

NATATION

→ Circulaire du 7 juillet 2011 – Enseignement dans les 1^{er} et 2nd degrés



Encadrement

► Par l'enseignant

- responsable de sa classe (sécurité et pédagogie)
- en fonction des modalités de collaboration avec les autres intervenants : prise en charge d'un groupe (seul ou en binôme avec un intervenant) ou intervention successive sur plusieurs groupes
- adapte l'organisation pédagogique à la sécurité des élèves assure l'accès au « savoir-nager »
- s'assure que les intervenants respectent l'organisation prévue + la sécurité des élèves

AVSI ou ATSEM : ne comptent pas dans les « encadrants » → peuvent accompagner mais ne sont soumis à aucune exigence de qualification ou d'agrément (uniquement autorisation du directeur)

► Par des professionnels qualifiés (agrément préalable de l'IA)

- éducateurs sportifs (diplôme de maître-nageur sauveteur sauf pour les fonctionnaires territoriaux des activités physiques et sportives en exercice).
- assistent l'enseignant
- apportent une compétence technique pour l'enseignement de la natation
- peuvent prendre en charge un groupe d'élèves

► Par des intervenants bénévoles (agrément préalable de l'IA)

- assistent l'enseignant ou les professionnels qualifiés
- peuvent être amenés à prendre en charge un groupe d'élèves → découverte du milieu aquatique

Taux d'encadrement de l'activité

Maternelle → 1 enseignant + 2 adultes agréés (professionnels ou bénévoles) par classe

Élémentaire → 1 enseignant + 1 un adulte agréé (professionnel ou bénévole) par classe

Si groupe classe comporte des élèves de plusieurs classes
+ groupe classe supérieur à 30 élèves

} → 1 encadrant
supplémentaire

Si groupe classe = maternelle + élémentaire

} → taux encadrement maternelle
(sauf si effectif < 20)

La surveillance de l'activité

Modalités de surveillance des établissements de bains → plan d'organisation de sécurité et de secours (POSS) prévu par l'arrêté du 16 juin 1998. Spécifique à chaque piscine.

Dans le cadre scolaire :

- surveillance obligatoire pendant toute la durée de présence des classes (bassin et plages)
- assurée par des maîtres-nageurs sauveteurs affectés exclusivement à cette tâche (pas de mission d'enseignement simultanément)

► Les bassins d'apprentissage : règles spécifiques

Bassins de petite taille (< 100 m²) et de faible profondeur (< 1,3 m) qui peuvent accueillir une classe.

Ce que dit la circulaire :

- ~~– respecter les taux d'encadrement précisés en fonction du niveau de scolarité~~
- surveillance possiblement assurée par l'enseignant ou l'intervenant agréé s'il possède le diplôme requis
- formation obligatoire des membres présents de l'équipe pédagogique au PSC1

Conditions matérielles particulières

- 4 m² de plan d'eau par élève présent dans l'eau
- eau à la bonne température : sensation de confort thermique
- espaces réservés aux élèves clairement délimités
- espaces de travail organisés sur les côtés des bassins (pas seulement les couloirs centraux)
- si plan d'eau ouvert → autorisation nécessaire de l'IA

Sécurité spécifique à la piscine

- compter les élèves avant l'entrée dans l'eau et à la sortie de l'eau
- ne pas laisser les élèves courir sur le bord de la piscine
- ne pas avoir d'élève derrière soi (essayer de pouvoir tous les voir...)
- ne pas avoir trop de matériel sur le bord et demander à ranger en fin de séance
- ne pas dramatiser les petits accidents (boire la tasse) et toujours encourager l'enfant
- privilégier les mêmes intervenants, si possible, surtout pour les petits

Le savoir-nager de l'école primaire au collège

→ Circulaire du 7 juillet 2011

Premier palier	
Connaissances et capacités à évaluer en <u>fin de cycle 2</u>	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 → Pas d'aide à la flottaison + pas de reprise d'appuis.
S'immerger Se déplacer sous l'eau Se laisser flotter	Enchaînement d'actions sans reprise d'appuis, en moyenne profondeur : → S'immerger en sautant dans l'eau → Se déplacer brièvement sous l'eau (pour passer sous un obstacle flottant, etc.) → Se laisser flotter un instant avant de regagner le bord .

Deuxième palier	
Connaissances et capacités à évaluer en <u>fin de cycle 3</u>	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 → Pas d'aide à la flottaison + pas de reprise d'appui <i>Ex : se déplacer sur 25 m + virage + coulée + reprise de nage pour gagner le bord.</i>
Plonger S'immerger Se déplacer.	Enchaîner, sans reprise d'appuis : → Un saut ou un plongeon en grande profondeur → Un déplacement orienté en immersion (pour passer dans un cerceau immergé, etc.) → Un sur-place de 5 à 10 secondes avant de regagner le bord

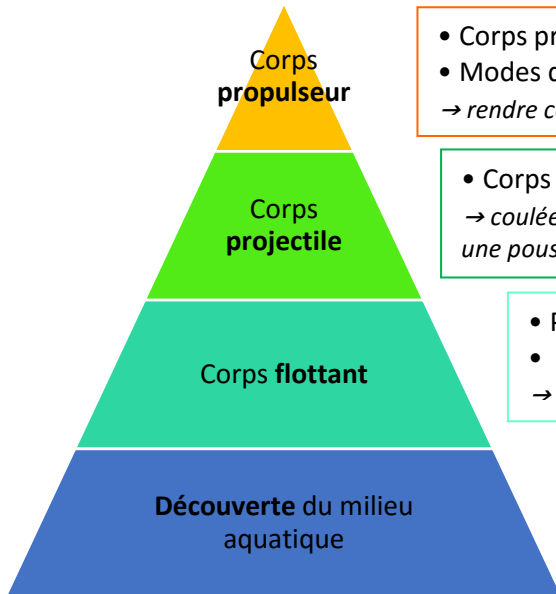
Troisième palier = 1 ^{er} degré du « savoir nager »	
Connaissances et capacités à <u>évaluer au collège</u> (mais idéalement, c'est atteint en fin de cycle 3)	Indications pour l'évaluation. L'évaluation s'effectue en réalisant le parcours complet.
<ul style="list-style-type: none"> • Compétence à nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé. • Connaissances et attitudes essentielles à vérifier : <ul style="list-style-type: none"> – les règles d'hygiène corporelle ; – les contre-indications ; – règlement intérieur de l'installation nautique ; – connaître et respecter le rôle des encadrants. 	Parcours de capacités : 5 tâches à réaliser en continuité , sans reprise d'appuis au bord du bassin : → Sauter en grande profondeur ; → Revenir à la surface et s'immerger pour passer sous un obstacle flottant ; → Nager 20 m : 10 m sur le ventre et 10 m sur le dos ; → Réaliser un sur-place de 10 secondes ; → S'immerger à nouveau pour passer sous un obstacle flottant.

Enseignement de la natation

Être nageur

Être nageur ≠ savoir se déplacer dans l'eau. C'est une **acquisition de plusieurs compétences** réparties en 5 thèmes :

Immersion	Entrée dans l'eau	Équilibre	Déplacements	Respiration
→ Se repérer et se déplacer sous l'eau afin de pouvoir explorer l'espace aquatique.	→ Action permettant d' accéder de différentes manières à un plan d'eau	→ Ce qui permet d'être stable dans l'eau en position verticale et horizontale et de se redresser pour reprendre appui au sol.	→ Se mouvoir dans l'eau et pouvoir explorer l'espace à la surface ou sous l'eau (pratiquer la natation, rejoindre le bord...)	→ Fonction d'ordinaire inconsciente mais qui doit être adaptée aux spécificités du milieu aquatique



- Corps propulseur = action des bras et des jambes
- Modes de déplacements variés + une ou plusieurs nages codifiées
- rendre cette propulsion efficace et économe ; coordonner sa respiration et ses mouvements.

- Corps rigide et profilé = fendre l'eau et de limiter les résistances
- coulée : se laisser glisser le plus longtemps et le plus loin possible sans mouvement après une poussée sur le mur (cf. coque de bateau)

- Perte des appuis solides = se laisser porter par l'eau
- De la position debout à horizontale
- s'allonger immobile sur le ventre et sur le dos (+ matériel de flottaison éventuel)

- Faire découvrir à l'enfant le milieu aquatique.
- Faire disparaître ses peurs et appréhensions.
- acceptation de l'immersion, la découverte de nouveaux équilibres et de multiples entrées dans l'eau

Planifier son enseignement

- 30 séances réparties sur les trois cycles → **UA de 10 séances au minimum** pour être efficace !
- Lors d'un cycle d'apprentissage : **1 séance par semaine** (on peut monter jusqu'à 4 séances / semaine)
- Une séance = **30 à 40 minutes DANS l'eau**

Rencontre maître-nageur et enseignant très conseillée.

① Évaluation diagnostique

Elle est précédée d'une analyse des livrets des élèves : **constitution de pré-groupes** pour faciliter le déroulement. Définition de :

- l'organisation de la séance d'évaluation : parcours, ateliers...
- les modalités d'évaluation : fiches, relevés des performances...

② Constituer des groupes de niveaux

Les groupes peuvent évoluer au cours de la séquence. Définition de :

- **la nature des groupes** : homogènes, hétérogènes (ce qui est mieux car les élèves progressent + vite)
- les **objectifs à atteindre pour chacun des groupes** en fonction des compétences définies

③ **Les séances**

Tous les élèves doivent travailler, progresser et être évalués. Les rotations de groupes peuvent avoir lieu en cours de séance, toutes les 2 séances... Chaque séance doit faire l'objet d'une **préparation commune** enseignant / maître-nageur : préparation générale par l'enseignant, aménagement d'un parcours par le maître-nageur...

④ **Évaluation finale**

Le dispositif choisi doit permettre **d'évaluer les progrès**. Le « livret de natation » est rempli en classe et transmis à l'enseignant qui suivra les élèves l'année d'après, pour qu'il puisse savoir d'où repartir.

Une séance de natation type

Durée : 40 min dans l'eau

1. Mise en place du matériel
2. Accueil du groupe
3. Phase de pratique
4. Retour sur la séance

1. Mise en place du matériel

Bassin et matériel → partagés entre plusieurs intervenants : concertation nécessaire. Bien se représenter l'organisation de la séance et repérer des points faibles. Souvent c'est le maître-nageur qui le met en place.

2. Accueil du groupe

Enfants répartis en différents groupes selon leurs besoins. Un point de rendez-vous distinct aura été clairement attribué à chaque groupe, ceci est indispensable pour la sécurité.

L'accueil du groupe se fait donc lorsque les enfants sont réunis, assis à leur point de rendez-vous et au calme.

Intervention de 2 minutes :

- récapituler les exercices vus lors de la séance précédente et annoncer l'objectif de la séance du jour
- rappeler les règles de sécurité et d'organisation
- expliquer le premier exercice

3. Phase de pratique

Pratique sécurisée permettant une progression des élèves. Le temps de pratique effectif devra être le plus important possible car la répétition des actions est nécessaire.

– mise en place d'un parcours permettant un enchaînement d'actions (exemple : entrée dans l'eau et déplacements).

– exercices permettant de développer un thème en particulier.

Souvent, **l'enseignant est en charge d'un groupe et le maître-nageur d'un autre groupe.**

4. Retour sur la séance

Le retour sur la séance dure 2 à 3 minutes. Réunir le groupe avant le retour au vestiaire et faire un débriefing de la séance avec les enfants.

– comment s'est déroulée la séance ? L'attitude du groupe, le respect des règles...

– quels exercices ont été réalisés et à quoi servent-ils ?

– que fera-t-on lors de la séance suivante ?

En faisant intervenir les enfants verbalement au cours de ce retour au calme ils s'impliqueront davantage dans l'analyse de la séance ce qui permettra de mieux fixer les apprentissages.

En maternelle

- Privilégier l'apprentissage en grande profondeur → apprendre à supprimer ses appuis plantaires → quitter ses repères de terrien
- Limiter l'utilisation du matériel → les aides perturbent la découverte du milieu (bassin) → diminuent la sensation de flottaison
- Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir [...]
- Se déplacer avec aisance dans des environnements variés, naturels ou aménagés.

Pour chaque séance :

- débiter par 5 mn d'actions ludiques et finir par 10 mn de jeux
- travailler systématiquement les 4 compétences : entrer dans l'eau, s'immerger, s'équilibrer, se déplacer

Situations pour « ENTRER DANS L'ACTIVITÉ »

« L'épervier », « Chat et souris », « Le filet à poissons » → Les joueurs formant le filet se mettent en ronde et décident en secret d'un nombre qui leur servira de signal. Ils lèvent les bras et commencent à compter à haute voix. Les « poissons » traversent le filet. Ils entrent et sortent à leur guise. À l'énoncé du nombre choisi, le filet se referme brusquement, emprisonnant des poissons. Ceux-ci agrandissent le filet. Le jeu reprend après choix d'un nouveau nombre.

Situations pour « ENTRER DANS L'EAU »

→ L'élève entre dans l'eau avec l'aide de la perche ou d'un matériel de flottaison.

1. Les sauts	<ul style="list-style-type: none"> • Entrer par les marches ou l'échelle : sauter librement • Sauter du bord debout • Sauter départ assis, en tenant la main de l'adulte • Par 2, sauter dans le cerceau tenu en surface par un camarade • Sauter en tenant la perche • Sauter du bord (au moins de 2 manières différentes) • Sauter debout du bord du bassin pour rattraper la perche • Sauter avec rotation (ex : vrille avec ½ tour)
2. Le toboggan	<ul style="list-style-type: none"> • pieds en avant sur le dos • pieds en avant sur le ventre • tête en avant sur le dos • tête en avant sur le ventre • se laisser glisser la tête la première et enchaîner une coulée à travers un cerceau, un tunnel...
3. Le tapis	<ul style="list-style-type: none"> • se laisser glisser dans l'eau la tête la première • rouler, tourner latéralement jusqu'à l'entrée dans l'eau (départ allongé, mains le long des cuisses) • départ à genoux, mains en appui sur le tapis, effectuer une roulade • du bord, accroupi, se laisser basculer en avant et entrer la tête la première
4. Les jeux	<p>« J'appelle un copain »</p> <p>→ entrer dans l'eau librement en appelant un camarade qui y entre à son tour, etc.</p> <p>– faire une entrée identique à celle de l'élève qui appelle</p> <p>– faire obligatoirement une entrée différente de la précédente</p> <p>– appeler et demander une manière d'entrer dans l'eau</p> <p>« Le numéro »</p> <p>→ en situation de compétition entre équipes, entrer dans l'eau à l'appel de son numéro</p> <p>– imposer une manière d'entrer dans l'eau</p> <p>– changer la position de départ : à genoux, assis, debout</p>
<i>Variantes</i>	
<i>Variantes</i>	

Situations pour « S'IMMERGER »

→ L'élève passe sous une perche horizontale lors d'un déplacement en appui au bord.

1. Se familiariser	<ul style="list-style-type: none"> • S'éclabousser le visage avec l'eau • Souffler sur une balle de ping-pong pour la faire avancer (dans un cerceau) • Souffler dans une paille en surface puis en immersion : faire des bulles • Installer des objets à aller chercher sur les marches du petit bassin ou près de l'échelle
2. La tête sous l'eau	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le sac à dos</u> : les enfants sont l'un derrière l'autre dans l'eau : le premier enfant se tient au bord avec ses 2 mains et l'autre est derrière et se tient à ses épaules. Celui qui est derrière descend doucement pour mettre la tête sous l'eau (varier le temps d'immersion, la mission en immersion) • <u>Passer sous la perche</u> : sur un bord dans le petit bassin, installer un obstacle à franchir en immersion (ex. une perche qui s'appuie sur le bord). Les enfants sont les uns derrière les autres dans l'eau et passent à leur tour sous l'obstacle. Il est intéressant de prévoir d'autres actions à faire avant et après (parcours). • <u>Le prénom</u> : mettre la tête sous l'eau et crier un prénom
4. Les jeux <i>Variantes</i> <i>Variantes</i> <i>Variantes</i>	<p>« Chat accroupi »</p> <p>→ une ronde, un élève au centre : c'est le chat. Il va essayer d'attraper une souris. Pour se sauver, la souris s'immerge.</p> <p>– nombre de chats</p> <p>– le chat peut avoir un matériel (frite, etc.)</p> <p>« Qu'on lui coupe la tête ! »</p> <p>→ au centre de la ronde, le coupeur de tête tient une planche à la main et essaie de « couper des têtes ». Pour éviter d'être touchés, les élèves sont obligés de s'immerger.</p> <p>– changer de matériel (cerceau, frite...)</p> <p>– couper de plus en plus profondément</p> <p>« Trouver son île »</p> <p>→ des cerceaux sont disposés à la surface. Moins de cerceaux que d'élèves. Au signal, aller se placer dans un cerceau sans le toucher, en rentrant par en-dessous</p> <p>– nombre de cerceaux</p> <p>– éliminer les élèves qui n'ont pas eu de cerceaux (en fait une compétition)</p>

Situations pour « S'ÉQUILIBRER »

→ L'élève s'équilibre à l'aide d'un matériel de flottaison.

1. Exercices	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le crocodile</u> : en très petite profondeur (pataugeoire, marches), se déplacer à plat ventre en appuis sur les avant-bras ou les mains et le menton dans l'eau. • <u>La brouette</u> : un élève est en équilibre horizontal (dos ou ventre) et l'autre doit le pousser par les pieds pour l'amener au bout du bassin. Frite sous la tête. On peut en faire une compétition. • <u>Faire l'étoile</u> : s'allonger à l'aide d'une ou deux planches sur le dos (planche serrée sur le ventre ou frite sous la nuque), sur le ventre (une planche sous chaque bras, puis à bout de bras)
2. Les jeux <i>Variantes</i>	<p>« 1, 2, 3 soleil ! »</p> <p>« Rodéo avec la planche ! »</p> <p>→ explorer avec la planche tous les moyens de s'équilibrer sans appuis plantaires.</p> <p>– se laisser porter, bercer, jouer à dormir sur... (planche devant moi, sous le menton, sous ma poitrine, entre mes jambes, sous mon ventre, entre les genoux)</p> <p>– chevaucher le plus longtemps possible la planche immergée (surf)</p> <p>– s'équilibrer avec 2 planches</p> <p>« Jacques a dit »</p> <p>→ s'équilibrer avec un élément de flottaison (planche, frite, tapis) en suivant la consigne donnée par l'adulte.</p>

Situations pour « SE PROPULSER » / « SE DÉPLACER »

→ L'élève se déplace avec du matériel de flottaison sur 10 m.

<p>1. Avec les bras</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>La file indienne</u> : les enfants sont en file indienne dans le grand bassin (perte d'appuis plantaires). Ils longent le mur en se tenant avec leurs mains sur le support. Ils doivent se déplacer d'un repère A à un repère B. Le suivant démarre lorsque le précédent est passé au niveau du premier repère. Varier la distance, le matériel, le mode d'appui...
<p>2. Avec ses jambes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Nage-frite</u> : avec une frite sous chaque bras, se déplacer en tapant des pieds d'un repère A à un repère B. Varier le nb de frites, la distance, la respiration (hors ou sous l'eau...), la position • <u>Le kangourou</u> : en ayant les épaules quasiment immergées, se déplacer en foulées bondissantes avec une planche sous chaque bras
<p>3. Avec son corps</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Entre deux frites</u> : à partir du bord, les enfants doivent passer sous l'espace déterminé par 2 perches ou 2 frites posées sur le bord. Ils peuvent rester accrochés sur le bord ou non.
<p>4. Les jeux</p> <p><i>Variantes</i></p> <p><i>Variantes</i></p> <p><i>Variantes</i></p>	<p>« Les épaves flottantes »</p> <p>→ 2 équipes ramènent le maximum d'objets flottants dans leur camp – grand bassin ou petit bassin (ceinture de flotteurs ou non)</p> <p>« Le chat et la souris »</p> <p>→ la chat cherche à toucher la souris. La souris s'échappe en s'immergeant, en s'agrippant à un ballon, à un tapis, en se propulsant jusqu'au bord, jusqu'à la ligne d'eau... – avec planche ou tout matériel flottant (frites, tapis fin, etc...)</p> <p>« Relais »</p> <p>→ groupes de niveau homogène. Chaque élève passe à tour de rôle un objet, une tape dans la main en allant plus vite que les équipes adverses. – se déplacer de différentes manières</p>