

La natation / Les activités aquatiques

1. Les compétences à construire.

a. La compétence attendue (BO 2012).

Natation/Activités aquatiques	Cycle 2	Cycle 3
Réaliser une performance (mesurée)	Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis	Se déplacer sur une trentaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis. Par exemple, se déplacer sur 25 mètres, effectuer un virage, une coulée et une reprise de nage pour gagner le bord
Adapter ses déplacements à différents types d'environnement	Effectuer un enchaînement d'actions sans reprise d'appuis, en moyenne profondeur, amenant à s'immerger en sautant dans l'eau, à se déplacer brièvement sous l'eau (par exemple pour passer sous un obstacle flottant) puis à se laisser flotter un instant avant de regagner le bord	Enchaîner, sans reprise d'appuis, un saut ou un plongeon en grande profondeur, un déplacement orienté en immersion (par exemple pour passer dans un cerceau immergé) et un surplace de 5 à 10 secondes avant de regagner le bord
La compétence attendue	→ Établir et reproduire régulièrement une performance en effectuant un déplacement sur 15 m ; enchaîner, en moyenne profondeur, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis, une immersion en sautant dans l'eau, un bref déplacement sous l'eau puis un instant de flottaison avant de regagner le bord	→ Établir, stabiliser et tenter de battre une performance en effectuant un déplacement sur une trentaine de mètres ; enchaîner, en grande profondeur, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis, un saut ou un plongeon, un déplacement orienté en immersion et un surplace de 5 à 10 secondes avant de regagner le bord

b. Tableau de connaissances, de capacités et d'attitudes à construire / lien avec le socle commun.

► Au cycle 2

Natation/Activités aquatiques	CP	CE1
Natation	<p>Se déplacer :</p> <ul style="list-style-type: none"> en lâchant de temps en temps un rail ou une ligne d'eau équipée ; en s'aidant d'une frite et en utilisant bras et jambes (en lâchant la frite, en s'aidant d'un bras) ; avec une aide à la flottaison tenue à bout de bras et en soufflant dans l'eau ; en utilisant de façon autonome une ou plusieurs formes de propulsion (tirer l'eau avec les bras, battre les pieds) ; en autonomie sans reprise d'appuis ni aide à la flottaison sur une courte distance (5 à 8 mètres). <p>S'équilibrer :</p> <ul style="list-style-type: none"> chercher des équilibres, en se laissant porter, en prenant appui sur une planche, en variant les positions en ventral et en dorsal. <p>Enchaîner des actions :</p> <ul style="list-style-type: none"> se fixer une distance à réaliser, choisir un parcours avec plus ou moins de possibilités de reprises d'appuis (hors appuis plantaires) ; chercher à augmenter la distance et à limiter le nombre d'appuis. 	<p>Se déplacer :</p> <ul style="list-style-type: none"> en position ventrale, voies respiratoires immergées ; en position dorsale avec si besoin un support ; en variant les modes de propulsion (bras simultanés ou en alternance). <p>S'équilibrer :</p> <ul style="list-style-type: none"> trouver des équilibres, aller vers l'alignement tête-tronc ; rester quelques secondes sur place, tête hors de l'eau. <p>Enchaîner des actions :</p> <ul style="list-style-type: none"> enchaîner plusieurs actions, par exemple, sauter dans l'eau, remonter passivement en boule puis se déplacer sur une dizaine de mètres en ventral avec un passage sur le dos ; se fixer un projet d'action, se confronter à sa réalisation et l'ajuster en fonction de ses possibilités.

Natation/Activités aquatiques	CP	CE1
Activités aquatiques	En moyenne ou en grande profondeur, choisir son entrée dans l'eau, son déplacement, son immersion dans le cadre d'un projet personnel de déplacement.	En moyenne ou en grande profondeur, maîtriser une entrée dans l'eau active et effectuer un déplacement comprenant un temps d'immersion.
	<p>Entrer dans l'eau avec ou sans aide</p> <ul style="list-style-type: none"> en glissant, en se laissant tomber, en sautant ; en entrant par les pieds, par la tête ; dans différentes positions, en sautant pour attraper un objet flottant. <p>S'immerger pour réaliser quelques actions simples</p> <ul style="list-style-type: none"> en passant sous un obstacle flottant ; en descendant à l'aide d'une perche, d'une cage ; en touchant le fond avec différentes parties du corps ; en prenant une information visuelle ; en ramassant un objet lesté ; en remontant à l'aide d'un support ou en remontée passive. 	<p>Entrer dans l'eau sans aide</p> <ul style="list-style-type: none"> en orientant son corps différemment (en avant, en arrière, latéralement), pour sauter, rouler, basculer... ; en sautant au-delà d'un objet flottant ; en entrant par les pieds, par la tête, pour aller au fond (corps tendu). <p>S'immerger pour enchaîner quelques actions comprenant un changement de direction dans le déplacement subaquatique :</p> <ul style="list-style-type: none"> en traversant la partie inférieure de la cage subaquatique ou 2 à 3 cerceaux lestés ; en prolongeant quelques instants son immersion pour communiquer par le geste avec un camarade ; en ramassant plusieurs objets lestés, selon une couleur donnée ; en remontant pour se laisser flotter un instant sur le ventre ou sur le dos.

Natation/Activités aquatiques	CP	CE1
Natation/Activités aquatiques	<p>Les contenus moteurs</p> <ul style="list-style-type: none"> entrer dans l'eau à l'aide d'un matériel ou en sautant créer un équilibre vertical ou horizontal et le conserver sur place se déplacer avec, puis sans aide à la flottaison, avec, puis sans reprise d'appui, sur le ventre et sur le dos sur une certaine distance en moyenne profondeur s'immerger totalement et se déplacer brièvement sous l'eau 	
	<p>Les contenus transversaux</p> <p>S'engager lucidement dans l'activité :</p> <p><u>* S'engager dans des actions progressivement plus complexes :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> En fonction d'un risque reconnu et apprécié : <ul style="list-style-type: none"> identifier la position de son corps par rapport à l'horizontale explorer activement le milieu aquatique pour recueillir des informations et éprouver des sensations variées : « L'eau me porte, elle résiste à la poussée, j'ai du mal à descendre au fond, je vois trouble... » En fonction de la difficulté de la tâche : <ul style="list-style-type: none"> aller chercher un objet au fond (petite ou moyenne profondeur) sans utiliser la perche se fixer un contrat de réalisation (distance à parcourir) <p><u>* Enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles et leurs combinaisons : accepter la suppression des appuis plantaires :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> se déplacer, jour, s'immerger... en grande profondeur, dans un milieu aménagé (lignes d'eau, cage immergée, perches...) <p><u>* Reconnaître, exprimer, contrôler ses émotions et leurs effets dans des situations de risque identifié :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> accepter d'aller au fond et se laisser remonter <p>Construire un projet d'action :</p> <p><u>* Formuler, mettre en œuvre des projets d'action individuels ou collectifs, adaptés à ses possibilités (ou celles du groupe) :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> pour viser une meilleure performance : se fixer un contrat de réalisation et le réaliser : « Je choisis le parcours, le mode de déplacement et la profondeur du bassin (petite ou moyenne profondeur) qui vont me permettre de réussir mon contrat et je marquerai d'autant plus de points que les parcours choisis seront plus difficiles » (profondeur, aides à la descente et au déplacement ou sans aide) pour mieux prendre en compte sa vie physique (gérer ses efforts) : se déplacer en autonomie sur une quinzaine de mètres, augmenter le temps d'action en immersion, s'engager en sécurité dans un projet d'exploration en piscine <p>Identifier et apprécier les effets de l'activité :</p> <p><u>* Apprécier, lire des indices de plus en plus variés en profondeur, en distance...</u></p> <ul style="list-style-type: none"> apprécier les distances relatives dans les différentes dimensions du volume aquatique 	

**Natation/Activités
aquatiques**

*** Appréhender, dans la réalisation de ses actions, les notions relatives à l'espace et au temps :**

- apprécier les durées relatives en vivant par l'immersion une autre expérience de la durée
- mettre en relation la distance avec la durée d'un parcours

*** Établir des relations entre ses manières de faire et le résultat de son action :**

- trouver la meilleure manière de faire pour descendre au fond et ramasser un objet lesté au fond le plus longtemps possible et ramasser le plus grand nombre d'objets

*** Prendre conscience de ses capacités et ressources corporelles et affectives :**

- dans différentes actions : « Je sais mieux flotter que descendre au fond en petite ou en moyenne profondeur »
- dans des situations de risque identifié : « Je contrôle ma respiration pour rester sous l'eau »

*** Donner son avis, évaluer une performance, selon des critères simples :**

- tenir un livret d'évaluation afin de mesurer, de comparer et de suivre ses progrès au fur et à mesure de son apprentissage : par exemple en coloriant des images illustrant les tâches réussies

*** Reconnaître une situation de prise de risque :**

- connaître l'eau comme « milieu étranger »
- « apprivoiser » l'eau par une prise de conscience de nouveaux appuis, d'une nouvelle motricité et d'une nouvelle organisation spatiale

Appliquer des règles de vie collective :

*** Se conduire dans le groupe en fonction de règles (de sécurité, de respect de l'environnement, d'hygiène, de la prise en compte de sa santé et celle des autres), de codes que l'on connaît, que l'on comprend et que l'on respecte et que l'on fait respecter :**

- comprendre les règles de sécurité de la piscine concernant le comportement dans l'eau ou à l'extérieur (passage aux toilettes, douche avec savonnage, ...)
- en classe, expliquer les mesures d'hygiène (respect de l'autre, de l'environnement, de soi et de son corps)
- être autonome et responsable (se déshabiller seul, ne pas courir sur un sol glissant, respecter les règles de sécurité pour soi et pour les autres)

*** Coopérer, adopter des attitudes d'écoute, d'aide de tolérance et de respect des autres pour agir ensemble ou élaborer en commun des projets :**

- aider un camarade à réaliser son projet personnel en lui donnant des idées, des conseils
- coopérer avec un ou plusieurs camarades dans le cadre de projets spontanés ou organisés par l'enseignant (ex : « Ramasser le plus grand nombre d'épingles immergés en équipe »)

*** Connaître et assurer plusieurs rôles dans les différentes activités :**

- constitution de binômes d'élèves (un acteur + un observateur). Ceci permet de mettre en place une sécurité active et de faire émerger les meilleures manières de s'y prendre

Liens avec le socle commun (référence : LPC simplifié)

Palier 1

Compétence 1 : la maîtrise de la langue française

Lors de la constitution de binômes (un athlète, un observateur) :

- S'exprimer clairement à l'oral en utilisant un vocabulaire approprié
- Utiliser des mots précis pour s'exprimer

Compétence 3 : les principaux éléments de mathématiques et la culture scientifique et technologique

- Utiliser les unités usuelles de mesure ; estimer une mesure : estimer une distance sous et sur l'eau

Compétence 6 : les compétences sociales et civiques

- Respecter les autres et les règles de la vie collective : respecter le règlement de la piscine, les consignes de sécurité...
- Pratiquer un jeu ou un sport collectif en respectant les règles : pratiquer un jeu dans l'eau

> Au cycle 3

Natation/ Activités aquatiques	CE2	CM1	CM2
Natation	<p>- Connaître et utiliser plusieurs formes d'appui et de propulsion dans l'eau. - Coordonner respiration et propulsion pour nager vite ou nager longtemps.</p> <p>Propulsion / respiration</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aligner et maintenir son corps dans l'axe du déplacement. • Utiliser une « respiration aquatique » avec immersion des voies respiratoires. • Adapter sa respiration (inspiration en dehors des temps moteurs, expiration aquatique plus longue). • Améliorer l'efficacité des mouvements propulsifs (amplitude, fréquence...). • Utiliser plusieurs types de nage (sur le ventre, sur le dos) et d'actions des bras (alternées, simultanées). • Se déplacer en n'utilisant que les bras ou que les jambes, mouvements alternés ou simultanés. <p>Enchaîner des actions</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enchaîner plusieurs actions, coulée, déplacement ventral sur 25 mètres, passage sur le dos, virage... • Varier son allure y compris en réalisant des surplaces dans diverses situations, jeux, relais... 		
Activités aquatiques	<p>- Réaliser un projet de déplacement sur une distance et selon des modalités choisies. - Doser ses efforts. Enchaîner diverses actions en grande profondeur sans reprise d'appui.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Varier les entrées dans l'eau (sauter d'un plot, plonger départ assis ou debout, basculer en arrière à partir d'un tapis...). • Sauter ou plonger en allant de plus en plus loin ou de plus en plus en profondeur. • Réaliser des parcours subaquatiques amenant à aller au fond, à varier l'orientation du regard, à franchir des obstacles immergés, à ramasser des objets lestés. • Remonter un objet immergé en moyenne profondeur à partir d'un plongeon canard. • Réaliser des parcours amenant à franchir plusieurs obstacles disposés à la surface, avec un départ dans l'eau. • Enchaîner une remontée passive et un surplace en utilisant différentes positions de flottaison, ventrale, dorsale, verticale. • Passer alternativement d'un équilibre ventral à un équilibre dorsal sans reprise d'appuis. 		
Natation/ Activités aquatiques	<p>Les contenus moteurs</p> <ul style="list-style-type: none"> • varier les entrées dans l'eau : sauts, plongeurs, bascules • améliorer les déplacements : nager vite, nager longtemps en variant les modes de déplacements : - maintenir son équilibre dans l'axe de déplacement, modifier les équilibres en passant du dos sur le ventre et inversement - coordonner respiration et propulsion - utiliser plusieurs types de nage sur le ventre et sur le dos - varier les allures, y compris en faisant du surplace • s'immerger et de déplacer sous l'eau dans toutes les dimensions : à la surface, en profondeur • enchaîner des actions d'entrées dans l'eau, de déplacement, d'équilibre statique et d'immersion <p>Les contenus transversaux</p> <p>S'engager lucidement dans l'activité :</p> <p>* <u>Enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles : vitesse, déséquilibre, rotation, renversement...</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - réaliser un parcours subaquatique : entrer dans l'eau, aller au fond, s'orienter à travers des cerceaux immergés, ramasser des objets, les remonter sur le bord - aller chercher un objet au fond (moyenne ou grande profondeur) - se fixer un contrat de réalisation (distance à parcourir, durée de nage) <p>Construire un projet d'action :</p> <p>* <u>Formuler, mettre en œuvre des projets d'action individuels ou collectifs, adaptés à ses possibilités (ou celles du groupe) :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - pour acquérir des savoirs nouveaux : mieux connaître les composantes spécifiques des activités aquatiques (s'immerger, flotter, respirer, se propulser...), conquérir l'autonomie en milieu aquatique et accéder aux différentes formes de loisirs ou de sports nautiques - pour mieux prendre en compte sa vie physique (gérer ses efforts) : se déplacer en autonomie sur une trentaine de mètres, augmenter le temps d'action en immersion en profondeur, s'engager en sécurité dans un projet d'exploration en piscine <p>Identifier et apprécier les effets de l'activité :</p> <p>* <u>Établir des relations entre ses manières de faire et le résultat de son action :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - trouver la meilleure manière de faire pour rester au fond le plus longtemps possible et ramasser le plus grand nombre d'objets <p>* <u>Prendre conscience de ses capacités et ressources corporelles et affectives :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - dans différentes actions : « Je sais mieux flotter que descendre au fond en moyenne ou en grande profondeur » - dans des situations de risque identifié : « Je contrôle ma respiration pour rester longtemps sous l'eau » <p>Appliquer des règles de vie collective :</p> <p>* <u>Connaître et assurer plusieurs rôles dans les différentes activités :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - constitution de binômes d'élèves (un acteur + un observateur). Ceci permet de mettre en place une sécurité active et de faire émerger les meilleures manières de s'y prendre ou de récolter des résultats (distance parcourue, temps effectué) 		

Liens avec le socle commun (référence : LPC simplifié)

Palier 2

Compétence 1 : la maîtrise de la langue française

Lors de la constitution de binômes (un nageur, un observateur) :

- S'exprimer à l'oral comme à l'écrit dans un vocabulaire approprié et précis
- Prendre la parole en respectant le niveau de langue adapté
- Suivre des instructions courtes et simples

Compétence 3 : les principaux éléments de mathématiques et la culture scientifique et technologique

- Utiliser des instruments de mesure : l'horloge murale
- Manipuler et expérimenter, formuler une hypothèse et la tester, argumenter, mettre à l'essai plusieurs pistes de solutions

Compétence 6 : les compétences sociales et civiques

- Respecter les règles de la vie collective : respecter le règlement de la piscine, les consignes de sécurité...
- Respecter les autres, et notamment appliquer les principes de l'égalité des filles et des garçons : ne pas se moquer des capacités (des élèves qui ne savent pas nager par exemple) ou du physique des autres

Compétence 7 : l'autonomie et l'initiative

- Respecter des consignes simples, en autonomie : notamment celles liées à la sécurité
- Être persévérant dans toutes les activités : insister même si on éprouve quelques craintes ou difficultés (à aller sous l'eau par exemple)
- Commencer à savoir s'auto-évaluer dans des situations simples : à l'aide ou non d'un camarade (en binôme)
- S'impliquer dans un projet individuel ou collectif : s'impliquer dans un projet de déplacement lors de la situation d'expression de la compétence attendue par exemple
- Réaliser une performance mesurée en natation
- Se déplacer en s'adaptant à l'environnement : se déplacer en s'adaptant à l'élément liquide, surtout en tant que débutant

2. Les axes de progrès

Il s'agit, pour l'élève, de passer du terrien au nageur en modifiant son équilibre, sa respiration, sa propulsion et ses repères informationnels

	Terrien	Nageur
Équilibration	- équilibre vertical - appuis plantaires - tête verticale - subit la pesanteur	- équilibre horizontal - perte des appuis plantaires - tête horizontale (regard perpendiculaire au déplacement) - subit la poussée d'Archimède
Respiration	- innée et réflexe - nasale - expiration passive - pas de résistance à l'expiration	- volontaire - essentiellement buccale - expiration active et longue - résistance de l'eau à l'expiration
Propulsion	- train inférieur (jambes) moteur - train supérieur (bras) équilibrateur - appuis fixes et solides - résistance de l'air négligeable	- train inférieur surtout équilibrateur - train supérieur moteur - appuis fuyants et mouvants - résistance de l'eau effective
Prises d'informations	Essentiellement visuelles	Visuelles et surtout kinesthésiques

Indicateurs	De ...	À ...
L'espace	D'un espace proche et peu profond (petite profondeur)	À un espace lointain sous et sur l'eau (grande profondeur)
Le temps	D'un temps de déplacement et d'immersion très court à court	À un temps de déplacement et d'immersion plus long (pour faire une trentaine de mètres ou un parcours composé de plusieurs tâches successives)
La relation aux autres	D'activités pour soi (se sauver, s'adapter à un milieu qui peut être considéré comme hostile)	À des activités collectives : - jouer avec - conseiller - collecter des résultats
Les rôles	Du rôle d'élève dans le milieu aquatique	À celui de nageur, mais également de conseiller, de collecteur de résultats, de starter et de chronométreur (utilisation de l'horloge murale)

Le type d'activités	D' activités mettant en jeu la motricité fondamentale : entrer dans l'eau, se déplacer, s'équilibrer, respirer, s'immerger	À des activités en lien avec les APSA : les nages codifiées, le plongeon, le sauvetage, les jeux collectifs (water-polo, hockey subaquatique...)
Les actions	Du terrien	Au nageur

3. La trame de variance.

L'espace	- la petite, la moyenne, la grande profondeur - la piscine en largeur, en longueur - aménagé ou non
Le temps	- la durée des déplacements - la durée des immersions - la durée des exercices
Le matériel	- le matériel d'aide à la flottaison : ceinture, brassard, frite, planche, pull-buoy, palmes - le matériel d'aide à l'immersion : toboggan, perche, cage - le matériel d'aide à la vision subaquatique : lunettes masque - le matériel d'aide à la respiration : tuba
Le nombre d'élèves	Le nombre d'élèves par groupe en fonction : - de leurs capacités : les groupes de débutants sont moins denses que ceux de débrouillés ou de confirmés - de la personne qui encadre : si une personne bénévole agréée encadre un groupe en autonomie, il ne peut lui être confié un groupe trop imposant
Les rôles	- nageur (ou vers le nageur pour les débutants) - chronométreur - starter - juge (de départ, d'arrivée, de transmission de témoin...) - collecteur de résultats (temps, distance...) - organisateur
Les activités supports	Les activités aquatiques et la natation permettent la construction des 4 compétences de l'EPS : • réaliser une performance : la natation en vitesse et en durée • adapter ses déplacements à différents environnements : les activités aquatiques • coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement : - tous les jeux traditionnels ou collectifs peuvent être organisés dans l'eau. Par exemple, un épervier permet aux débutants d'appréhender le milieu aquatique avec moins d'appréhension en s'investissant dans un jeu-les sports sportifs collectifs : water-polo, hockey subaquatique • concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique : - la natation synchronisée - le plongeon artistique

4. Les dispositifs.

a. Aspects législatifs

La natation et les activités aquatiques sont des activités qui présentent un certain caractère de dangerosité. Elles nécessitent donc un encadrement renforcé.

- le B.O. HS n°7 du 23 septembre 1999 précise le taux d'encadrement pour ces activités
- la circulaire n°2011-090 du 7-7-2011 parue au B.O. N°28 du 14 juillet 2011, concerne, de manière plus précise, la natation et les activités aquatiques

➤ La classe :

La classe est, a minima, encadrée par 2 ou 3 adultes :

- en maternelle : l'enseignant et 2 adultes agréés professionnels qualifiés ou intervenants bénévoles.
- en élémentaire : l'enseignant et 1 adulte agréé professionnel qualifié ou intervenant bénévole.

Des intervenants bénévoles (des parents d'élèves le plus souvent), peuvent, à la demande de l'enseignant, compléter le dispositif.

➤ Les groupes :

Chaque groupe est encadré par un adulte durant toute la séance. Si des déplacements sont nécessaires (passage de la petite à la moyenne profondeur par exemple), l'adulte référent du groupe suit le groupe.

Le nombre d'élèves par groupe n'est pas nécessairement identique. Il est d'ailleurs préférable de constituer des groupes plus faibles numériquement avec les élèves débutants.

b. Aspects pédagogiques

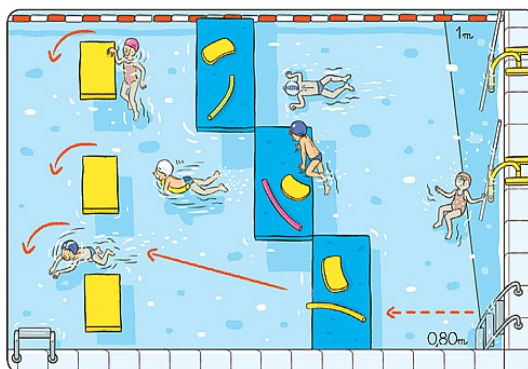
➤ Les parcours :

Des parcours demandant aux élèves d'enchaîner plusieurs actions peuvent être installés pour une ou plusieurs séances. L'intérêt est double :

- ils permettent de préparer les élèves à effectuer des enchaînements d'actions comme pour l'évaluation
- les élèves et les adultes savent, à l'avance, comment seront organisés les bassins : la mise en place du matériel (parfois assez lourde) est anticipée ; les actions demandées sont connues et peuvent être répétées.

Trois parcours avec une même thématique (entrer dans l'eau, s'immerger et se déplacer). La difficulté est croissante de parcours 1 au parcours 3. Elle porte sur :

- la profondeur d'immersion (de 0,80 m à 1 m)
- la distance de déplacement sous l'eau et à la surface
- la possibilité ou non d'utiliser du matériel (planche ou frite) pour s'aider dans le déplacement



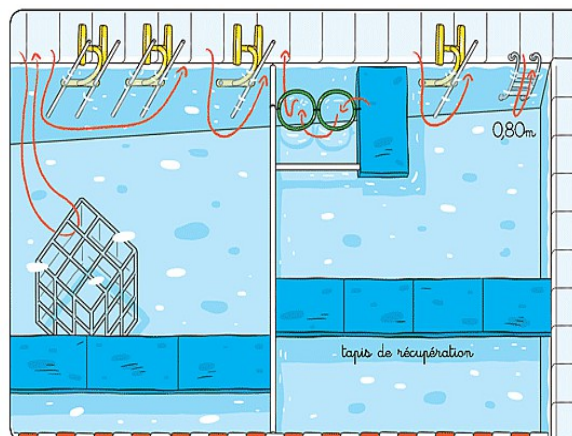
➤ Les ateliers :

Plusieurs ateliers peuvent être organisés dans les bassins.

Une même thématique est ici travaillée : l'immersion. Un atelier est organisé autour de l'utilisation d'une cage immergée et de perches positionnées verticalement ; un autres autour de l'utilisation de l'échelle, d'une perche positionnée verticalement et de passages dans des cerceaux positionnés horizontalement.

Deux possibilités d'organisation :

- l'adulte référent du groupe suit son groupe sur les différents ateliers
- l'adulte est référent d'un atelier : il reste sur son atelier et encadre les différents groupes successivement.



5. Exemples de situations.

a. Situation d'expression de la compétence attendue (= situation de référence).

La circulaire parue au B.O. N°28 du 14 juillet 2011 précise les attentes en termes d'évaluation du savoir nager. Trois paliers sont distingués. Les deux premiers concernent l'école primaire et sont corrélés aux paliers du socle commun de connaissances et de compétences.

Palier 1	
Connaissances et capacités à évaluer en fin de cycle 2	Indications pour l'évaluation. L'évaluation s'effectue en deux parties séparées par un temps de récupération
Se déplacer sur une quinzaine de mètres	Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis
S'immerger, se déplacer sous l'eau, se laisser flotter	Effectuer un enchaînement d'actions sans reprise d'appuis, en moyenne profondeur, amenant à s'immerger en sautant dans l'eau, à se déplacer brièvement sous l'eau (par exemple pour passer sous un obstacle flottant), puis à se laisser flotter un instant avant de regagner le bord
Palier 2	
Connaissances et capacités à évaluer en fin de cycle 3	Indications pour l'évaluation. L'évaluation s'effectue en deux parties séparées par un temps de récupération
Se déplacer sur une trentaine de mètres	Se déplacer sur une trentaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis. Par exemple, se déplacer sur 25 mètres, effectuer un virage, une coulée et une reprise de nage pour gagner le bord
Plonger, s'immerger, se déplacer	Enchaîner, sans reprise d'appuis, un saut ou un plongeon en grande profondeur, un déplacement orienté en immersion (par exemple pour passer dans un cerceau immergé) et un sur-place de 5 à 10 secondes avant de regagner le bord

Les situations d'expression de la compétence attendue proposées dans les écoles sont essentiellement calquées sur les propositions faites dans la circulaire n°2011-090 du 7 juillet 2011.

b. Situation pour entrer dans l'eau.

(→ situation proposées chronologiquement du débutant à l'élève de cycle 3 qui obtient le palier 2)

▷ Cycle 2

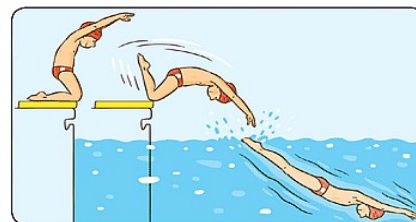
- Entrer dans l'eau en petite profondeur par les marches.
- Entrer dans l'eau en petite et moyenne profondeur par l'échelle.
- Entrer dans l'eau en moyenne profondeur par le toboggan, dans différentes positions : assis, allongé sur le dos, sur le ventre, les pieds en avant, la tête en avant.
- Entrer dans l'eau en moyenne profondeur en s'aidant d'une perche tenue verticalement.
- Entrer dans l'eau en moyenne profondeur en sautant.
- Faire une bascule avant et arrière

▷ Cycle 3

- Entrer dans l'eau en moyenne et grande profondeur en plongeant.

Progressions pour plonger :

- s'asseoir sur un tapis installé sur le bord du bassin
- s'agenouiller sur un tapis sur le bord
- même exercice accroupi
- se relever progressivement
- plonger en poussant sur les pieds pour plonger loin (départ de course) ou pour plonger profondément (pour aller chercher un objet au fond de l'eau)



c. Situation pour s'immerger et se déplacer sous l'eau.

(→ situation proposées chronologiquement du débutant à l'élève de cycle 3 qui obtient le palier 2)

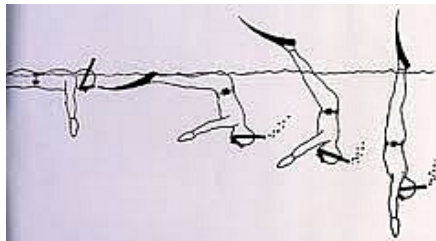
▷ Cycle 2

- Mettre la tête sous l'eau au moment de la douche.
- S'éclabousser.

- Mettre le visage dans l'eau.
- Souffler dans l'eau (faire des bulles).
- Ouvrir les yeux dans l'eau.
- Ouvrir la bouche sous l'eau (dire son prénom...).
- Passer sous un obstacle (ligne d'eau, tapis...).
- Ramasser un objet en petite profondeur.
- Passer dans un objet (cerceau, cage).
- Passer dans plusieurs objets (deux puis trois cerceaux).
- Aller au fond de l'eau (avec ou sans aide) et se laisser remonter sans faire de mouvements (remontée passive).
- Ramasser plusieurs objets en moyenne puis grande profondeur

‣ Cycle 3

- Passer dans plusieurs objets décalés (trois cerceaux décalés) en moyenne puis en grande profondeur.
- Effectuer un plongeon canard



d. Situation pour s'équilibrer sans se déplacer.

(→ situation proposées chronologiquement du débutant à l'élève de cycle 3 qui obtient le palier 2)

‣ Cycle 2

- Quitter les appuis plantaires en petite profondeur avec aide : se faire tirer par un camarade.
- S'équilibrer à l'aide de matériel (planche, frite, tapis) en petite puis en moyenne profondeur.
- Faire l'étoile de mer sur le dos, sur le ventre en petite puis en moyenne profondeur.
- S'équilibrer en se mettant en boule.
- S'équilibrer verticalement en moyenne profondeur.

‣ Cycle 3

- S'équilibrer verticalement en grande profondeur.
- Passer d'un équilibre dorsal à un équilibre ventral.

e. Situation pour se déplacer.

(→ situation proposées chronologiquement du débutant à l'élève de cycle 3 qui obtient le palier 2)

‣ Cycle 2

- Marcher et courir dans l'eau en petite profondeur.
- Se déplacer le long du mur (à la goulotte) en petite et moyenne profondeur.
- Se déplacer avec aide (brassard, frite) sur une courte distance en petite puis en moyenne profondeur ; augmenter progressivement la distance.
- S'allonger sur le ventre en ayant la tête dans l'eau, à partir du bord ou en utilisant du matériel (frite, planche) en petite et moyenne profondeur.
- Se déplacer en moyenne profondeur avec aide sur une distance comprise entre 15 et 25 m.
- Faire une glissée ventrale et dorsale, corps en position « flèche » : en position horizontale, les bras tendus devant ;

les oreilles entre les bras, le menton collé à la poitrine, pousser sur le mur en glissant le plus loin possible à la surface de l'eau, sans faire de mouvements. Respecter l'ordre pour réaliser la glissée. Placer la tête dans l'eau, ensuite les bras puis pousser sur le mur.

- Faire une coulée ventrale ou dorsale : comme la glissée mais en profondeur.
- Se déplacer sans aide sur une courte distance en moyenne profondeur sur 5/7 m en utilisant les bras et les jambes.
- Se déplacer sur 15 m en moyenne profondeur sans aide ni reprise d'appuis.

» Cycle 3

- Se déplacer en moyenne et grande profondeur en utilisant une ou plusieurs techniques de nage (début de l'apprentissage) : la brasse, le dos crawlé ou le crawl.
- Se déplacer sur une trentaine de mètres.

En maternelle

Le cœur de cible des apprentissages est le cycle 2 avec comme objectif prioritaire l'atteinte du palier 1 du socle commun.

Le cycle 3 permet de conforter les apprentissages et d'atteindre le palier 2 du socle.

Par contre, lorsque c'est possible, comme le stipule la circulaire de juillet 2011, une séquence peut être organisée en maternelle.

Pour les activités aquatiques, les enjeux et les apprentissages pour un élève débutant de GS de maternelle ou de CP sont identiques. Une séquence supplémentaire organisée en maternelle permet alors d'accorder plus d'importance à la compréhension des enjeux spécifiques engendrés par le milieu liquide, favorisant ainsi l'autonomie et le bien-être.

Pour les élèves les plus craintifs, il s'agit, dans un premier temps, de **vaincre leurs peurs** (peur d'être engloutis au fond du bassin, peur d'être envahis par l'eau qui va entrer dans le corps, peur de ne pas remonter à la surface s'ils vont sous l'eau...). Ils doivent donc comprendre que :

- le milieu offre une résistance au déplacement. *Exemples de situations* : marcher, courir dans l'eau, se laisser tomber en étant droit comme un piquet...
- par extension, le milieu est donc bien un milieu sur lequel on peut s'appuyer. *Exemples de situations* : se laisser traîner par un camarade par les mains, sous les aisselles...
- et donc qu'il est possible de flotter. *Exemples de situations* : l'étoile de mer, la boule, la planche...

L'élève doit également **comprendre le milieu** dans lequel il évolue :

- la poussée d'Archimède, en opposition à la pesanteur, va lui permettre de flotter et le fera remonter s'il est au fond de l'eau, même s'il n'agit pas avec ses membres : **Il faut donc lui faire vivre la remontée passive**. *Exemples de situations* : à partir d'une immersion en descendant le long d'une échelle ou d'une perche ou d'une cage, lâcher l'objet solide et se laisser remonter sans faire de mouvements
- la résistance au déplacement lui impose de créer de la vitesse afin de redresser son corps vers l'horizontale et, plus tard au cycle 2, nécessitera de se profiler et d'être le plus gainé possible pour bien glisser (pour le jeu de la fusée). *Exemples de situations* : se déplacer le long de la goulotte avec les deux mains, puis avec une main, en allant de plus en plus vite...

6. Le matériel sert à plusieurs choses.

- **Délimiter des espaces** : lignes d'eau, corde, longues perches (5 m)
 - assurer la sécurité : brassards, ceintures pour les débutants en grande et moyenne profondeur ; perches courtes (2 ou 3 m) : **une perche doit toujours être à portée de main !**
- **Diminuer les contraintes et focaliser l'apprentissage de manière ciblée** :
 - favoriser l'entrée dans l'eau : utilisation d'un toboggan
 - favoriser la flottaison : utilisation de frite(s), de planche
 - favoriser la visibilité (et le confort!) : utilisation de lunettes, de masque
 - favoriser le travail des bras : utilisation d'un pull-buoy
- **Apporter une aide pour réaliser certaines actions** :
 - descendre au fond de l'eau : à l'aide d'une perche, d'une cage
 - se déplacer plus rapidement : les palmes
 - se déplacer en suivant un trajet : passer à travers des cerceaux, des tubes...

• Matérialiser la réussite :

- remonter des objets lestés de telle couleur pour attester d'une descente à telle profondeur
- passer sous un tapis d'une certaine largeur pour attester d'une immersion d'une certaine durée et d'un certain déplacement

• Aborder les activités de manière ludique : toboggan, plongeon...

7. La sécurité.

a. Normes d'encadrement à respecter.

L'encadrement des élèves est défini par classe sur la base suivante :

- en maternelle : l'enseignant et 2 adultes agréés professionnels qualifiés ou intervenants bénévoles.
- en élémentaire : l'enseignant et 1 adulte agréé professionnel qualifié ou intervenant bénévole.

Un encadrant supplémentaire est requis quand le groupe-classe comporte des élèves issus de plusieurs classes et que son effectif est supérieur à 30 élèves.

Dans le cas d'une classe comprenant des élèves de maternelle et d'élémentaire, les normes d'encadrement de la maternelle s'appliquent. Néanmoins, quand la classe comporte moins de 20 élèves, l'encadrement peut être assuré par l'enseignant et un adulte agréé, professionnel qualifié ou intervenant bénévole.

Pour les classes à faibles effectifs, composées de moins de 12 élèves, le regroupement de classes sur des séances communes est à privilégier en constituant un seul groupe-classe pouvant être pris en charge par les enseignants.

b. Conditions matérielles d'accueil des élèves.

Pendant toute la durée des apprentissages, l'occupation du bassin doit être appréciée à raison d'au moins 4 m² de plan d'eau par élève présent dans l'eau. Il est important d'assurer aux élèves la sensation de confort thermique utile au bon déroulement des activités d'enseignement.

Les espaces réservés aux élèves doivent être clairement délimités, compte tenu des exigences de sécurité et des impératifs d'enseignement. Les espaces de travail doivent être organisés sur les parties latérales des bassins et ne peuvent être réduits aux couloirs centraux.

c. Surveillance des bassins.

La surveillance est obligatoire pendant toute la durée de la présence des classes dans le bassin et sur les plages. Elle est assurée par un personnel titulaire d'un des diplômes conférant le titre de maître nageur sauveteur.

Les surveillants de bassin sont exclusivement affectés à la surveillance et à la sécurité des activités, ainsi qu'à la vérification des conditions réglementaires d'utilisation de l'équipement et, par conséquent, ne peuvent simultanément remplir une mission d'enseignement.

Aucun élève ne doit accéder aux bassins ou aux plages en leur absence !

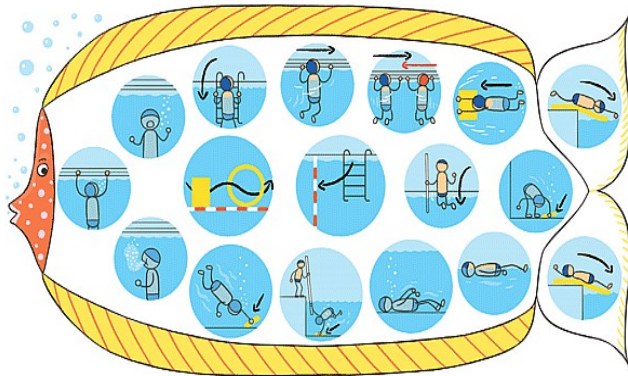
d. Rôles et responsabilités.

La mission des enseignants est d'adapter l'organisation pédagogique à la sécurité des élèves et d'assurer, par un enseignement structuré et progressif, l'accès au savoir nager.

Les enseignants s'assurent que les intervenants respectent l'organisation générale prévue, et tout particulièrement en ce qui concerne la sécurité.

8. L'évaluation.

L'utilisation, aux cycles 1 et 2, de représentations graphique rendant compte des acquis des élèves permet à l'élève de s'auto-évaluer. Il peut également se projeter par rapport aux apprentissages futurs.



Exemple de représentation en forme de poisson

Il est également possible d'utiliser, sur le même principe, différentes représentations qui symbolisent les progrès d'un cycle à l'autre ou d'un niveau à l'autre. Exemples :

- je suis une étoile de mer en cycle 1
- je suis une pieuvre en cycle 2
- je suis un poisson en cycle 3

9. Le lien avec la santé.

L'élève va être en capacité de :

- résoudre des problèmes : comment m'organiser pour entrer dans l'eau la tête la première sans faire de « plat » par exemple
- prendre des décisions, gérer son stress : connaître et expérimenter les principes physiques mis en jeu dans l'élément liquide : vivre la poussée d'Archimède lors d'une remontée passive
- informer, échanger : la constitution des binômes : nageur et observateur...
- être solidaire : il peu donner des conseils sur la position du corps au plongeon, en utilisant une nage...
- avoir conscience de soi en s'appuyant sur la connaissance des résultats et la confrontation avec les attentes de l'enseignant.