

académie
Reims



direction des services
départementaux
de l'éducation nationale
Haute-Marne

Étapes 1 à 10

En route vers l'ASSN

30 étapes vers le savoir-nager

Évaluation Palier 1

EQUIPE EPS 52

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.

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Nadette Fauvin', written in a cursive style.

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)

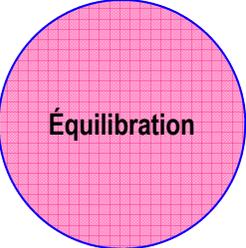
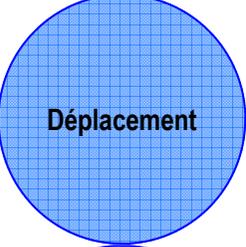
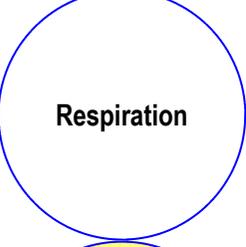
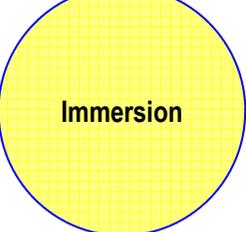
Ont contribué à l'élaboration de ce document :

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
1	Descendre par les marches (PP)	S'équilibrer verticalement dans l'eau, sur deux puis un pied (PP)	Marcher, courir dans l'eau (PP)	Immerger le nez et la bouche pour expirer avec les deux (PP)	Accepter d'avoir de l'eau sur le visage, de se faire asperger (PP)
2	Descendre par l'échelle (PP)	Quitter ses appuis plantaires pour chercher d'autres formes d'équilibre (PP)	Marcher, courir dans l'eau sans matériel et sans appuis manuels (PP)	Immerger la tête et bloquer sa respiration pendant 3 s (PP)	Immerger le visage puis la tête (PP)
3	Entrer dans l'eau en glissant avec du matériel (PP)	Quitter ses appuis plantaires pour chercher d'autres formes d'équilibre (PP)	Se déplacer à l'aide des bras dans très peu d'eau en position ventrale (TPP)	Immerger la tête et expirer par la bouche (PP)	Immerger la tête pendant au moins 3 s (PP)
4	Descendre par l'échelle (MP)	S'allonger sur le dos et sur le ventre avec du matériel (PP)	Se laisser déplacer en position ventrale puis dorsale (PP)	Expirer dans l'eau de plus en plus longtemps (PP)	Passer sous un objet placé en surface (PP)
5	Sauter du bord sans matériel (PP)	S'allonger sur le dos et sur le ventre pendant 3 à 5 s avec du matériel (PP)	Se déplacer de différentes façons sans appuis plantaires (PP)	Alterner inspirations aériennes et expirations subaquatiques (PP)	Descendre au fond du bassin , se repérer et remonter (PP)
6	Sauter du bord sans matériel et arriver groupé (PP)	Se laisser déplacer en position ventrale puis dorsale sans matériel (PP)	Se déplacer de différentes façons sans appuis plantaires (MP)	Immerger la tête et expirer par la bouche (MP ou GP)	Récupérer un objet avec appuis possibles (PP)
7	Entrer dans l'eau en glissant avec du matériel (MP)	S'équilibrer au moins 5 s sur le ventre et sur le dos, sans matériel (PP)	Se déplacer sur 15 m avec matériel (PP)	Immerger la tête pendant un déplacement et expirer par la bouche (PP)	Descendre le long d'une perche (MP)
8	Sauter d'un tapis accroché au bord, avec matériel (MP)	S'allonger sur le dos et sur le ventre avec du matériel (MP)	Se déplacer sur 15 m sans matériel (MP)	Expirer dans l'eau le plus longtemps possible (MP ou GP)	Ouvrir les yeux sous l'eau, récupérer un objet et le remonter (MP)
9	Sauter avec matériel (MP)	S'allonger sur le dos et sur le ventre (MP)	Se déplacer sur une courte distance sans matériel et sans reprise d'appuis (MP ou GP)	Alterner inspirations aériennes et expirations subaquatiques avec matériel (PP)	Passer sous des objets placés en surface (MP)
10	Sauter sans matériel (MP)	S'équilibrer 3 à 5 s sur le ventre et sur le dos, sans matériel (MP)	Se déplacer sur 15 m sans matériel (MP)	Alterner inspirations aériennes et expirations subaquatiques sans matériel (MP)	Récupérer un objet immergé (MP ou GP)

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Descendre par les marches (PP)</p>	<p>« L'entrée des nageurs » Dispositif : élèves en colonne ou alignés selon la configuration des lieux ; déplacements divers indiqués par le professeur (debout, assis, sur les genoux, comme un crocodile...) But : descendre de manières différentes en empruntant les marches et en essayant d'aller le plus loin possible en profondeur CR : réaliser la tâche d'au moins 3 manières différentes</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>S'équilibrer verticalement dans l'eau, sur deux puis sur un pied (PP)</p>	<p>« Les statues » Dispositif : les élèves se déplacent dans un espace But : au signal, s'immobiliser momentanément dans des positions de statues CR : proposer au moins 3 statues différentes avec des appuis variés</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Marcher, courir dans l'eau (PP)</p>	<p>« Répondre au signal » Dispositif : déplacement d'un point à un autre en file indienne ; perche But : se déplacer le long de la goulotte avec ou sans perche en répondant à des indications visuelles et sonores (dans un sens ; dans l'autre, on s'arrête, on met la bouche sous l'eau, on lâche un bras, on tourne sur soi...) CR : respecter les consignes du professeur</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Immerger le nez et la bouche pour expirer avec les deux (PP)</p>	<p>« Le chant des baleines » Dispositif : élèves positionnés le long de la goulotte But : au signal, on va souffler, crier, parler, chanter... sous l'eau CR : accepter de mettre le nez et la bouche dans l'eau pour souffler</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Accepter d'avoir de l'eau sur le visage, de se faire asperger (PP)</p>	<p>« Jacques a dit » Dispositif : élèves disposés en arc de cercle devant le professeur But : réaliser les actions énoncées par le professeur et commençant par « Jacques a dit... » : Consignes possibles : se mouiller jusqu'aux épaules, jusqu'au menton, jusqu'au nez, jusqu'aux yeux et ne plus bouger ; s'envoyer de l'eau sur le ventre, sur les épaules, sur le visage ; envoyer de l'eau sur son voisin CR : respecter les consignes</p>

ENTREE DANS L'EAU

→ à chaque marche descendue, s'asperger une partie du corps, en allant des pieds vers la tête

EQUILIBRATION

→ utiliser ses bras pour se déplacer (en prenant appui dans l'eau), à la manière d'un petit chien

Les gestes moteurs sont d'une manière générale acquis par les élèves (descendre des marches, marcher, courir, s'équilibrer verticalement, se tenir à quelque chose...).

Les difficultés sont d'ordre affectif, face à un environnement inconnu, instable et source d'appréhension.

Deux points doivent faire l'objet d'une attention toute particulière :

- une place importante accordée au jeu, de manière à dédramatiser la situation et gommer l'appréhension de l'élève
- une proximité bienveillante et rassurante de l'adulte

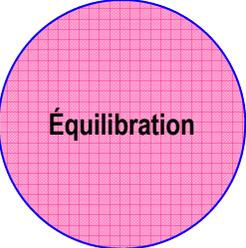
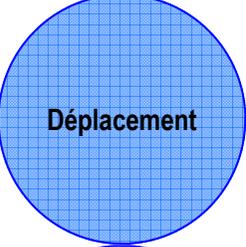
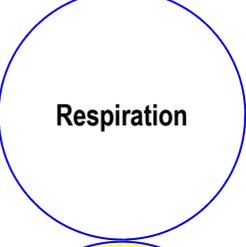
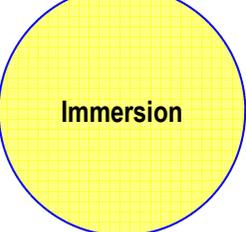
Cette familiarisation avec ce milieu est une condition nécessaire pour asseoir les apprentissages ultérieurs.

DEPLACEMENT

→ ajouter un matériel de flottaison pour rassurer et encourager
→ plaquer les genoux au mur pour ajouter un appui rassurant

RESPIRATION / IMMERSION

→ se mettre sous la douche et laisser couler l'eau sur son visage
→ s'asperger, seul ou à deux, sous la douche ou dans le bassin

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Descendre par l'échelle (PP)</p>	<p>« Toucher le fond » Dispositif : les élèves descendent un à un par l'échelle sans la lâcher But : aller toucher le fond du bassin : avec les pieds puis les genoux, en posant une main CR : toucher le fond avec la partie du corps demandée</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>Quitter ses appuis plantaires pour chercher d'autres formes d'équilibre (PP)</p>	<p>« Les petits singes » Dispositif : élèves disposés en arc de cercle But : les élèves doivent toucher le fond du bassin avec la partie du corps signifiée par le professeur (main, coude, genou, fesses...) CR : toucher le fond avec la partie du corps demandée</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Marcher, courir dans l'eau sans matériel et sans appuis manuels (PP)</p>	<p>« Les épaves flottantes » Dispositif : deux équipes, de nombreux objets flottants, deux ports (caisses, paniers...) But : au signal, se déplacer le plus vite possible pour rapporter le maximum d'objets dans son panier CR : rapporter le plus d'épaves possible à son port</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Immerger la tête et bloquer sa respiration pendant 3 s (PP)</p>	<p>« Le remorqueur pousseur » Dispositif : un élève, une planche, un espace d'évolution libre But : en ayant pied, déplacer une planche en se servant de son front, les mains dans le dos ; compter au moins jusqu'à 5 CR : faire avancer la planche, le visage dans l'eau</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Immerger le visage puis la tête (PP)</p>	<p>« Le filet des pêcheurs » Dispositif : deux groupes d'élèves ; pêcheurs en ronde (filet) se tenant la main à la surface de l'eau ; poissons dans le filet ; après d'un certain temps, le filet se ferme ; les poissons restés à l'intérieur ont perdu ; changer les rôles But (pour les poissons) : sortir du filet et y retourner le plus de fois possible en passant sous les bras des pêcheurs sans être pris au signal final CR : avoir le visage dans l'eau en passant sous le filet</p>

ENTREE DANS L'EAU

EQUILIBRATION

→ le professeur peut s'impliquer physiquement dans le jeu, en apportant si nécessaire une aide à un ou plusieurs élèves (en donnant la main par exemple) et en adaptant la profondeur

Certains gestes moteurs sont d'une manière générale acquis par les élèves (descendre par l'échelle, marcher, courir, s'équilibrer verticalement, se tenir à quelque chose...).

Les difficultés sont encore d'ordre affectif, face à un environnement inconnu, instable et source d'appréhension.

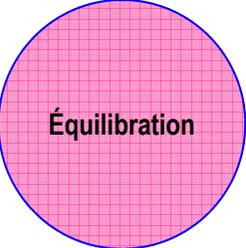
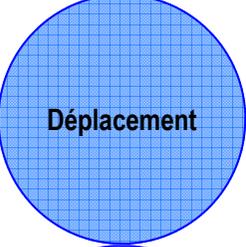
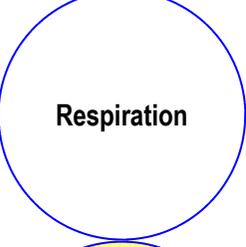
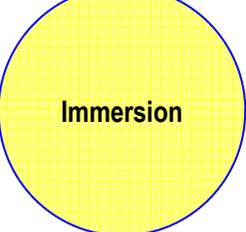
Deux points doivent faire l'objet d'une attention toute particulière :

- chercher d'autres formes d'équilibre que la position debout
- mettre le visage puis la tête dans l'eau et bloquer sa respiration

DEPLACEMENT

RESPIRATION / IMMERSION

→ proposer des étapes intermédiaires dans la manière de propulser la planche : avec le menton, la bouche, le nez puis le front
→ le professeur peut s'impliquer physiquement dans le jeu du filet des pêcheurs en faisant descendre progressivement la hauteur des mains

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Entrer dans l'eau en glissant avec du matériel (PP)</p>	<p>« Le toboggan » Dispositif : toboggan ou tapis installé au bord du bassin ; élèves en colonne But : glisser sur un plan incliné avec matériel de flottaison de différentes manières énoncées par le professeur : assis, allongé sur le dos, en avant, en arrière, allongé sur le ventre, tête la première, en rotation (si tapis)... CR : respecter les consignes</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>Quitter ses appuis plantaires pour chercher d'autres formes d'équilibre (PP)</p>	<p>« La pêche à l'oursin » Dispositif : élèves sont répartis dans l'espace, munis d'une ceinture ; le professeur est le pêcheur et doit attraper les élèves en les touchant But : échapper au pêcheur en se mettant en boule CR : ne pas toucher le fond pour ne pas être attrapé</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer à l'aide des bras dans très peu d'eau en position ventrale (TPP)</p>	<p>« La course des crocodiles » Dispositif : élèves en colonne sur les marches ou en très petite profondeur But : se déplacer en position ventrale le plus rapidement possible CR : utiliser uniquement les mains comme appuis</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Immerger la tête et expirer par la bouche (PP)</p>	<p>« Les bulles » Dispositif : travail en binôme ; un enfant, tête immergée, fait des bulles ; l'autre valide la tâche hors de l'eau (possibilité de faire compter pour aller vers une expiration plus longue) But : expirer de l'air par la bouche le plus longtemps possible CR : faire des bulles et compter au moins jusqu'à 5</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Immerger la tête pendant au moins 3 s (PP)</p>	<p>« 1, 2, 3 croco » Dispositif : élèves en ligne le long d'une goulotte, à l'opposé du meneur (professeur ou élève) qui leur tourne le dos ; après avoir dit « 1, 2, 3 croco » et s'être retourné, le meneur désigne chaque élève qui n'a pas la tête sous l'eau et le fait reculer d'un pas But : se rendre au point d'arrivée le plus rapidement possible CR : avoir la tête sous l'eau lorsque le professeur se retourne</p>

ENTREE DANS L'EAU

- La présence du professeur peut être nécessaire au moment de l'entrée dans l'eau
- jouer sur le matériel utilisé pour varier la hauteur, l'inclinaison et par conséquent la vitesse d'entrée dans l'eau

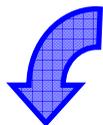
EQUILIBRATION

Certains gestes moteurs sont d'une manière générale acquis par les élèves (glisser sur un toboggan, marcher, courir, s'équilibrer verticalement, se tenir à quelque chose...).

Les difficultés sont encore d'ordre affectif, face à un environnement inconnu, instable et source d'appréhension.

Trois points doivent faire l'objet d'une attention toute particulière :

- entrer dans l'eau d'une autre façon que sur ses pieds
- passer de la position verticale à la position horizontale pour se déplacer
- souffler dans l'eau pour faire des bulles

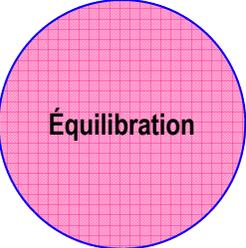
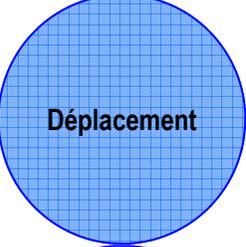
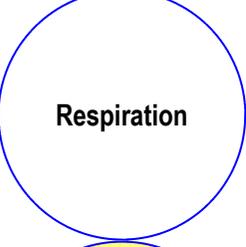
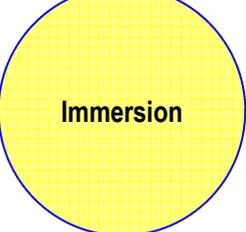


DEPLACEMENT

- jeu pouvant s'effectuer sous forme de relais

RESPIRATION / IMMERSION

- varier la profondeur d'immersion de la tête pour souffler dans l'eau et faire des bulles
- utiliser un objet pour conduire le souffle (tuyau par exemple), d'abord tête hors de l'eau puis immergée

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Descendre par l'échelle (MP)</p>	<p>« Le grand bain » Dispositif : élèves en file indienne, avec puis sans matériel de flottaison But : descendre par l'échelle ; se déplacer le long de la goulotte puis remonter par l'échelle opposée CR : effectuer le parcours dans sa totalité</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>S'allonger sur le dos et sur le ventre avec du matériel (PP)</p>	<p>« Les naufragés » Dispositif : objets nombreux et divers flottant sur l'eau (planches, frites, pull-boys...) But : s'équilibrer en position horizontale (ventrale ou dorsale) en utilisant les objets à disposition (de moins en moins nombreux) CR : avoir pieds, bassin, épaules, mains à la surface de l'eau</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Se laisser déplacer en position ventrale puis dorsale (PP)</p>	<p>« Les sauveteurs » Dispositif : élèves en binômes : un sauveteur / un naufragé ; ceintures ; changer les rôles But : se faire pousser par le sauveteur en position ventrale/dorsale (avec, puis sans matériel de flottaison) CR : conserver la position horizontale pendant le déplacement</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Expirer dans l'eau de plus en plus longtemps (PP)</p>	<p>« La péniche et le remorqueur » Dispositif : élèves en binômes ; une péniche (élève à l'horizontale) / un remorqueur (élève debout) ; planches ; le remorqueur guide la péniche en la poussant par les pieds ; changer les rôles But : en position ventrale, planche tenue bras tendus, se faire pousser par un camarade en soufflant dans l'eau CR : la péniche fait des bulles lorsqu'elle souffle dans l'eau</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Passer sous un objet placé en surface (PP)</p>	<p>« Le tunnel » Dispositif : deux élèves tiennent une planche à la surface de l'eau pour former un élément du tunnel ; les autres passent dessous But : franchir plusieurs planches CR : passer sous les planches sans les soulever (« je bats mon propre record »)</p>

ENTREE DANS L'EAU

EQUILIBRATION

- basculer en arrière avec une planche placée préalablement derrière la tête
- travailler en binôme : un élève réceptionne la planche puis recule en tractant son camarade ; l'élève tracté doit absolument dans un premier temps garder la planche sous la tête

- accepter la bascule en arrière pour se mettre à l'horizontale, sur le dos
- passer en immersion sous un objet placé en surface

RESPIRATION / IMMERSION

- prévoir une organisation à 3 élèves : une péniche, un remorqueur et un contrôleur de bulles
- proposer d'autres objets à franchir : corde, ligne d'eau, perche, frite...

DEPLACEMENT

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
<p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Sauter du bord sans matériel (PP)</p>	<p>« Le grand saut » Dispositif : élèves en colonne pour sauter l'un derrière l'autre ; professeur dans l'eau en sécurité But : entrer dans l'eau sans matériel en sautant du bord CR : arriver dans l'eau par les pieds</p>
<p>Équilibration</p>	<p>S'allonger sur le dos et sur le ventre pendant 3 à 5 s avec du matériel (PP)</p>	<p>« 1,2,3 je flotte » Dispositif : élèves avec planche ou ceinture en ligne le long d'une goulotte, à l'opposé du meneur (professeur ou élève) qui leur tourne le dos ; après avoir dit « 1, 2, 3, je flotte » et s'être retourné, le meneur désigne chaque élève qui ne se trouve pas en équilibre horizontal et le fait reculer d'un pas But : se rendre au point d'arrivée le plus rapidement possible CR : avoir pieds, bassin, épaules, mains à la surface de l'eau lorsque le professeur se retourne</p>
<p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer de différentes façons sans appuis plantaires (PP)</p>	<p>« La traversée » Dispositif : espace où les élèves, si possible, n'ont plus pied ; escale à mi-chemin (bord avec repères, tapis, ligne d'eau...) But : aller d'un point à un autre sans appuis plantaires, sur le ventre et sur le dos en avançant, en reculant, en tournant (changement à chaque escale), avec matériel de flottaison (frite, ceinture) CR : se déplacer pieds, bassin, épaules, mains à la surface de l'eau</p>
<p>Respiration</p>	<p>Alterner inspirations aériennes et expirations subaquatiques (PP)</p>	<p>« L'ascenseur » Dispositif : élèves en binômes : un acteur/un observateur qui contrôle et valide l'expiration (compter jusqu'à 3 par ex.) But : souffler le plus longtemps possible sous l'eau après avoir pris une brève inspiration CR : faire des bulles en comptant au moins jusqu'à 3 ; enchaîner 5 inspirations et 5 expirations</p>
<p>Immersion</p>	<p>Descendre au fond du bassin ; se repérer et remonter (PP)</p>	<p>« Le sous-marin » Dispositif : objets assez nombreux et variés posés au fond (cerceaux, algues, anneaux...) ; élèves envoyés par vague de deux ou trois vers un objet différent désigné à chacun But : s'asseoir sur, dans ou à côté de l'objet attribué CR : toucher l'endroit désigné avec ses fesses</p>

ENTREE DANS L'EAU

- permettre aux élèves équipés de ceinture de :
 - sauter en tenant une perche tendue par l'adulte en dehors de l'eau
 - sauter et attraper une frite tendue par le professeur dans l'eau
 - sauter sans assistance avec une frite
- insister sur la prise d'impulsion (relation avec d'autres APS : sauts dans les activités gymniques et athlétiques).

EQUILIBRATION



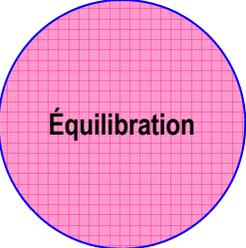
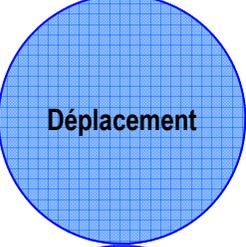
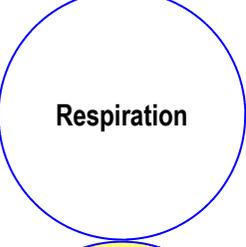
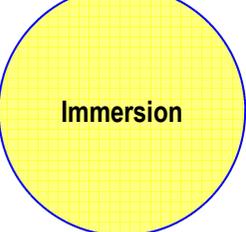
- sauter dans l'eau depuis le bord
- vider les poumons pour :
 - avoir une expiration et une inspiration efficaces
 - pouvoir descendre au fond de l'eau



DEPLACEMENT

RESPIRATION / IMMERSION

- afin d'inciter les élèves à ouvrir les yeux sous l'eau, leur demander par exemple de se saluer, une fois sur place
- proposer aux élèves qui ne parviennent pas à descendre de se servir d'une perche
- permettre le port de lunettes dans un premier temps

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Sauter du bord sans matériel et arriver groupé (PP)</p>	<p>« La bombe » Dispositif : élèves disposés en plusieurs vagues ; matériels servant d'obstacles à dépasser (frites, tapis...) disposés de manière à différencier les distances But : sauter le plus loin possible dans l'eau en position groupée CR : arriver dans l'eau au-delà de l'obstacle</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>Se laisser déplacer en position ventrale puis dorsale sans matériel (PP)</p>	<p>« Tracté, lâché » Dispositif : élèves en binômes ; l'un tracte son camarade en position horizontale en le tenant par les mains ; changer les rôles But : en position ventrale, planche tenue bras tendus, se laisser tracter par un camarade et conserver l'équilibre le plus longtemps possible après avoir lâché prise volontairement CR : avoir pieds, bassin, épaules, mains à la surface de l'eau (compter au moins jusqu'à 5)</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer de différentes façons sans appuis plantaires (MP)</p>	<p>« Les épaves flottantes 2 » Dispositif : deux équipes, de nombreux objets flottants, deux « ports » (caisses, paniers...) ; élèves équipés de ceintures ou de frites But : au signal, se déplacer le plus vite possible pour rapporter le maximum d'objets dans son panier CR : ne pas toucher le fond en se déplaçant</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Immerger la tête et expirer par la bouche (MP ou GP)</p>	<p>« Les cachalots » Dispositif : élèves alignés dans l'eau, accrochés à la goulotte But : au signal du professeur, mettre la tête sous l'eau et souffler le plus longtemps possible CR : faire des bulles sous l'eau</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Récupérer un objet avec appuis possibles (PP)</p>	<p>« La chasse au trésor » Dispositif : au fond du bassin, objets identiques et de couleurs différentes pour contraindre les élèves à ouvrir les yeux But : récupérer l'objet désigné, en s'aidant de l'échelle et en ouvrant les yeux CR : rapporter l'objet attribué</p>

ENTREE DANS L'EAU

- fléchir les jambes
- se tenir les genoux avec les mains
- se replier sur soi (cf. culbuto en gymnastique)

EQUILIBRATION

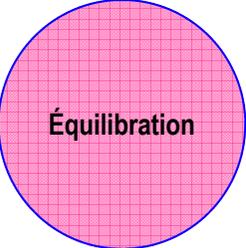
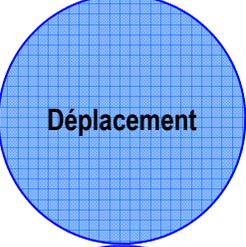
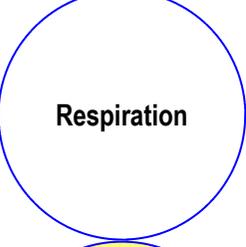
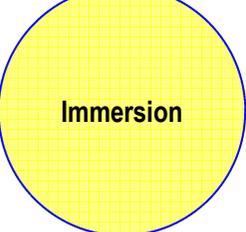
- envisager cette situation de manière plus graduée :
 - équiper l'élève qui est tracté d'une frite placée sous le bassin (pour faciliter l'équilibre et la flottaison)
 - utiliser une planche tenue bras tendus par les deux élèves et que l'élève tracté devra lâcher au signal

- entrer dans l'eau de façon compacte
- conserver son équilibre sans matériel après avoir lâché la planche tenue par son camarade
- ouvrir les yeux pour récupérer les objets demandés en prenant appui sur une perche, une échelle, la main du professeur...

DEPLACEMENT

RESPIRATION / IMMERSION

- permettre le port de lunettes dans un premier temps
- proposer de remonter plusieurs objets à la fois
- prévoir un dispositif qui permette aux objets d'être situés à des profondeurs différentes (cordages lestés avec objets à mi-profondeur)

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Entrer dans l'eau en glissant avec du matériel (MP)</p>	<p>« Le grand toboggan » Dispositif : toboggan ou tapis installé au bord du bassin ; élèves en colonne But : entrer dans l'eau en glissant avec du matériel de flottaison, de différentes manières énoncées par le professeur ; assis, sur le dos, en avant, en arrière, sur le ventre, tête la première, en rotation (avec tapis)... CR : respecter les consignes</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>S'équilibrer au moins 5 s sur le ventre et sur le dos, sans matériel (PP)</p>	<p>« La souris étoile » Dispositif : des souris et un chat ; le chat doit se déplacer et ne toucher que les souris ayant des appuis au sol ; la souris touchée devient chat ; le chat ne peut rester plus de 5 s près d'une souris But : en équilibre ventral ou dorsal, échapper au chat CR : ne pas toucher le fond pour ne pas être attrapé</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur 15 m avec matériel (PP)</p>	<p>« La régata » Dispositif : parcours de 15 m avec balises indiquant des changements de direction ; élèves munis d'une ceinture ou de frites But : effectuer le parcours indiqué CR : se déplacer sans reprise d'appuis</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Immerger la tête pendant un déplacement et expirer par la bouche (PP)</p>	<p>« La régata » Dispositif : parcours de 15 m avec balises indiquant des changements de direction et la zone d'immersion de la tête ; élèves muni d'une ceinture ou de frites But : effectuer le parcours indiqué CR : se déplacer sans reprise d'appuis, souffler pour faire des bulles dans la zone désignée</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Descendre le long d'une perche (MP)</p>	<p>« Les perches » Dispositif : plusieurs perches proposées aux élèves avec des orientations différentes : verticale ou oblique ; des objets sont posés au fond ; les élèves explorent les dispositifs selon leurs possibilités But : aller toucher le fond du bassin en se servant de la perche CR : remonter un objet</p>

ENTREE DANS L'EAU

- prévoir un adulte muni d'une perche afin d'avoir une présence rassurante pour les élèves et intervenir si besoin
- organisation possible en relais

EQUILIBRATION

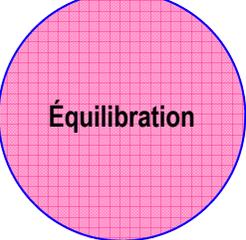
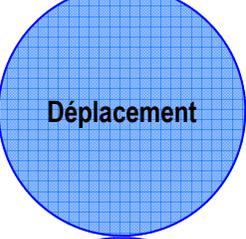
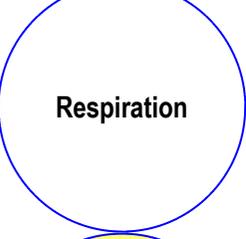
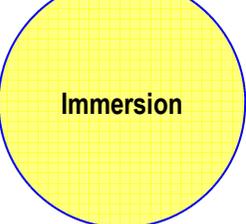
- la réception en moyenne profondeur, sans reprise d'appui, peut entraîner un stress chez l'élève
- la durée de l'apnée et la lutte contre la poussée d'Archimède peuvent poser problème
- le déplacement doit s'effectuer sans reprise d'appui, donc sans s'arrêter

RESPIRATION / DEPLACEMENT

- la situation « La régates » permet de travailler déplacement et respiration en même temps
- réduire la distance du parcours
- aménager des îlots de récupération
- prévoir une présence du professeur pour encourager, relancer...
- plusieurs parcours possibles

RESPIRATION / IMMERSION

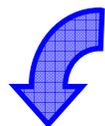
- **points de vigilance :**
 - maîtriser une apnée d'au moins une dizaine de secondes
 - se trouver le plus près possible de la perche pour pouvoir descendre : descente pompier, en croisant les jambes autour de la perche

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Sauter d'un tapis accroché au bord, avec matériel (MP)</p>	<p>« Le bout du quai » Dispositif : un tapis (rigide ou mou) fixé au bord ; élèves munis d'une ceinture ; les élèves doivent imiter la démarche, l'allure d'un animal ou d'un personnage pour entrer dans l'eau à 4 pattes, en arrière, à cloche-pied, en canard, en saut de lapin, en bascule, sur les fesses... But : sauter dans l'eau après un déplacement sur un tapis CR : proposer des positions différentes pour entrer dans l'eau</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>S'allonger sur le dos et sur le ventre avec du matériel (MP)</p>	<p>« Les radeaux » Dispositif : élèves avec ceinture, frite ou planche ; fabriquer un radeau qui soit stable le plus longtemps possible en se servant de son corps et de l'objet de flottaison (sur le dos ou sur le ventre, en fonction de la consigne du professeur) But : trouver et conserver un équilibre horizontal, ventral ou dorsal CR : avoir pieds, bassin, épaules, mains à la surface de l'eau (compter au moins jusqu'à 5)</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur 15 m sans matériel (MP)</p>	<p>« La régata 2 » Dispositif : parcours identifié ; balises indiquant des changements de direction But : effectuer le parcours sans matériel de flottaison CR : se déplacer sans reprise d'appuis</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Expirer dans l'eau le plus longtemps possible (MP ou GP)</p>	<p>« Le chronomètre » Dispositif : élèves en binômes, accrochés à la goulotte : un nageur/un observateur ; le professeur compte jusqu'à 10 ; l'observateur indique à quel nombre son camarade a sorti la tête de l'eau But : faire durer l'expiration subaquatique CR : faire des bulles (« je bats mon propre record »)</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Ouvrir les yeux sous l'eau, récupérer un objet et le remonter (MP)</p>	<p>« La chasse au trésor 2 » Dispositif : au fond du bassin, objets identiques et de couleurs différentes pour contraindre les élèves à ouvrir les yeux But : récupérer les objets en s'aidant de l'échelle ou d'une perche et en ouvrant les yeux CR : rapporter l'objet attribué</p>

ENTREE DANS L'EAU

EQUILIBRATION

→ réaliser le radeau à plusieurs



- le déplacement doit s'effectuer sans reprise d'appuis, donc sans s'arrêter
- la durée de l'apnée et la lutte contre la poussée d'Archimède peuvent encore poser problème

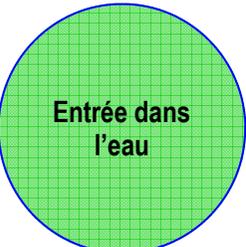
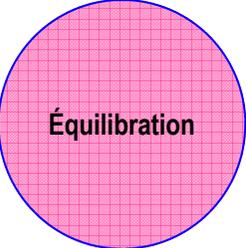
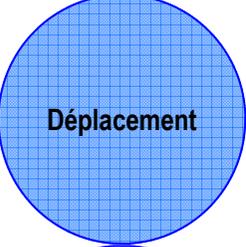
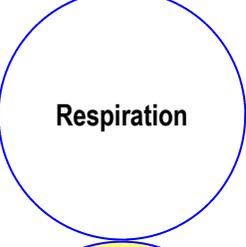
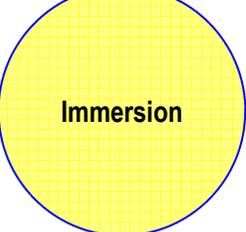


DEPLACEMENT

- réduire la distance du parcours
- aménager des îlots de récupération
- prévoir la présence du professeur pour encourager, relancer...
- avoir les épaules immergées
- faire de la mousse avec ses pieds
- aller prendre de l'eau loin devant et la chasser vers l'arrière
- plusieurs parcours possibles

RESPIRATION / IMMERSION

- **points de vigilance :**
 - maîtriser une apnée d'au moins une dizaine de secondes
 - se trouver le plus près possible de la perche pour pouvoir descendre : descente pompier, en croisant les jambes autour de la perche
- permettre le port de lunettes dans un premier temps
- proposer de remonter plusieurs objets à la fois
- prévoir un dispositif qui permette aux objets d'être situés à des profondeurs différentes (cordages lestés avec objets à mi-profondeur)

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Sauter avec matériel (MP)</p>	<p>« Le grand saut » Dispositif : élèves disposés en vagues ; saut par-dessus un obstacle posé sur l'eau ; dans un grand cerceau ; en touchant un objet fixé à une perche tendue... But : sauter dans l'eau en position verticale, muni de matériel de flottaison (dans, au-delà de, en touchant...) CR : arriver dans l'eau par les pieds</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>S'allonger sur le dos et sur le ventre (MP)</p>	<p>« Les radeaux 2 » Dispositif : élèves muni d'une frite ; fabriquer un radeau qui soit stable le plus longtemps possible en se servant de son corps et de la frite (sur le dos ou sur le ventre, en fonction de la consigne du professeur) But : trouver un équilibre horizontal, ventral ou dorsal CR : avoir pieds, bassin, épaules et mains à la surface de l'eau (compter au moins jusqu'à 5),</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur une courte distance sans matériel et sans reprise d'appuis (MP ou GP)</p>	<p>« Le relais aquatique » Dispositif : une ligne d'eau, équipes de 3 élèves ; n°1 et n°3 accrochés à la goulotte, n° 2 accroché à la ligne d'eau et leur fait face ; n°1 rejoint n°2 en nageant et prend sa place ; n°2 rejoint à son tour n°3 et prend sa place ; n°3 rejoint alors n°1 But : nager jusqu'à son camarade et lui toucher la main CR : parcourir la distance demandée sans reprise d'appuis</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Alterner inspirations aériennes et expirations subaquatiques avec matériel (PP)</p>	<p>« Les dauphins » Dispositif : points de départ et d'arrivée matérialisés : perche, ligne d'eau, plots... ; les élèves se lancent par vague, munis d'une ceinture et d'une planche puis seulement d'une planche tenue bras tendus But : effectuer une distance d'une dizaine de mètres, en expirant sous l'eau après l'inspiration CR : faire des bulles quand on expire</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Passer sous des objets placés en surface (MP)</p>	<p>« Le relais des sous-marins » Dispositif : un départ et une arrivée matérialisés ; un ou des obstacles flottants et/ou immergés (perche, ligne d'eau, tapis, cage, frite...) But : atteindre l'arrivée en passant par tous les obstacles CR : franchir tous les obstacles en immersion</p>

ENTREE DANS L'EAU

EQUILIBRATION

→ réaliser le radeau à plusieurs

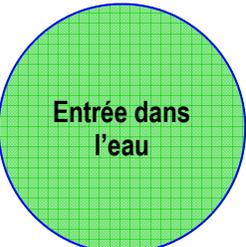
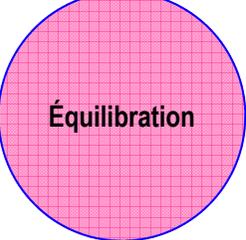
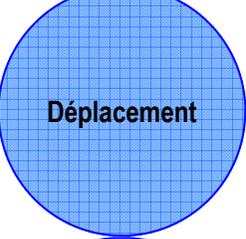
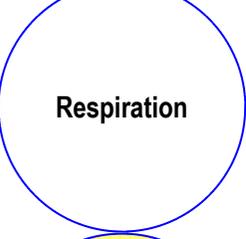
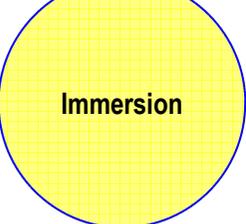
- avoir un déplacement effectif sans reprise d'appuis, donc sans arrêt
- l'inspiration ne doit se faire qu'après avoir expiré totalement sous l'eau

DEPLACEMENT

- augmenter le temps de jeu : plusieurs relais possibles
- augmenter la distance parcourue : supprimer une ligne d'eau (distance doublée)
- présence du professeur pour encourager, relancer...
- avoir les épaules immergées
- faire de la mousse avec ses pieds
- aller prendre de l'eau loin devant et la chasser vers l'arrière

RESPIRATION / IMMERSION

- souffler fort pour diminuer le temps d'immersion
- faire compter le plus loin possible pendant l'expiration

Atelier / Domaine	Savoir visé	Situation proposée
 <p>Entrée dans l'eau</p>	<p>Sauter sans matériel (MP)</p>	<p>« Le béret aquatique » Dispositif : 2 équipes (ou plus) d'élèves numérotés, sur le bord ; 2 objets flottants à récupérer ; à l'appel de son numéro, entrer dans l'eau le plus vite possible pour être le premier à rapporter un objet But : entrer dans l'eau le plus rapidement possible pour rapporter l'objet et donner un point à son équipe CR : rapporter l'objet</p>
 <p>Équilibration</p>	<p>S'équilibrer 3 à 5 s sur le ventre et sur le dos, sans matériel (MP)</p>	<p>« Les petits bateaux » Dispositif : élèves par vague ; le professeur indique l'équilibre attendu (horizontal, ventral ou dorsal) But : maintenir l'équilibre sans matériel de flottaison pendant au moins 3 s CR : avoir pieds, bassin, épaules, mains à la surface de l'eau (compter au moins jusqu'à 5)</p>
 <p>Déplacement</p>	<p>Se déplacer sur 15 m sans matériel (MP)</p>	<p>« Le défi » Dispositif : points de départ et d'arrivée clairement identifiés ; possibilité de mettre les élèves en équipes ; chaque défi réussi apporte un point à l'équipe But : effectuer la distance demandée (15 m) sans matériel de flottaison CR : se déplacer sans reprise d'appuis</p>
 <p>Respiration</p>	<p>Alterner inspirations aériennes et expirations subaquatiques sans matériel (MP)</p>	<p>« Le défi 2 » Dispositif : points de départ et d'arrivée clairement identifiés ; possibilité de mettre les élèves en équipes ; chaque défi réussi apporte un point à l'équipe But : effectuer la distance demandée (15 m) en plaçant plusieurs expirations dans l'eau CR : faire des bulles quand on expire dans l'eau</p>
 <p>Immersion</p>	<p>Récupérer un objet immergé (MP ou GP)</p>	<p>« Les pêcheurs de colliers » Dispositif : des anneaux enfilés sur une perche touchant le fond du bassin But : aller récupérer un anneau au fond de l'eau et le remonter le faisant coulisser le long de la perche CR : remonter l'objet</p>

ENTREE DANS L'EAU

- permettre aux élèves équipés d'une ceinture de :
 - sauter et attraper une frite tendue par le professeur qui est dans l'eau
 - sauter sans assistance avec une frite.
- insister sur la prise d'impulsion (relation avec d'autres APS : sauts dans les activités gymniques et athlétiques)
- prévoir un adulte muni d'une perche afin d'avoir une présence rassurante pour les élèves et intervenir si besoin ou présence de l'adulte dans l'eau pour rassurer

EQUILIBRATION

- sauter dans l'eau depuis le bord.
- avoir un déplacement effectif sans reprise d'appui, donc sans arrêt
- la réception en moyenne profondeur, sans reprise d'appui, peut entraîner un stress chez l'élève
- la durée de l'apnée et la lutte contre la poussée d'Archimède peuvent encore poser problème

RESPIRATION / DEPLACEMENT

- importance d'une expiration volontaire et longue
- envisager un défi différent selon les élèves (entre 10 et 20 mètres)
- prévoir une présence du professeur pour encourager, relancer...
- avoir les épaules immergées
- faire de la mousse avec ses pieds
- aller prendre de l'eau loin devant et la chasser vers l'arrière

RESPIRATION / IMMERSION

- importance d'une expiration volontaire et longue
- **points de vigilance :**
 - maîtriser une apnée d'au moins une dizaine de secondes
 - se trouver le plus près possible de la perche pour pouvoir descendre : descente pompier, en croisant les jambes autour de la perche
- permettre le port de lunettes ou d'un masque dans un premier temps
- prévoir un dispositif qui permette aux objets d'être situés à des profondeurs différentes (cordages lestés avec objets à mi-profondeur)

EVALUATION Palier 1

Entrée dans
l'eau

Déplacement

Équilibration

Déplacement

Respiration

Respiration

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.*

Équilibration

Entrée dans
l'eau

Déplacement

Respiration

Immersion

Immersion

Équilibration

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

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



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

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 Têtanière, 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

