

En route vers l'ASSN

30 étapes vers le savoir-nager

Apprendre à nager à tous les élèves est une priorité nationale inscrite dans le socle commun de connaissances, de compétences et de culture. C'est un véritable enjeu de société et un impératif de sécurité individuelle et collective. Il s'agit aussi de donner à tous les jeunes les mêmes atouts, quels que soient le territoire et le contexte dans lesquels ils vivent.

Je tiens à remercier chaleureusement les auteurs de cette ressource pédagogique pour sa grande qualité. Son appropriation permettra une opérationnalisation rapide par l'ensemble des professeurs pour une réussite, j'en suis certaine, de 100% des élèves qui nous sont confiés.

Avec tous mes encouragements.



Nadette Fauvin, Inspectrice d'académie

Répondant à un triple enjeu (de société*, éducatif, sportif), l'acquisition du savoir-nager (maîtrise du milieu aquatique) est un objectif et une acquisition attendue du cycle 3 (CM1/CM2/6ème). Il est à la fois inscrit dans les programmes et dans le livret scolaire. Sa maîtrise autorise l'accès à toute activité aquatique ou nautique dans l'école ou à l'extérieur de l'école.

Instituée par le décret (n°2015-847 du 09/07/15) et arrêté BOEN du 23/07/15, l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN) est délivrée par le directeur de l'école ou le principal du collège.

L'enseignement de la natation scolaire contribue à l'acquisition du socle commun de connaissances, de compétences et de culture. Il permet à l'élève de « développer sa motricité et construire un langage du corps », de « partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités » de connaître « ... l'importance d'un comportement responsable vis-à-vis de l'environnement et de la santé » .

« **En route vers l'ASSN** » est un document élaboré par l'équipe départementale EPS 1er degré de la Haute-Marne en collaboration avec des professeurs d'école et des MNS. Il se veut être un outil d'accompagnement pédagogique pour l'enseignement de la natation scolaire.

Ce document évoluera au gré des remarques et des retours d'expériences que vous ne manquerez pas, chers collègues, de nous faire parvenir.

Composé de trois livrets, construit par étapes, il propose une progressivité dans les apprentissages tant dans les situations proposées (plus de 150 !) que dans les difficultés envisagées et les remédiations apportées. L'enseignant élaborera le contenu des séances natation à partir des situations présentées dans les différentes étapes (une étape = plusieurs séances). Il veillera à équilibrer la part des différentes composantes (entrée, équilibration, déplacement, respiration, immersion) dans son unité

Au nom de l'équipe départementale EPS 52, je remercie M. Pascal Polycarpe, directeur d'Aqualangres pour son soutien et l'accueil de plusieurs de nos réunions de travail.

Je tiens à saluer chacun des membres de ce « Groupe Natation » et à les remercier pour la qualité et la richesse de nos échanges.

Fernando De Carvalho, CPD EPS

« On recense plus de 1200 noyades par an dont 250 affectent les moins de 13 ans. Il existe donc un enjeu spécifique d'apprentissage du « savoir-nager », particulièrement en milieu rural et urbain défavorisé où l'accès aux bassins est difficile. La mission estime que le « savoir-nager » est un savoir fondamental tout comme « lire, écrire, compter, cliquer » dont l'acquisition doit être maîtrisée pour l'ensemble d'une classe d'âge à l'issue du cycle. »

(Rapport parlementaire Deguilhem-Juanico Septembre 2016)

Ont contribué à l'élaboration de ce document :

Magali Belin, PEMF
Anne Blanchot, PE
Cyril Carcano, MNS
Fernando De Carvalho, CPD EPS

Laurent Deschamps, CPC EPS
Christèle Echalié, PEMF
Bénédicte Foissey, CPC EPS
Jérémy Kimenau, PE
Fabrice Lapre, CPC EPS

Laurent Marras, CPC EPS
Claire Mieusset, PESPE EPS
Jean-Baptiste Vaubourg, PE
Marie Van De Wiele, Directrice USEP 52

Étapes	Entrée dans l'eau	Équilibration	Déplacement	Respiration / Ventilation	Immersion
11	Sauter du bord avec matériel, départ contre-haut peu élevé (GP)	S'allonger sur le dos et sur le ventre avec du matériel (GP)	Se déplacer sur une vingtaine de mètres sans l'aide des bras (GP)	D11 + phase d'expiration subaquatique (MP ou GP)	Récupérer un objet immergé (MP ou GP)
12	Sauter loin sans matériel, départ contre-haut élevé (GP)	S'équilibrer verticalement au moins 5 s, sans matériel (GP)	Se déplacer sur une vingtaine de mètres avec matériel uniquement avec les bras (GP)	D11 + phase d'expiration subaquatique et inspiration sur le devant (respiration type brasse) (GP)	Récupérer un objet immergé sans aide en sautant dans l'eau (MP ou GP)
13	Entrer dans l'eau par la tête sans contre-haut (GP)	S'équilibrer (ventral, dorsal, vertical) sans matériel (GP)	Se déplacer sur une vingtaine de mètres, uniquement avec les jambes (GP)	D11 + expiration subaquatique et inspiration sur le côté (respiration type crawl) (MP ou GP)	Se déplacer en immersion (PP)
14	Entrer dans l'eau par la tête, départ accroupi, sans contre-haut (MP ou GP)	S'équilibrer verticalement en favorisant le travail des jambes (MP ou GP)	Se déplacer sur une vingtaine de mètres uniquement avec les bras (GP)	Alterner inspiration aérienne sur le côté et expiration subaquatique (MP ou GP)	S'immerger en ouvrant les yeux (MP)
15	Entrer dans l'eau par la tête départ accroupi, contre-haut peu élevé (GP)	Sans utiliser les jambes, se déplacer sur le ventre (MP ou GP)	Se déplacer sur le dos avec battement des jambes sur 15 à 30 m (GP)	Expirer sous l'eau pendant une coulée ventrale (GP)	Récupérer plusieurs objets sans aide en une seule ou plusieurs fois (MP)
16	Plonger sans contre-haut (MP ou GP)	Sans utiliser les jambes, se déplacer sur le dos (MP ou GP)	Se déplacer sur le dos (type dos crawlé) sur 15 à 30 m (GP)	Expirer lors de la phase de poussée sur un déplacement du type dos crawlé (GP)	Après un plongeon, effectuer une glissée ventrale (MP)
17	Sauter d'un contre-haut élevé pour « aller profond » (GP)	Suite à une poussée contre le mur, se déplacer sous l'eau (MP ou GP)	Se déplacer sur 15 à 30 m sur le ventre (type crawl) en insistant sur le travail des bras et des jambes (GP)	Expirer sous l'eau pendant un déplacement de type brasse (GP)	Récupérer un objet sans aide après un plongeon canard ou un saut (GP)
18	Plonger d'un contre-haut peu élevé (GP)	Suite à un plongeon, se laisser glisser loin sous l'eau (GP)	Se déplacer sur le ventre avec des mouvements type brasse (GP)	Synchroniser inspiration et propulsion dans un déplacement type brasse (GP)	Récupérer plusieurs objets sans aide après un plongeon canard ou un saut (GP)
19	Plonger d'un contre-haut élevé (GP)	Se déplacer sous l'eau suite à un plongeon (GP)	Se déplacer en diminuant le plus possible le nombre de mouvements (GP)	Synchroniser inspiration et propulsion dans un déplacement type crawl (GP)	Effectuer une glissée ventrale après un plongeon (GP)
20	Plonger loin (GP)	S'équilibrer verticalement après un plongeon suivi d'un déplacement (GP)	Se déplacer sur 30 m en utilisant les 3 nages types crawl, brasse et dos crawlé (GP)	Gérer le rythme et la vitesse des cycles expiration/inspiration pendant un déplacement (GP)	Après un plongeon, effectuer une glissée ventrale pour aller chercher un objet (GP)

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
<p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Sauter du bord avec matériel, départ contre-haut peu élevé (GP)</p>	<p>« Sautons ensemble » Dispositif : élèves par vague ; matériel : perche, ceinture, frite But : sauter dans l'eau avec matériel CR : entrer dans l'eau par les pieds</p>
<p>Équilibration</p>	<p>S'allonger sur le dos et sur le ventre avec du matériel (GP)</p>	<p>« Les étoiles flottantes » Dispositif : élèves en groupes munis de matériel (ceinture, planche, frite) But : s'équilibrer en réalisant une étoile ventrale ou dorsale à l'aide du matériel CR : au signal, garder la position le plus longtemps possible (compter au moins jusqu'à 5)</p>
<p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur une vingtaine de mètres sans l'aide des bras (GP)</p>	<p>« Le relais planche » Dispositif : deux équipes ; une planche par élève But : se déplacer en relais (mouvement type crawl ou type brasse) uniquement avec les jambes, en s'aidant du matériel CR : rejoindre son camarade</p>
<p>Respiration</p>	<p>Se déplacer sur une vingtaine de mètres avec matériel sans l'aide des bras + phase d'expiration subaquatique (GP)</p>	<p>« A bout de souffle » Dispositif : deux équipes ; un observateur par nageur ; une planche par nageur ; l'observateur compte le nombre d'immersions de la tête (1 point par immersion) But : se déplacer uniquement avec les jambes (mouvement type crawl ou type brasse) en s'aidant du matériel de flottaison et en soufflant dans l'eau CR : se déplacer en faisant des bulles sous l'eau</p>
<p>Immersion</p>	<p>Récupérer un objet immergé (MP ou GP)</p>	<p>« Le collier de perles » Dispositif : ateliers ; anneaux enfilés sur une perche posée au fond du bassin et tenue par le professeur ou des élèves But : descendre le long de la perche et remonter les anneaux un par un CR : récupérer le plus d'anneaux possible pendant un temps imparti (« je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

EQUILIBRATION

→ on peut tolérer des mouvements des membres pour stabiliser l'étoile

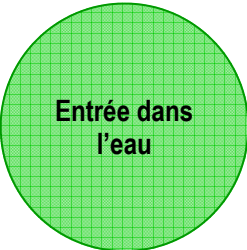
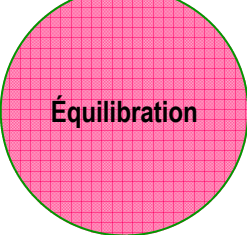
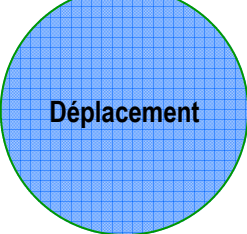
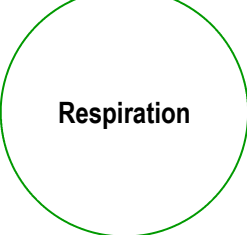
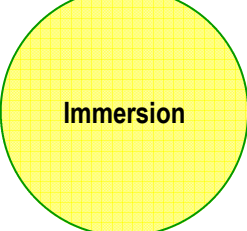
- l'élève n'arrive pas à descendre au fond du bassin.
- l'élève est perturbé par la poussée d'Archimède (problème de gainage)
- problème d'affect (peur de rester au fond)
- l'élève ne souffle pas par le nez

DEPLACEMENT

→ la situation « A bout se souffle » permet de travailler déplacement et respiration en même temps
→ importance d'une expiration volontaire et longue

RESPIRATION / IMMERSION

→ la situation « A bout se souffle » permet de travailler déplacement et respiration en même temps
→ l'élève ceinture la perche avec les jambes pour éviter que le bas du corps ne remonte
→ si ceintures lestées disponibles, les utiliser
→ passer en profondeur plus faible ; dans un premier temps, augmenter le temps d'apnée et faire asseoir puis augmenter la profondeur petit à petit ; faire descendre les enfants par binôme pour évacuer le stress dû à la prise de risque
→ utiliser l'échelle
→ utiliser le pince-nez (si disponible)
→ variante de la situation " Le collier de perles" : relais pour deux équipes et le professeur prend deux perches

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
	<p>Sauter loin sans matériel, départ contre-haut élevé (GP)</p>	<p>« Je m'envole » Dispositif : élèves par vague ; des zones de réception numérotées, matérialisées par des plots disposés sur le bord du bassin But : sauter dans la zone qui rapporte le plus de points (z1 = 1 pt, ...) CR : entrer dans l'eau par les pieds le plus loin possible du bord (« je bats mon propre record »)</p>
	<p>S'équilibrer verticalement au moins 5 s, sans matériel (GP)</p>	<p>« Les marsouins » Dispositif : élèves dans l'eau, au bord du bassin But : au signal, en prenant appui sur la paroi, pousser sur les pieds, se laisser glisser puis passer en position verticale le plus longtemps possible CR : maintenir l'équilibre vertical pendant 5 secondes au moins</p>
	<p>Se déplacer sur une vingtaine de mètres avec matériel uniquement avec les bras (GP)</p>	<p>« L'effort en bras » Dispositif : élèves par vague munis d'un pull-boy ; plusieurs passages ; un observateur par élève But : traverser le bassin en position ventrale en utilisant uniquement les bras CR : se déplacer en gardant le pull-boy et en faisant le moins de mouvements de bras possible (comptés par l'observateur ; « je bats mon propre record »)</p>
	<p>Se déplacer sur une vingtaine de mètres sans l'aide des bras + phase d'expiration subaquatique et inspiration sur le devant (respiration type brasse) (GP)</p>	<p>« A bout de souffle 2 » Dispositif : deux équipes ; un observateur par nageur ; une planche par nageur ; des observateurs comptent le nombre de relevés de tête (1 pt par relevé) But : se déplacer uniquement avec les jambes (mouvement type brasse) en alternant expiration subaquatique et inspiration aérienne CR : se déplacer en faisant successivement des bulles sous l'eau et en relevant la tête pour inspirer</p>
	<p>Récupérer un objet immergé sans aide en sautant dans l'eau (MP ou GP)</p>	<p>« La chasse au trésor » Dispositif : objets immergés dans 3 zones matérialisées plus ou moins éloignées du bord But : sauter, voire plonger pour aller chercher un objet situé dans la zone choisie CR : rapporter un objet de la zone choisie (« je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

- réaliser la même situation "Je m'envole" sur le bord du bassin (sans contre-haut)
- proposer un exercice (le pompon) où l'enseignant accroche un objet (foulard ...) sur la perche que l'enfant doit toucher
- mettre un tapis sur le bord du bassin qui incite l'élève à passer par-dessus

EQUILIBRATION

- l'élève ne saute pas assez loin
 - par peur du contre-haut
 - impulsion des jambes pas assez efficace (il faut qu'il y ait une réelle impulsion avec fléchissement des jambes et poussée au moment de la bascule)
- s'assurer que le regard des enfants se porte sur la zone de réception lors du saut



RESPIRATION / DEPLACEMENT

- la situation « A bout de souffle 2 » permet de travailler déplacement et respiration en même temps
- importance d'une expiration volontaire

RESPIRATION / IMMERSION

- Proposer de rapporter plusieurs objets en même temps

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
<p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Entrer dans l'eau par la tête sans contre-haut (GP)</p>	<p>« Le rouler-plonger » Dispositif : élèves par 3 ; tapis à cheval sur le bord du bassin et maintenu par 2 élèves But : réaliser une roulade avant pour entrer dans l'eau CR : entrer dans l'eau par la tête</p>
<p>Équilibration</p>	<p>S'équilibrer (ventral, dorsal, vertical) sans matériel (GP)</p>	<p>« Les p'tits bouchons » Dispositif : élèves dans l'eau But : au signal, les élèves maintiennent l'équilibre dans la position demandée (ventrale, dorsale ou verticale avec rétropédalage) CR : maintenir l'équilibre le plus longtemps possible (au moins 10 secondes)</p>
<p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur une vingtaine de mètres, uniquement avec les jambes (GP)</p>	<p>« L'effort en jambes » Dispositif : élèves en duos sur une ligne d'eau ; palmes ou pas But : effectuer le parcours le plus rapidement possible en n'utilisant que ses jambes (bras tendus devant) CR : se déplacer sans mouvement propulseur des bras</p>
<p>Respiration</p>	<p>Se déplacer sur une vingtaine de mètres sans l'aide des bras, expiration subaquatique et inspiration sur le côté (respiration type crawl) (MP ou GP)</p>	<p>« Le relais planche 2 » Dispositif : deux équipes ; une planche par élève But : se déplacer en relais (mouvement type crawl) uniquement avec les jambes, en maintenant la planche d'une seule main (autre bras immobile le long du corps) et en inspirant sur le côté opposé à l'aller ; changer de main et de côté au retour CR : inspirer en tournant la tête sur le côté opposé à la main tenant la planche</p>
<p>Immersion</p>	<p>Se déplacer en immersion (PP)</p>	<p>« Les pêcheurs de perles » Dispositif : objets dispersés au fond du bassin dans un maximum d'espace But : départ immergé, chaque élève récupère le plus d'objets possible CR : rester sous l'eau pendant toute la pêche (« je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

EQUILIBRATION

→ proposer des situations où les élèves travaillent seulement avec les jambes (tenir une planche) et d'autres seulement avec les bras (pull-boy)

- problème de déséquilibre : l'enfant ne maîtrise pas le passage de la position verticale à la position horizontale
- le temps d'équilibre : l'enfant ne reste pas assez longtemps en position statique
- **point de vigilance** : repérer les difficultés à flotter naturellement

RESPIRATION / DEPLACEMENT

→ tenir la planche en grande prise (avant-bras sur la planche)
→ importance d'une expiration volontaire

RESPIRATION / IMMERSION

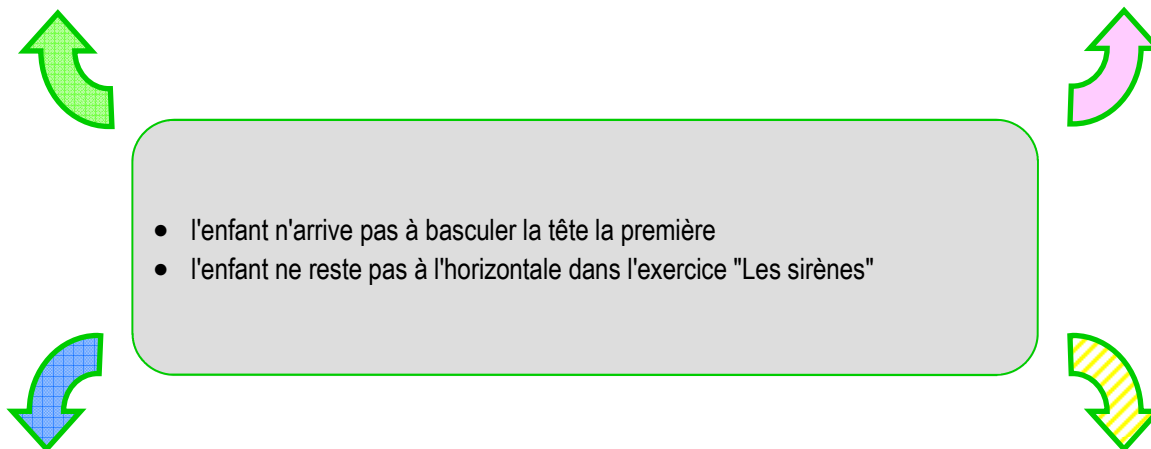
→ idem relais-planche 2 + bras libre propulseur

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
<p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Entrer dans l'eau par la tête, départ accroupi, sans contre-haut (MP ou GP)</p>	<p>« La bascule » Dispositif : élèves en ligne sur le bord ; sans contre-haut But : départ accroupi, basculer en avant pour entrer dans l'eau CR : entrer dans l'eau par les bras puis la tête</p>
<p>Équilibration</p>	<p>S'équilibrer verticalement en favorisant le travail des jambes (MP ou GP)</p>	<p>« Le rodé'eau » Dispositif : élèves dans l'eau à cheval sur une frite But : rester assis le plus longtemps possible en n'utilisant que les jambes CR : maintenir l'équilibre vertical au moins 5 s sans mettre les bras dans l'eau</p>
<p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur une vingtaine de mètres uniquement avec les bras (GP)</p>	<p>« Les gros bras » Dispositif : élèves en duos sur une ligne d'eau ; pull-boy ou pas But : effectuer le parcours le plus rapidement possible en n'utilisant que ses bras CR : se déplacer en gardant le pull-boy sans mouvement propulseur des jambes</p>
<p>Respiration</p>	<p>Alterner inspiration aérienne sur le côté et expiration subaquatique (MP ou GP)</p>	<p>« Les sirènes » Dispositif : élèves par vague, sans matériel de flottaison But : se déplacer en utilisant uniquement les jambes et en prenant une inspiration sur le côté (si palmes : bras le long du corps ; sinon : un bras tendu devant et l'autre le long du corps) CR : alterner inspiration sur le côté et expiration subaquatique orientée vers le fond</p>
<p>Immersion</p>	<p>S'immerger en ouvrant les yeux (MP)</p>	<p>« Le roul'eau » Dispositif : départ immergé ; objets dispersés au fond du bassin à des distances variables du bord But : se déplacer en nage ventrale, récupérer l'objet, effectuer une rotation longitudinale si nécessaire pour remonter en position dorsale CR : rapporter l'objet en ayant réalisé tout le parcours sous l'eau</p>

ENTREE DANS L'EAU

→ descendre le long d'une perche oblique tête la première

EQUILIBRATION

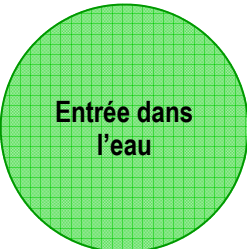
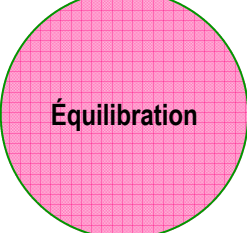
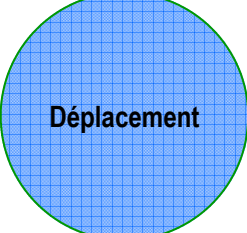
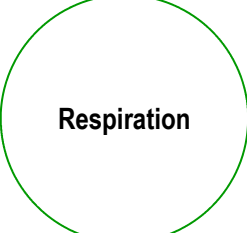
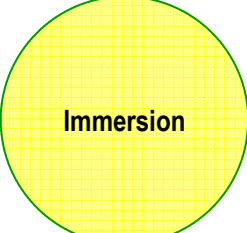


RESPIRATION / DEPLACEMENT

→ proposer une aide à la flottaison avec une ceinture en enlevant petit à petit des éléments de la ceinture
→ importance d'une expiration volontaire

RESPIRATION / IMMERSION

→ travail de la rotation avant ou arrière : faire une roulade complète (départ équilibre ventral et arrivée équilibre ventrale)

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
	<p>Entrer dans l'eau par la tête départ accroupi, contre-haut peu élevé (GP)</p>	<p>« La bascule » Dispositif : élèves en ligne sur le bord But : départ jambes fléchies et pieds joints, prendre une impulsion pour basculer en avant et entrer dans l'eau par les bras et la tête CR : entrer dans l'eau par les bras puis la tête</p>
	<p>Sans utiliser les jambes, se déplacer sur 30 m sur le ventre (MP ou GP)</p>	<p>« L'effort en bras 2 » Dispositif : élèves par vague munis d'un pull-boy ; plusieurs passages ; un observateur par élève But : traverser le bassin en utilisant uniquement les bras CR : se déplacer en gardant le pull-boy et en faisant le moins de mouvements de bras possible (comptés par l'observateur ; « je bats mon propre record »)</p>
	<p>Se déplacer sur le dos avec battement des jambes sur 15 à 30 m (GP)</p>	<p>« Le hors-bord » Dispositif : élèves en duos sur une ligne d'eau ; une planche par élève But : effectuer le parcours sur le dos le plus rapidement possible en utilisant uniquement ses jambes (bras tendus derrière la tête maintenant la planche) CR : se déplacer sans mouvement propulseur des bras (ne pas lâcher la planche)</p>
	<p>Expirer sous l'eau pendant une coulée ventrale (GP)</p>	<p>« La torpille » Dispositif : par binôme, un élève dans l'eau ; un observateur ; des cônes jalonnent le déplacement But : aller le plus loin possible sous l'eau en se propulsant à l'aide du muret et en soufflant par le nez CR : faire des bulles pendant la coulée et le plus longtemps possible (« je bats mon propre record »)</p>
	<p>Récupérer plusieurs objets sans aide en une seule ou plusieurs fois (MP)</p>	<p>« Les canards plongeurs » Dispositif : élèves en équipe ; objets lestés et dispersés dans un espace délimité But : après avoir effectué un plongeon canard, rapporter les objets lestés au bord CR : récupérer le plus d'objets possible pendant un temps imparti (« je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

- descendre le long d'une perche oblique tête la première
- parvenir en position ventrale au-dessus de l'objet visé puis effectuer un plongeon canard (basculer le buste vers les jambes et tracter sur les bras)


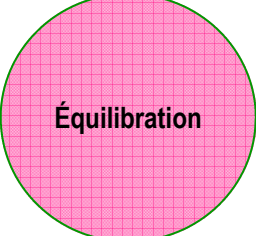
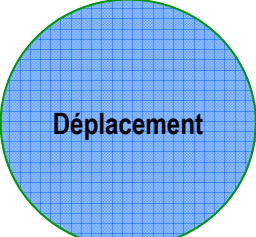
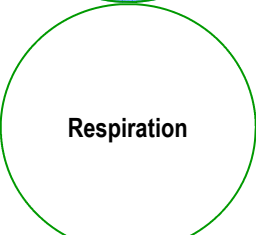
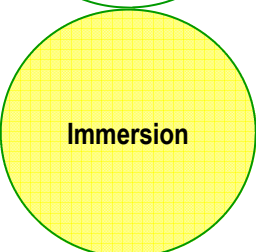
EQUILIBRATION

- l'enfant n'arrive pas à basculer la tête la première
- l'enfant ne s'enfonce pas, reste en bascule sans descendre (« il ne tracte pas »)

DEPLACEMENT

RESPIRATION / IMMERSION

- réaliser un ATR en petite puis moyenne profondeur
- variante pour la situation "Les canards plongeurs" : effectuer l'exercice sur un temps donné
- parvenir en position ventrale au-dessus de l'objet visé puis effectuer un plongeon canard (traction sur les bras tout en basculant le buste vers les jambes)

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
	<p>Plonger sans contre-haut (MP ou GP)</p>	<p>« Le plong'eau » Dispositif : par trois ; deux élèves tiennent une frite à des hauteurs différentes, le troisième saute par-dessus en s'enroulant But : plonger en franchissant la frite CR : entrer dans l'eau par les bras et la tête</p>
	<p>Sans utiliser les jambes, se déplacer sur le dos (MP ou GP)</p>	<p>« L'effort en bras 3 » Dispositif : élèves par vague munis d'un pull-boy ; plusieurs passages ; un observateur par élève But : traverser le bassin en position dorsale en utilisant uniquement les bras CR : se déplacer en gardant le pull-boy et en faisant le moins de mouvements de bras possible (comptés par l'observateur ; « je bats mon propre record »)</p>
	<p>Se déplacer sur le dos (type dos crawlé) sur 15 à 30 m (GP)</p>	<p>« Le memory » Dispositif : lignes d'eau extérieures ; un élève traverse le bassin sur le dos ; deux élèves postés le long du parcours indiquent un nombre (avec les doigts) et / ou montrent un objet situé à la verticale du passage du nageur But : traverser le bassin sur le dos en utilisant les bras et les jambes CR : redonner le nombre et / ou le nom de l'objet</p>
	<p>Expirer lors de la phase de poussée sur un déplacement du type dos crawlé (GP)</p>	<p>« Je pousse, je souffle » Dispositif : élèves en binômes ; un nageur, un observateur ; le nageur se déplace sur le dos avec une planche sur le ventre alternativement tenue par le bras non propulseur ; l'observateur constate l'expiration But : placer l'expiration sur la phase de poussée du bras CR : expirer au bon moment (validation de l'observateur)</p>
	<p>Après un plongeon, effectuer une glissée ventrale (MP)</p>	<p>« Je coule, je glisse » Dispositif : au signal, les élèves plongent, passent dans un cerceau immergé et se laissent glisser le plus loin possible ; des plots balisent la zone d'arrivée But : franchir le cerceau immergé et remonter à la surface le plus loin possible CR : atteindre la zone d'arrivée en immersion (« je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

→ éloigner un cerceau flottant du bord pour favoriser une entrée à l'oblique dans l'eau

EQUILIBRATION

- l'enfant n'effectue pas un plongeon qui permet une glissée ventrale
- l'enfant ne passe pas dans le cerceau
- expiration insuffisamment significative pour l'observateur

RESPIRATION / DEPLACEMENT

→ exagérer l'expiration par la bouche

RESPIRATION / IMMERSION

→ proposer à l'élève de passer sous un tapis flottant (en largeur ou en longueur) en faisant varier la profondeur

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
<p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Sauter d'un contre-haut élevé pour « aller profond » (GP)</p>	<p>« Le sauveteur » Dispositif : des cerceaux flottants ; par vague, les élèves sautent dans les cerceaux But : sauter pour entrer dans l'eau à la verticale CR : ne pas toucher le cerceau</p>
<p>Équilibration</p>	<p>Suite à une poussée contre le mur, se déplacer sous l'eau (MP ou GP)</p>	<p>« Les sous-marins » Dispositif : un nageur et un observateur ; des plots balisent la zone d'arrivée ; les élèves partent par vague But : aller le plus loin possible sous l'eau CR : atteindre la zone d'arrivée (« je bats mon propre record »)</p>
<p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur 15 à 30 m sur le ventre (type crawl) en insistant sur le travail des bras et des jambes (GP)</p>	<p>« Le crawl rythmé » Dispositif : un nageur par ligne d'eau et un observateur ; alterner les mouvements des bras propulseurs / battements de jambes permanents (3 s entre chaque mouvement) But : réaliser la distance le plus rapidement possible en nage type crawl CR : respecter la durée entre deux mouvements de bras (compter jusqu'à 5 entre chaque mouvement)</p>
<p>Respiration</p>	<p>Expirer sous l'eau pendant un déplacement de type brasse (GP)</p>	<p>« La glisse » Dispositif : un nageur et un observateur par ligne d'eau But : expirer sur la phase de glisse pendant un déplacement de type brasse CR : faire des bulles pendant l'expiration en effectuant le moins de mouvements possible (« je bats mon propre record »)</p>
<p>Immersion</p>	<p>Récupérer un objet sans aide après un plongeon canard ou un saut (GP)</p>	<p>« Les voleurs de coquillages » Dispositif : deux équipes, deux camps ; des objets disposés au fond du bassin But : au signal, s'immerger pour aller chercher un objet dans le camp adverse et le rapporter dans le sien CR : rapporter au moins un objet</p>

ENTREE DANS L'EAU

- sauter à l'intérieur d'un grand cerceau flottant pour obliger l'enfant à se gainer (pieds et jambes bien serrés)
- retravailler le saut en moyenne profondeur
- exercice à reproduire en plus grande profondeur
- **N.B.** : ce saut se rapproche du saut des sauveteurs permettant une immersion profonde et rapide

EQUILIBRATION

- l'enfant saute sans être gainé
- crainte d'aller trop profond et de ne plus maîtriser sa respiration

RESPIRATION / DEPLACEMENT

- faire des grands mouvements et des battements lents pour augmenter le temps de glisse
- importance de l'expiration volontaire

RESPIRATION / IMMERSION

- variante pour la situation "Les voleurs de coquillages" : distance entre les camps ; départ dans l'eau ou sur le bord

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
<p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Plonger d'un contre-haut peu élevé (GP)</p>	<p>« Le cerceau flottant » Dispositif : élèves par vague, cerceaux flottants distants du bord But : plonger dans le cerceau CR : entrer dans l'eau par les bras et la tête</p>
<p>Équilibration</p>	<p>Suite à un plongeon, se laisser glisser loin sous l'eau (GP)</p>	<p>« Le cerceau flottant 2 » Dispositif : élèves par vague, cerceaux flottants ; des plots balisent la zone d'arrivée But : après avoir plongé dans un cerceau flottant, réaliser une coulée ventrale la plus longue possible CR : atteindre la zone d'arrivée (« je bats mon propre record »)</p>
<p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur le ventre avec des mouvements type brasse (GP)</p>	<p>« La brasse économe » Dispositif : un nageur par ligne d'eau ; un observateur qui compte et valide le nombre de mouvements de son camarade But : se déplacer en nage type brasse en réalisant le moins de mouvements de bras possible CR : diminuer le nombre de mouvements de bras sur la même distance (« je bats mon propre record »)</p>
<p>Respiration</p>	<p>Synchroniser inspiration et propulsion dans un déplacement type brasse (GP)</p>	<p>« De l'air, de l'air ! » Dispositif : un nageur et un observateur par ligne d'eau ; l'observateur constate l'inspiration (pas d'expiration aérienne) But : inspirer à la fin du mouvement de traction des bras ; expirer sous l'eau pendant la phase de glisse CR : inspirer au bon moment (validation par l'observateur)</p>
<p>Immersion</p>	<p>Récupérer plusieurs objets sans aide après un plongeon canard ou un saut (GP)</p>	<p>« Les pilleurs d'épaves » Dispositif : deux équipes, une ou deux épaves (des objets disposés au fond du bassin) But : au signal, s'immerger pour aller chercher un à un le plus d'objets possible (vider la ou les épaves) CR : chaque élève rapporte au moins un objet au bord (« je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

→ éloigner le cerceau flottant du bord pour favoriser une entrée à l'oblique dans l'eau

EQUILIBRATION

- l'enfant maîtrise le temps d'apnée mais a du mal à rester sous l'eau de façon active à cause de la poussée d'Archimède
- l'enfant n'effectue pas un plongeon qui permet une glissée ventrale
- inspiration insuffisamment significative pour l'observateur

RESPIRATION / DEPLACEMENT

→ Le fouetté de jambes arrive après la traction des bras
→ importance de l'expiration volontaire

RESPIRATION / IMMERSION

- proposer un jeu type "Les trous dans la banquise" où des cerceaux flottants sont disposés dans le bassin et les enfants ne peuvent reprendre leur respiration qu'à ces endroits
- diminuer le nombre de cerceaux pour les obliger à rester sous l'eau plus longtemps
- prévoir une cage (si disponible) pour que l'enfant puisse s'agripper et rester de plus en plus longtemps sous l'eau pour rapporter un maximum d'objets
- variante pour la situation "Les pilleurs d'épaves" : distance entre l'épave et le bord, départ dans l'eau ou sur le bord
- si inspiration difficile à constater, se concentrer sur l'expiration

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
<p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Plonger d'un contre-haut élevé (GP)</p>	<p>« Le cerceau flottant 3 » Dispositif : élèves par vague ; cerceaux flottants distants du bord But : plonger dans le cerceau CR : entrer dans l'eau par les bras et la tête</p>
<p>Équilibration</p>	<p>Se déplacer sous l'eau suite à un plongeon (GP)</p>	<p>« La course aux merlus » Dispositif : deux équipes ; objets disposés au fond du bassin ; cerceaux lestés à mi-profondeur But : se déplacer sous l'eau, franchir un cerceau immergé pour aller chercher un objet CR : rapporter l'objet en ayant effectué tout le parcours en immersion</p>
<p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer en diminuant le plus possible le nombre de mouvements (GP)</p>	<p>« La nage économe » Dispositif : un nageur par ligne d'eau ; un observateur qui compte et valide le nombre de mouvements de son camarade But : se déplacer en nage type brasse ou crawl en réalisant le moins de mouvements de bras possible CR : diminuer le nombre de mouvements de bras sur la même distance (« je bats mon propre record »)</p>
<p>Respiration</p>	<p>Synchroniser inspiration et propulsion dans un déplacement type crawl (GP)</p>	<p>« De l'air, de l'air 2 » Dispositif : un nageur par ligne d'eau et un observateur ; une planche par nageur But : se déplacer en tenant une planche devant lui ; inspirer à la fin du mouvement de traction du bras (une fois sur 2) CR : inspirer au moment où le coude sort de l'eau (validation par l'observateur)</p>
<p>Immersion</p>	<p>Effectuer une glissée ventrale après un plongeon (GP)</p>	<p>« Je coule, je glisse 2 » Dispositif : au signal, les élèves plongent, passent dans un cerceau immergé et se laissent glisser le plus loin possible ; des plots balisent la zone d'arrivée But : franchir le cerceau immergé et remonter à la surface le plus loin possible CR : atteindre la zone d'arrivée en immersion (« je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

- varier l'éloignement du cerceau flottant
- filmer les plongeurs pour mettre en évidence le gainage et l'angle de pénétration

EQUILIBRATION


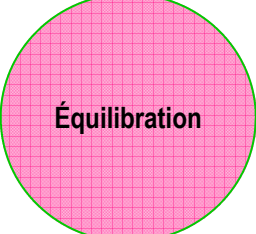
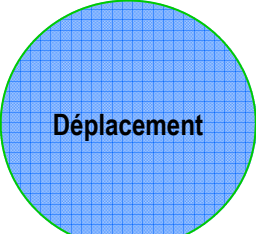
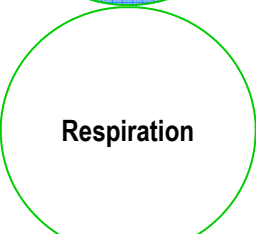
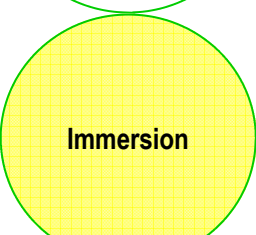
- l'enfant fait beaucoup de mouvements (par crainte de s'enfoncer, de couler)
- inspiration insuffisamment significative pour l'observateur

REPIRATION / DEPLACEMENT

- insister sur les jeux « je bats mon propre record »
- importance de l'expiration volontaire

RESPIRATION / IMMERSION

- si inspiration difficile à constater, se concentrer sur l'expiration

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Plonger loin (GP)</p>	<p>« Le pingouin » Dispositif : élèves par vague ; zones délimitées par des cônes ; la zone la plus éloignée rapporte le plus de points But : plonger le plus loin possible à l'intérieur de zones délimitées CR : entrer dans l'eau par les bras et la tête (« je bats mon propre record »)</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>S'équilibrer verticalement après un plongeon suivi d'un déplacement (GP)</p>	<p>« Le manch'eau » Dispositif : dispositif de la situation « Le pingouin » ; cerceau immergé verticalement But : après un plongeon et un passage dans le cerceau, s'équilibrer verticalement 5 à 10 s CR : maintenir l'équilibre en comptant au moins jusqu'à 15</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur 30 m en utilisant les 3 nages types crawl, brasse et dos crawlé (GP)</p>	<p>« Le chef d'orchestre » Dispositif : lignes d'eau partagées en 3 zones ; élèves par vague ; le premier se déplace en utilisant les trois nages de façon successive (chef d'orchestre), les autres suivent en l'imitant But : se déplacer sur 30 m en nageant selon le choix du chef d'orchestre CR : effectuer le parcours en utilisant les 3 types de nage</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Gérer le rythme et la vitesse des cycles expiration / inspiration pendant un déplacement (GP)</p>	<p>« De l'air, de l'air 3 » Dispositif : un nageur par ligne d'eau et un observateur But : se déplacer en crawl ou en brasse CR : inspirer en fin de propulsion (validation par l'observateur)</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Après un plongeon, effectuer une glissée ventrale pour aller chercher un objet (GP)</p>	<p>« Les plongeurs d'Acapulco » Dispositif : objets disposés au fond du bassin balisé en zones ; élèves par vague But : aller chercher l'objet le plus éloigné après avoir effectué un plongeon suivi d'une glissée ventrale CR : rapporter au moins un objet d'une zone éloignée (« Je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

→ "calibrer" les zones à partir du bord tous les 50 cm environ

EQUILIBRATION

→ revenir en petite profondeur et proposer à l'élève de "nager" sous l'eau le plus loin possible (challenge individuel ou par équipe)
→ l'équilibre vertical permet une récupération

- équilibration subaquatique non maîtrisée
- essoufflement

RESPIRATION / DEPLACEMENT

→ modifier l'ordre chronologique des nages
→ pour ne pas s'essouffler, penser à expirer longtemps sur la phase de glisse en brasse et le lancer de bras vers l'avant en crawl
→ validation de l'inspiration en crawl : au moment où le coude sort de l'eau
→ Validation de l'inspiration en brasse : à la fin du mouvement de traction de bras

RESPIRATION / IMMERSION

EVALUATION Palier 2

Entrée dans
l'eau

Équilibration

Respiration

Immersion

Équilibration

L'évaluation s'effectue en deux parties séparées par un temps de récupération.

- ***Se déplacer sur une trentaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis.***
- ***Enchaîner sans reprise d'appuis un saut ou un plongeon en grande profondeur, un passage dans un cerceau immergé et un sur-place de 5 à 10 secondes avant de regagner le bord.***

Respiration

Déplacement

Déplacement

Équilibration

Déplacement

Immersion

Respiration

Test d'aisance aquatique

Bulletin officiel n°34 du 12-10-2017 Circulaire du 22-08-2017

Le certificat d'aisance aquatique est défini par l'article A. 322-3-2 du code du sport.

Ce test peut être préparé et passé dès le cycle 2 et, lorsque cela est possible, dès la grande section de l'école maternelle. Sa réussite peut être certifiée par tout enseignant des établissements d'enseignement publics ou des établissements d'enseignement privés sous contrat avec l'État, dans l'exercice de ses missions. **L'obtention du certificat d'aisance aquatique permet l'accès aux activités aquatiques dans le cadre des accueils collectifs de mineurs** (article A. 322-3-1 du code du sport).

Le test permet de s'assurer que l'élève est apte à :

- effectuer un saut dans l'eau ;
- réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq secondes ;
- réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes ;
- nager sur le ventre pendant vingt mètres ;
- franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.

Ce test peut être réalisé avec ou sans brassière de sécurité.

Un certificat attestant de la réussite au test est remis à l'élève ou à son représentant légal.

*Certificat
d'aisance aquatique*

L'élève est apte à :

- effectuer un saut dans l'eau ;
- réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq secondes ;
- réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes ;
- nager sur le ventre pendant vingt mètres ;
- franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.

Ce test peut être réalisé avec ou sans brassière de sécurité.

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

École/collège :

*Le professeur des écoles, ou le professeur d'éducation physique et sportive *, certifie que l'élève ci-dessus nommé a passé avec succès le test défini par l'article A 322-3-2 du code du sport*

**rayer la mention inutile*

Date :

Nom et signature du professeur

Cachet de l'établissement et
signature du directeur de l'école
ou du chef d'établissement

*Certificat
d'aisance aquatique*

L'élève est apte à :

- effectuer un saut dans l'eau ;
- réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq secondes ;
- réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes ;
- nager sur le ventre pendant vingt mètres ;
- franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.

Ce test peut être réalisé avec ou sans brassière de sécurité.

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

École/collège :

Le professeur des écoles, ou le professeur d'éducation physique et sportive, certifie que l'élève ci-dessus nommé a passé avec succès le test défini par l'article A 322-3-2 du code du sport

**rayer la mention inutile*

Date :

Nom et signature du professeur

Cachet de l'établissement et
signature du directeur de l'école
ou du chef d'établissement

Attestation Scolaire « Savoir-Nager » (ASSN)

L'attestation scolaire « savoir-nager » (ASSN) est définie par l'arrêté du 9 juillet 2015 (MENE1514345A) ; elle est validée prioritairement dans les classes de CM1, CM2 ou sixième. Cette attestation, délivrée par le directeur de l'école ou le principal du collège, est signée par le professeur des écoles et un professionnel qualifié à l'école primaire, ou par le professeur d'éducation physique et sportive au collège. Elle permet l'accès aux activités aquatiques dans le cadre des accueils collectifs de mineurs (article A. 322-3-1 du code du sport). L'attestation validée est remise à l'élève ou à son représentant légal.

Indications pour la validation de l'ASSN

L'ASSN repose sur la maîtrise d'un parcours aquatique et de connaissances spécifiques au milieu aquatique. Elle valide un niveau de compétence permettant de nager en sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, plan d'eau calme à pente douce).

Conditions de réalisation du parcours

Réalisation en continuité, sans reprise d'appuis solides (au bord du bassin, au fond ou sur tout autre élément en surface). Aucune contrainte ou limite de temps. Sans lunettes. La hauteur du bord à l'entrée dans l'eau doit être comprise entre 0 et 80 cm. Au-delà, le départ peut être réalisé sur le côté du bassin ou depuis l'une des marches de l'échelle. La profondeur doit être au minimum de 1,50 m du côté du départ. Le parcours doit être réalisé tout au long à au moins 1 mètre d'un bord latéral du bassin ou de tout appui solide.

Capacités	Indications pour l'évaluation
À partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière.	L'élève, à partir d'une position accroupie, entre par les fesses, ou le dos orienté vers la surface de l'eau, et reste dans l'axe de la chute.
Se déplacer sur une distance de 3,5 m en direction d'un obstacle.	Déplacement libre.
Franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 m.	L'immersion du corps doit être complète. Aucune partie du corps du nageur ne doit toucher l'obstacle.
Se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 m.	Déplacement libre sans contrainte temporelle.
Au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplage vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 m.	Position verticale statique ou dynamique ; visage et voies respiratoires émergées.
Faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale.	Ne pas toucher le fond ou le mur. Sans reprise d'appui solide (fond du bassin, bord, ligne d'eau ou objet flottant).
Se déplacer sur le dos sur une distance de 15 m.	Déplacement libre sans contrainte temporelle.
Au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplage en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 m.	Position horizontale dorsale statique avec ou sans action de stabilisation ; voies respiratoires émergées.
Se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète.	L'immersion du corps doit être complète. Aucune partie du corps du nageur ne doit toucher l'obstacle.
Se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ.	Déplacement libre sans contrainte temporelle.

Au cours de l'enseignement, l'élève devra attester des connaissances suivantes :

Connaissances et attitudes	Indications pour l'évaluation
Savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème.	Localiser le surveillant.
Connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé.	Utilisation systématique de la douche et respect des consignes de sécurité spécifiques au bassin.
Savoir identifier les environnements et les circonstances pour lesquels l'ASSN est adaptée.	Identifier ses ressources et ses limites en fonction du milieu.



Attestation scolaire
« savoir-nager »

Photo



Attestation scolaire
« savoir-nager »

Photo

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

École/collège :

Le professeur des écoles et le professionnel agréé, ou le professeur d'éducation physique et sportive, certifient que l'élève ci-dessus nommé maîtrise le savoir-nager défini par l'arrêté du 9 juillet 2015 (parcours de capacités, connaissances et attitudes).*

Date :

**rayer la mention inutile*

Noms et signatures
du professionnel agréé (et titre)

du professeur

Cachet de l'établissement et
signature du directeur de l'école
ou du chef d'établissement

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

École/collège :

Le professeur des écoles et le professionnel agréé, ou le professeur d'éducation physique et sportive, certifient que l'élève ci-dessus nommé maîtrise le savoir-nager défini par l'arrêté du 9 juillet 2015 (parcours de capacités, connaissances et attitudes).*

Date :

**rayer la mention inutile*

Noms et signatures
du professionnel agréé (et titre)

du professeur

Cachet de l'établissement et
signature du directeur de l'école
ou du chef d'établissement

FICHE DE LIAISON NATATION

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Établissement :

1^{er} palier

L'évaluation s'effectue en deux parties séparées par un temps de récupération.

- ⇒ Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis.
- ⇒ Enchaîner sans reprise d'appuis un saut en moyenne profondeur, un passage sous un objet flottant puis se laisser flotter un instant (3 à 5 secondes) avant de regagner le bord.

Validé le :

Par :

Fonction :

Signature :

2^{ème} palier

L'évaluation s'effectue en deux parties séparées par un temps de récupération.

- ⇒ Se déplacer sur une trentaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis.
- ⇒ Enchaîner sans reprise d'appuis un saut ou un plongeon en grande profondeur, un passage dans un cerceau immergé et un sur-place de 5 à 10 secondes avant de regagner le bord.

Validé le :

Par :

Fonction :

Signature :

3^{ème} palier

L'évaluation s'effectue en effectuant le parcours complet, en continuité, sans reprise d'appuis.

- ⇒ Sauter ou plonger en grande profondeur ;
- ⇒ Revenir à la surface et s'immerger pour passer sous un obstacle flottant ;
- ⇒ Nager 20 mètres : 10 mètres sur le ventre et 10 mètres sur le dos ;
- ⇒ Réaliser un sur-place de 10 secondes ;
- ⇒ S'immerger à nouveau pour passer sous un obstacle flottant.

Validé le :

Par :

Fonction :

Signature :

Test d'aisance aquatique

permettant l'accès
aux activités aquatiques dans
le cadre des accueils
collectifs de mineurs (article
A.322-3-1 du code du sport)

L'élève est apte à :

- effectuer un saut dans l'eau ;
- réaliser une flottaison sur le dos pendant cinq secondes ;
- réaliser une sustentation verticale pendant cinq secondes ;
- nager sur le ventre pendant vingt mètres ;
- franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.

Ce test peut être réalisé avec ou sans brassière de sécurité.

Validé le :

Par :

Fonction :

Signature :



FICHE DE LIAISON NATATION

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

École / collège :

*Cachet de l'établissement
et signature du directeur de l'école
ou du chef d'établissement :*

ASSN

Attestation
scolaire
« savoir-nager »

L'élève est capable de réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes le parcours suivant :

- 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.

Connaissance et attitudes :

L'élève

- sait identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème ;
- connaît les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé ;
- sait identifier les environnements et les circonstances pour lesquels la maîtrise du savoir-nager est adaptée.

Validé le :

Par :

Fonction :

Signature :

Et par :

Fonction :

Signature :

BIBLIOGRAPHIE

COUDRIER (C.), MAURY (B.), Natation pour les 6-12 ans - 6 paliers, 72 jeux à l'école élémentaire, Éditions Revue EPS, 2000

ÉQUIPE DÉPARTEMENTALE EPS DU TARN, Le fabuleux voyage de Lola - Les aventures de Pensatou et Tétanlère, Éditions EP&S, 2008, coll. « Un album à... »

TOUCHARD (Y.), Natation scolaire : surveillance, encadrement et conditions matérielles, Territorial Éditions, 2011

SCHWOB (V.), BUREAU (P.P.), Dossier « SAVOIR-NAGER », Revue EPS n° 361, Éditions EP&S, 2014

ÉQUIPE DÉPARTEMENTALE EPS DES ARDENNES, L'eau, mon amie, SCÉREN, 2002

ÉQUIPE DÉPARTEMENTALE EPS DU CALVADOS, Les activités aquatiques à l'école, 2008

ÉQUIPE DÉPARTEMENTALE EPS DU HAUT-RHIN, Tous en nage, 2011

