce que l'objet revienne dans le premier anneau.
- La partie est gagnée à ce moment là.

CRITERES DE REUSSITE :

- Atteindre le chapelet sans difficulté
- Pas d'hésitation à saisir et déposer l'objet (indique que l'élève ouvre les yeux)

LES HYDRES

BUT : dédramatiser la crainte de la profondeur

DISPOSITIF : 2 équipes, les joueurs s'organisent en binôme

BASSIN: grande profondeur

MATERIEL: Un anneau pour deux joueurs placés au fond du bassin

DEROULEMENT - CONSIGNES :

- Au signal donné, les premiers binômes plongent « en canard », s'emparent d'un anneau et remontent ensemble liés par un anneau.
- Le binôme gagnant est celui qui fait surface en dernier.
- Même consigne pour les duos suivants
- L'équipe gagnante est celle qui totalise le plus de points

CRITERES DE REUSSITE :

- Durée de l'immersion

LES TRITONS EXPRESS

BUT : Choisir la durée de son apnée

DISPOSITIF : Equipe de 4 à 6 joueurs

BASSIN: moyenne profondeur

MATERIEL: Un bâton lesté (témoin) par équipe
un objet lesté placé aux 4 coins du bassin

DEROULEMENT - CONSIGNES :

- Au signal, les premiers de chaque équipe plongent en canard et doivent parcourir la plus longue distance en immersion en longeant le bord du bassin, faire contourner les objets lestés placés dans chaque coin.
- Ils font surface à l'endroit qui convient à leur possibilités et déposent le témoin sur le bord du bassin.
- Le second équipier saisit le témoin et accomplit son trajet, et ainsi de suite.
- L'équipe gagnante est celle qui a parcouru la plus longue distance.

CRITERES DE REUSSITE :

- immersion complète du corps et progression