

PROJET CIRCONSCRIPTION 4 – Commune de PAEETE –

Module natation CP-CE1 :

100 % des élèves du cycle 2 ayant obtenu le certificat d'aisance aquatique

BASSIN 2

Séances	Situation d'apprentissage / Dispositif	Organisation
S0 <i>Situation de référence</i>	Parcours aménagé : test diagnostic, identiques à tous les groupe	Le groupe Classe reste avec son enseignante
S1 à S3 <i>Entrée dans l'eau</i>	Entrée dans l'eau- <u>Immersion – Équilibre</u>	Ateliers (mini parcours)- groupe de 4 élèves
S4 à S8	Entrée dans l'eau- <u>Immersion – Équilibre- Déplacement</u>	Ateliers - Parcours aménagé – groupe
S9 à S12	Entrée dans l'eau – <u>Immersion – Respiration – Équilibre- Déplacement</u>	Parcours aménagé – individuel

Temps 1 : SITUATION de REFERENCE (diagnostique : constituer les groupes de niveau)

Temps 2 : SITUATION D'APPRENTISSAGE en fonction des dominantes identifiées dans le tableau ci-dessus

PRINCIPE DU DEROULE DE SEANCE : 2 temps d'atelier avec pause puis terminer par un parcours ou des jeux ludiques

LEGENDE :

	E = Entrée de l'eau	D = déplacement	I = Immersion	EQ = Équilibre
Niveau 1-Bassin 1	E1 à E3	D1 à D5	I1 à I3	EQ 1 à EQ 3
Niveau 2- Bassin 2	E1 à E3	D1 à D4	I1 à I4	EQ 1 à EQ 3
Niveau 2 et 3- Bassin 3	E1 à E3 + E1 à E2	D1 à D4 + D1 à D2	I1 à I4 + I1 à I4	EQ 1 à EQ 3 + EQ 1 à EQ 3
Niveau 3 – Bassin 4	E1 à E3	D1 à D3	I1 à I4	EQ 1 à EQ 3

	ENTRER DANS L'EAU		S'ÉQUILIBRER		S'IMMERGER - EXPLORER LA PROFONDEUR		SE DÉPLACER - RESPIRER	
REPÈRE 1	Sauter au petit bain avec une frite.	ENT1 <input type="checkbox"/>	S'allonger seul sur le dos et se laisser traîner.	EQ1 <input type="checkbox"/>	Descendre le long d'une perche et faire des bulles.	IMM1 <input type="checkbox"/>	Se déplacer sur 10 m avec un U.	DEP1 <input type="checkbox"/>
REPÈRE 2	Sauter en moyenne profondeur avec ou sans aide matérielle.	ENT2 <input type="checkbox"/>	S'équilibrer sur le dos sans aide.	EQ2 <input type="checkbox"/>	S'immerger dans le petit bain pour récupérer un objet.	IMM2 <input type="checkbox"/>	Se déplacer sur 10 mètres en position ventrale et sans matériel.	DEP2 <input type="checkbox"/>

Module de 10 séances

Dans chaque séance, les 4 composantes de la natation seront sollicitées :
immersion, équilibre, entrée dans l'eau et déplacement

Module type : Repères 1 et 2

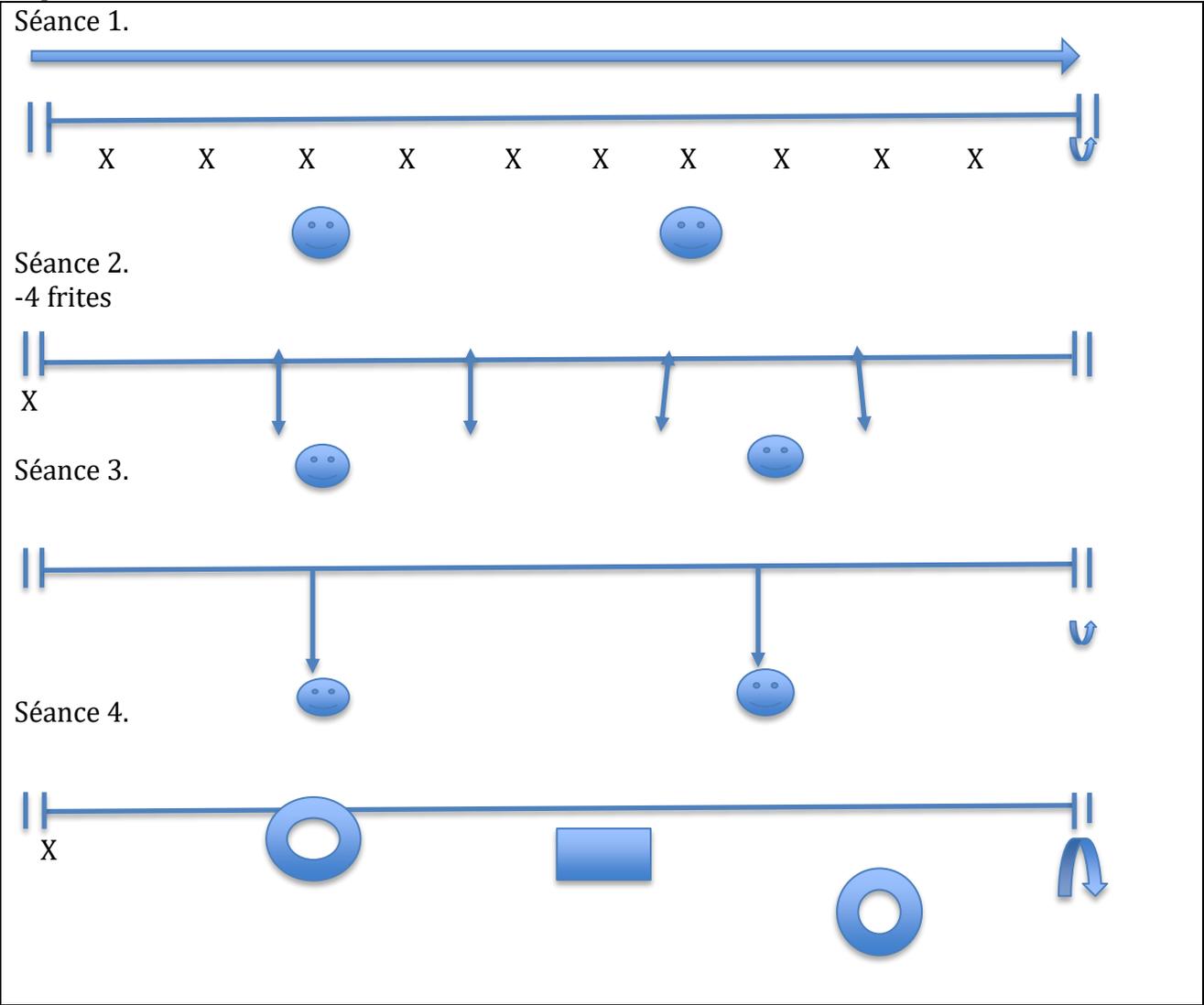
Séance 1 Réadaptation au milieu aquatique et de constitution des groupes	3 séances Situations proposant un travail sur les 4 composantes mais objectifs d'apprentissage prioritaires : - Immersion - Équilibre	2 séances Situations proposant un travail sur les 4 composantes mais objectifs d'apprentissage prioritaires : - Déplacement - Équilibre	2 séances Situations proposant un travail sur les 4 composantes mais objectifs d'apprentissage prioritaires : - Entrée dans l'eau - Déplacement	Séance 9 Retour sur les apprentissages et passation du test de fin de cycle	Séance 10 Jeux de validation d'acquis
--	---	---	---	---	---

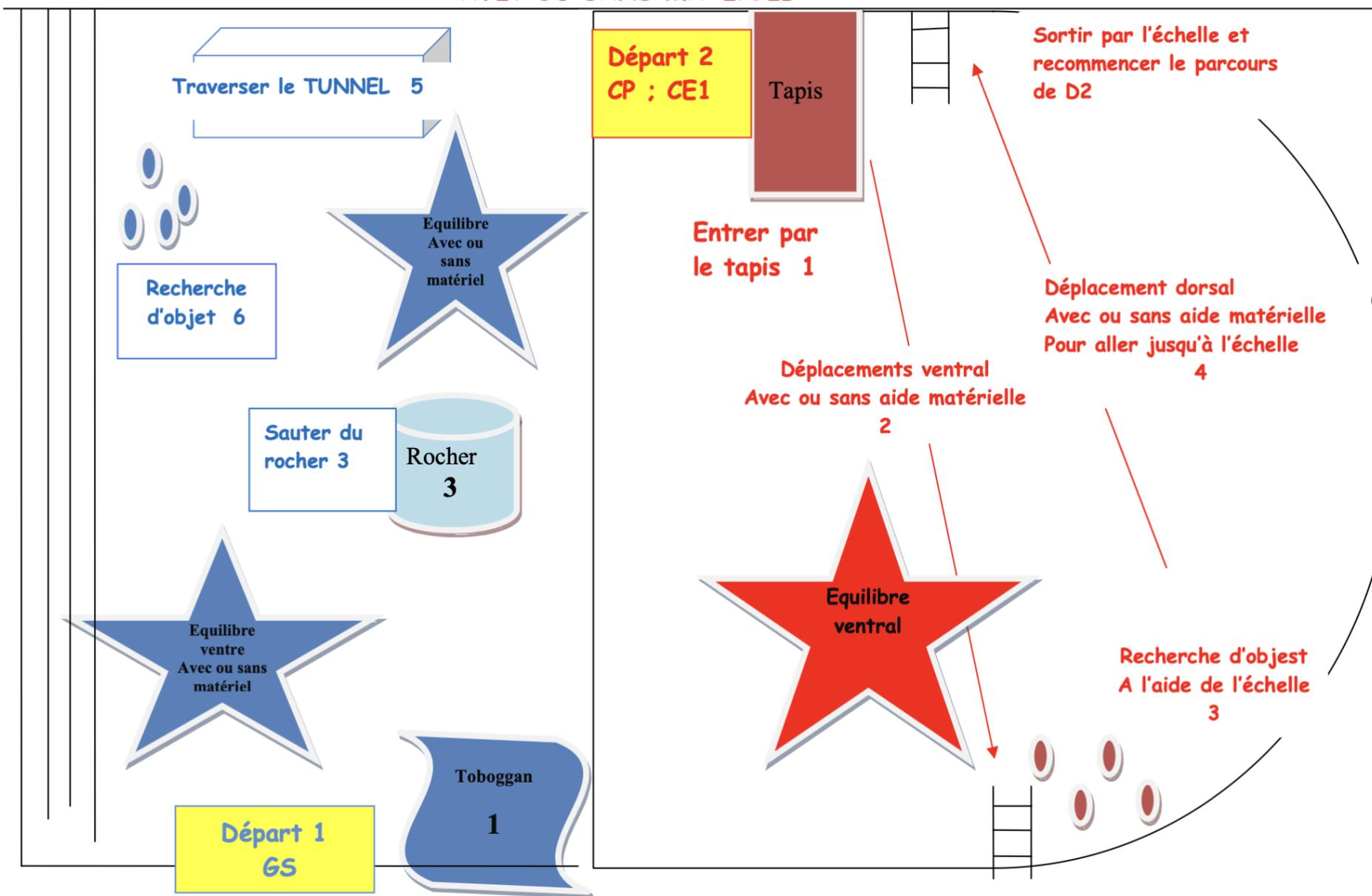
Module type : Repères 3 et 4

Séance 1 Réadaptation au milieu aquatique et de constitution des groupes	1 séance - Immersion - Équilibre	2 séances - Déplacement - Équilibre et Remontée passive	2 séances - Entrée dans l'eau (remontée passive) - Déplacement	3 séances - Enchaînement d'actions - Test ASSN ou test d'aisance aquatique	Séance 10 Jeu de validation d'acquis
--	---	--	---	---	--

DISPOSITIF :

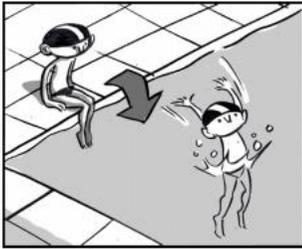
Dispositif immersion



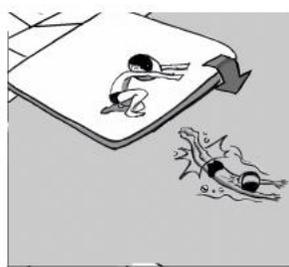


ENTREE DANS L'EAU

E2



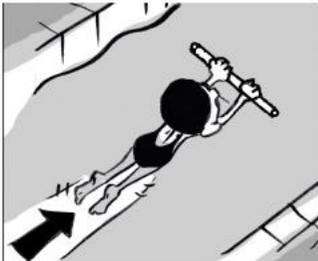
E3



- Faire varier l'orientation de l'élèves et les manières d'entrer dans l'eau.
- Possibilité de garder la frite..
- Positionner un adulte ou une planche ou une ligne d'eau comme cible à atteindre.

DEPLACEMENT

D1



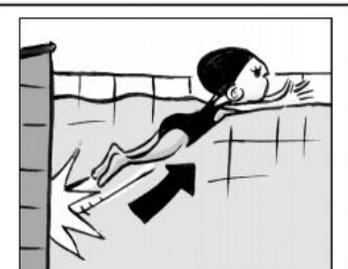
D2



D3



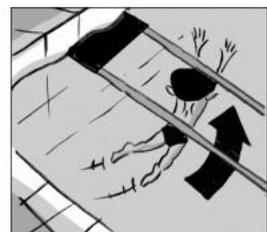
D4



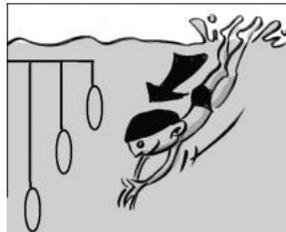
- Faire varier l'appui solide, utiliser 2 frites, é planche.
- Même exercice avec un tapis par groupe de 3 ou 5 élèves - Sous forme ludique (balle de tennis ; les déménageurs...)

IMMERSION

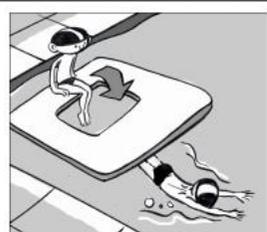
I1



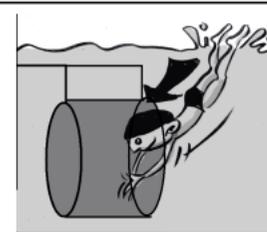
I2



I3



I4



- Faire varier la distance entre 2 obstacles, la largeur de l'obstacle ou la profondeur
- Favoriser l'enchaînement des actions dans un parcours ludique.

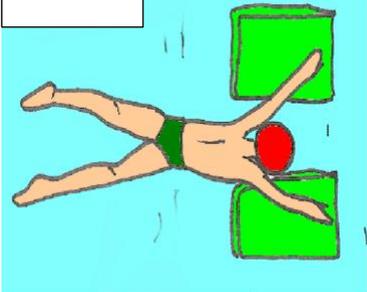
Équilibre

EQ 3

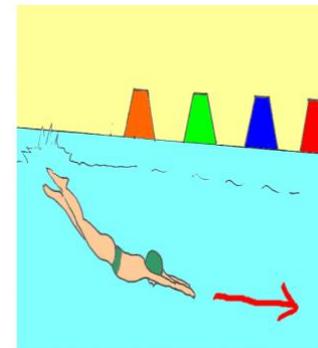
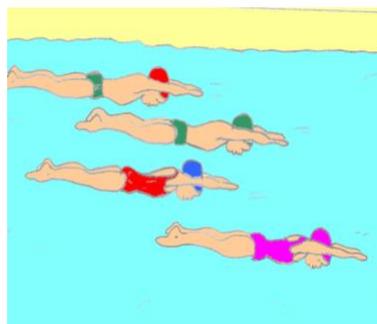
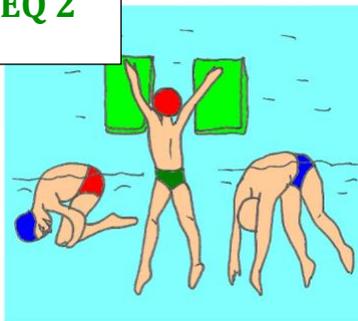
EQ 4

- Faire varier l'orientation de

EQ 1



EQ 2



S1: Entrée dans l'eau - Immersion : Construire une nouvelle motricité aquatique horizontale et plus économe.
E1 à E3 + I1 à I4

BASSIN 2

Composante	Objectif	Situations	Critères de réalisation	Critères de réussite
Entrée dans l'eau et se déplacer	Réaliser une entrée dans l'eau simple avec impulsion, une immersion totale et une remontée passive.	<p>Situation n°1 Entrée dans l'eau de différentes façons Le jeu du miroir. (sans aide) Descendre par l'échelle – se tenir à la goulotte – se laisser glisser dans l'eau le long du mur bras tendu – se regarder dans le miroir – remonter <u>Variante :</u> - Se parler sous l'eau - identifier des indices visuels</p> <p>Situation n° 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Je saute du plot, debout avec une frite ou une perche. - Je saute du mur assis sans aide. - Je fais une roulade sur le tapis. 	Assis sur le bord, se retourner et se laisser glisser. Assis sur un tapis se retourner et se laisser glisser.	Entrer dans l'eau au moins de 3 façons différentes.

		Situation n°3						
		Enchaîner des actions en réalisant un parcours.						
Immersion	S'immerger totalement pour se déplacer allongé ou effectuer un déplacement orienté en immersion.	Situation 1	Basculer la tête vers l'avant Ouvrir les yeux Compter les doigts levé	Passer sous au moins 3 obstacles consécutifs Récupérer au moins 3 objets immergés sur 4				
		<u>Les tâches :</u> (en binôme) Le jeu du bouchon. (sans aide) Descendre par l'échelle – lâcher les mains – mettre les mains le long du corps-basculer la tête en arrière-descendre <u>Variante :</u> - changer d'appui (la frite, le bord...) - changer de mouvement - augmenter la durée d'immersion			Situation 2			
		Situation 2						
		<u>Les tâches :</u> Le jeu de la pêche aux objets <ul style="list-style-type: none"> ○ Le long de l'échelle descendre le long de l'échelle en commençant par la première marche, puis la seconde jusqu'à la dernière-prendre un anneau lesté dans le panier-remonter en tenant les marches ○ Le long de la perche descendre le long de la perche, toucher le fond avec ses pieds, remonter en tenant la perche. <u>Variantes :</u>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>avec aide</th> <th>sans aide</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> - Se tenir par les mains - Remonter légèrement au-dessus de la goulotte - Descendre le long du mur - Ouvrir les yeux - Compter jusqu'à 3 </td> <td> - Lâcher les mains - Les mettre le long du corps - Basculer la tête en arrière - Descendre </td> </tr> </tbody> </table>	avec aide	sans aide	- Se tenir par les mains - Remonter légèrement au-dessus de la goulotte - Descendre le long du mur - Ouvrir les yeux - Compter jusqu'à 3	- Lâcher les mains - Les mettre le long du corps - Basculer la tête en arrière - Descendre	
avec aide	sans aide							
- Se tenir par les mains - Remonter légèrement au-dessus de la goulotte - Descendre le long du mur - Ouvrir les yeux - Compter jusqu'à 3	- Lâcher les mains - Les mettre le long du corps - Basculer la tête en arrière - Descendre							
			<table border="1"> <thead> <tr> <th>avec aide</th> <th>sans aide</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> - Se tenir par les mains aux marches ou au barres latérales, à la perche - Remonter légèrement en hauteur pour prendre de l'élan - Se laisser descendre - Garder la tête dans l'axe du corps </td> <td> - Lâcher la perche - Lâcher les mains - Les mettre le long du corps - Descendre - Toucher le fond, prendre un objet, se voir dans un miroir </td> </tr> </tbody> </table>	avec aide	sans aide	- Se tenir par les mains aux marches ou au barres latérales, à la perche - Remonter légèrement en hauteur pour prendre de l'élan - Se laisser descendre - Garder la tête dans l'axe du corps	- Lâcher la perche - Lâcher les mains - Les mettre le long du corps - Descendre - Toucher le fond, prendre un objet, se voir dans un miroir	
avec aide	sans aide							
- Se tenir par les mains aux marches ou au barres latérales, à la perche - Remonter légèrement en hauteur pour prendre de l'élan - Se laisser descendre - Garder la tête dans l'axe du corps	- Lâcher la perche - Lâcher les mains - Les mettre le long du corps - Descendre - Toucher le fond, prendre un objet, se voir dans un miroir							

		<ul style="list-style-type: none"> - Changer d'appui (la frite, le bord du type) - Exploiter d'autres postures (bras tendus-en tailleur, en coule...) - Augmenter la durée d'immersion 	<ul style="list-style-type: none"> - Ouvrir les yeux 	
--	--	---	---	--

S2 : Entrée dans l'eau-Immersion-Respiration-Équilibre
EQ 1 à EQ 3

BASSIN 2

Composante	Objectif	Situations	Critères de réalisation	Critères de réussite
Entrée dans l'eau Immersion Respiration Équilibre	Entrer dans l'eau de différentes manières et réaliser une sustentation verticale et ventrale.	<p style="text-align: center;">Situation n°1</p> Varier les entrées dans l'eau : Si matériel disponible : Entrer dans l'eau par le gros tapis en s'asseyant, en faisant une roulade s'aider de l'adulte si besoin.	Entrée dans l'eau par les pieds Entrée dans l'eau sur le côté Entrée dans l'eau sur le dos Entrée dans l'eau en arrière, tête en avant	Rester debout dans un cerceau 5 secondes. Faire étoile 5 secondes. Passer d'une sustentation ventrale à une sustentation dorsale avec aide ou sans aide.
		<p style="text-align: center;">Situation n° 2</p> Immersion orientée Enchaîner un déplacement ventral, un passage en immersion et une sortie de l'eau maîtrisée. <u>Les variables pour les situations</u>	Joindre ses 2 mains, exercer une pousser contre le mur, regarder vers le fond, rapprocher le menton de sa poitrine.	
		Des équipes de 3 ou 4 nageurs. Ils s'élancent à tour de rôle en coulée ventrale sans mouvement de bras ni de jambes. Le but est d'aller le plus loin possible. Des balises sur le bord du bassin symbolisent des zones.	Joindre ses 2 mains, exercer une pousser contre le mur, regarder vers le fond, rapprocher le menton de sa poitrine. Écarter les bras et les jambes, sortir le bassin (pousser	

		<p>En fonction de leur zone d'arrivée, ils gagnent des points pour leur équipe. Zone 1 = 1 point, zone 2 = 2 points... L'équipe gagnante est celle qui arrive le plus vite à 30 points.</p> <p style="text-align: center;">Situation n° 3</p> <p>Flottaison dorsale Réaliser une flottaison dorsale. Réaliser un équilibre en position dorsale. Équilibre dorsal maintenu pendant 5 secondes (épaules et bassin à la surface).</p> <p><u>Les variables pour les situations</u> Avec ou sans aide Moyenne profondeur. Dans un temps donné, réaliser un maximum d'équilibres différents en position ventrale et dorsale : - Etoile ventrale - Etoile dorsale – boule - méduse</p> <p style="text-align: center;">Situation n°4</p> <p>Parcours ludiques avec enchainement d'actions intégrant ou tes les situations rencontrées.</p>	<p>les fesses vers le haut et basculer la tête en arrière.</p>	
<p>Déplacement Immersion</p>		<p style="text-align: center;">Situation 1</p> <p>Se déplacer d'un point à un autre en utilisant la goulotte</p> <p><u>Les variables pour les situations</u> Déplacement libre Déplacement avec les épaules sous l'eau Déplacement avec une grande amplitude entre 2 appuis Déplacement de plus en plus rapide Déplacement en fermant les yeux Déplacement en se retournant dos au mur, face au mur</p>	<p>Les épaules s'enfoncent dans l'eau. Les pieds ne sont plus en contact avec le mur vertical. Lors des déplacements de plus en plus rapide, l'équilibre vertical est préservé par une action de jambes s'apparentant au schème de la course. Les élèves passent de l'appui à la suspension.</p>	

		<p style="text-align: center;">Situation 2</p> <p>Se déplacer d'un point à un autre en utilisant la goulotte en passant sous une fritte ou en contournant un obstacle</p> <p><u>Les variables pour les situations</u> Se déplacer d'un point à un autre en croisant un camarade. Se déplacer d'un point à un autre en faisant une sustentation verticale dans un cerceau. Se déplacer d'un point à un autre passant sur un tapis puis dans un cerceau. Se déplacer d'un point à un autre passant sur un tapis puis dans un cerceau. Se déplacer d'un point à un autre en récupérant des objets dans un panier avec le pied ou la main</p> <p style="text-align: center;">Situation 3</p> <p>Se déplacer d'un point à un autre en réalisant un parcours aménagé composé de toutes les variables</p> <p><u>Les variables pour les situations</u> En mode découverte A deux, en se tenant la main En se croisant En allant le plus possible</p>		
<p>Immersion – Déplacement Équilibre</p>		<p style="text-align: center;">Situation n°1</p> <p>Équilibre vertical Se maintenir en position verticale</p> <p>Les variables pour les situations Au bord du mur Avec l'aide d'un adulte Avec 2 frites Avec 1 fritte ou 1 planche</p> <p style="text-align: center;">Situation n° 2</p> <p>Flottaison ventrale : Réaliser une flottaison ventral</p>		

		<p>Réaliser un équilibre en position dorsale. (épaules et bassin à la surface).</p> <p><u>Les variables pour les situations</u> Possibilité d'utiliser</p> <p>Situation n° 3</p> <p>Flottaison dorsale Réaliser une flottaison dorsale. Réaliser un équilibre en position dorsale. Équilibre dorsal maintenu pendant 5 secondes (épaules et bassin à la surface).</p> <p><u>Les variables pour les situations</u></p> <p>Situation n°4</p> <p><u>Les variables pour les situations</u></p>		
--	--	---	--	--

S3 : Entrée dans l'eau - Immersion - Respiration - Déplacement (propulsion) D1 à D4

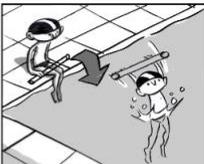
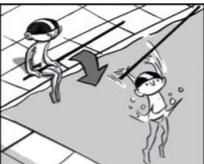
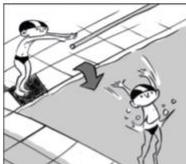
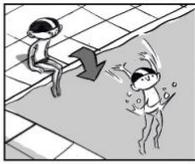
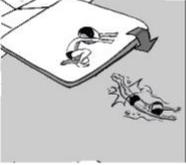
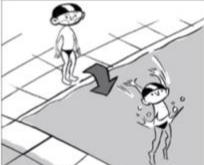
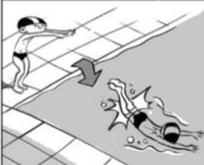
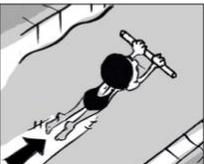
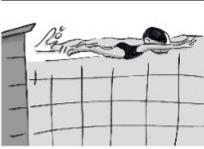
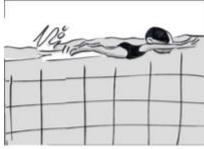
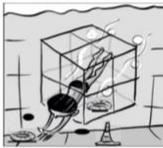
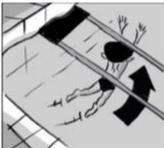
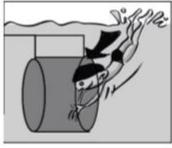
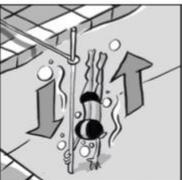
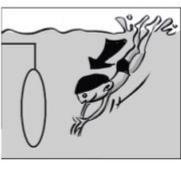
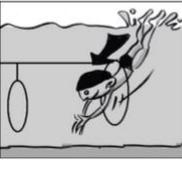
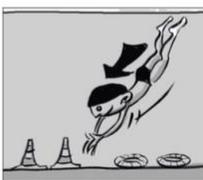
BASSIN 2

Composante	Objectif	Situations	Critères de réalisation	Critères de réussite
<p>Entrée dans l'eau</p> <p>Équilibre</p> <p>Déplacement</p>		<p>Situation n°1 et n°2</p> <p>Enchaînement déplacements ventral et immersion Enchaîner une succession de déplacements en surface et en immersion (ressortir du cerceau, nager entre 15 et 20m).</p> <p><u>Le sous-marin</u> À partir d'une poussée contre le mur, plonger en profondeur et ressortir avec les mains tendues et</p>	<p>Passer sous chaque obstacle (ex.: lignes d'eau). (3 à 4 espaces d'au moins 1,50 m). Se déplacer sur le ventre, sortir le visage entre chaque obstacle. (*)</p>	<p>Entrer dans l'eau de différentes manières, réaliser une flottaison et récupérer un objet immergé.</p>

	<p>collées. Un adulte sera en face pour le réceptionner.</p> <p><u>Le sous-marin propulsé</u> À partir d'une poussée contre le mur, plonger en profondeur, battre des pieds et ressortir face à l'adulte avec les bras tendus et les mains collées. Toucher l'adulte à la réception.</p> <p><u>Les variables pour les situations</u> Vitesse d'exécution Nombres d'obstacle Alternier passer, au-dessus, au-dessous, entre.. ;</p> <p style="text-align: center;">Situation n° 3</p> <p>S n°3 : <u>Le cerceau</u> À partir d'une poussée contre le mur, plonger en profondeur, passer dans un cerceau en battant des pieds et ressortir face à l'adulte avec les bras tendus et les mains collées. Un adulte sera en face pour le réceptionner. <u>Les variables pour les situations</u></p> <p style="text-align: center;">Situation n°4</p> <p>Déplacement dorsal Réaliser une propulsion dorsale. Nager sur le dos (entre 15 m et 20 m). Déplacement sans temps d'arrêt en conservant la position dorsale.</p> <p><u>Les variables pour les situations</u></p>		
--	--	--	--

		<p><u>La résistance de l'eau</u> Assis sur une frite, créer un appui dans l'eau en faisant des mouvements avec les bras.</p> <p><u>Le manchot dorsal</u> Se déplacer en position allongée sur le dos (avec l'aide de tapis ou 2 frites) en battant des pieds en alterné ou simultané.</p> <p><u>Le manchot ventral</u> Se déplacer en position allongée sur le ventre (avec l'aide de tapis ou 2 frites) en battant des pieds en alterné ou simultané</p>		
--	--	---	--	--

Auto-évaluation : colle la commette orange ou verte après chaque séance si tu as vécu les situations ci-dessous :

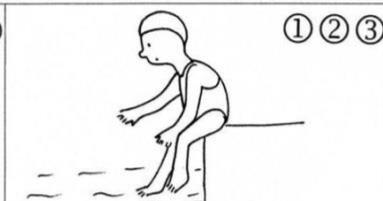
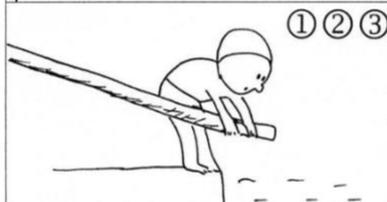
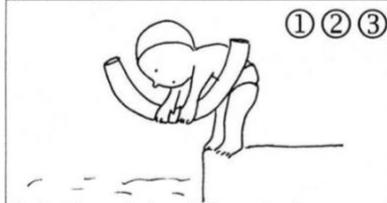
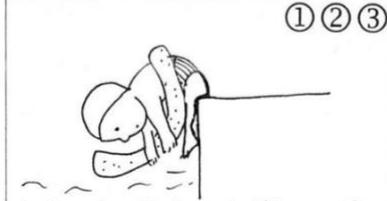
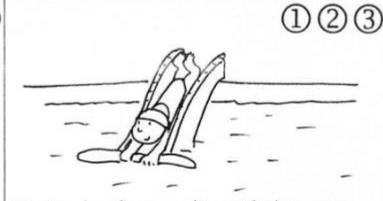
E1 	E2 	E2 	E3 	E1 	E2 
E3 	E1 	E2 	E3 	D1 	D2 
D3 	D4 	D5 	D1 	D2 	D3 
D4 	D1 	D2 	D3 	D3 	I1 
I2 	I3 	I1 	I2 	I3 	I4 
I1 	I2 	I3 	I4 		

Des fiches d'aide à l'évaluation:

J'entre dans l'eau

Niveau 2

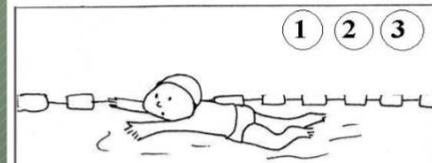
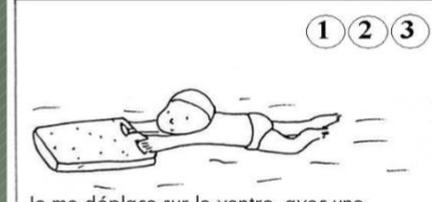
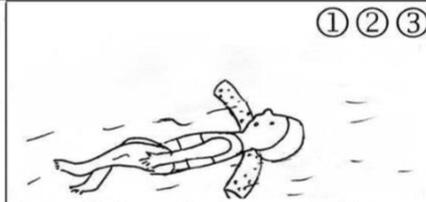
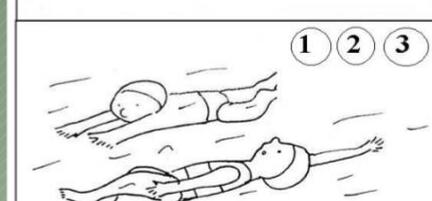
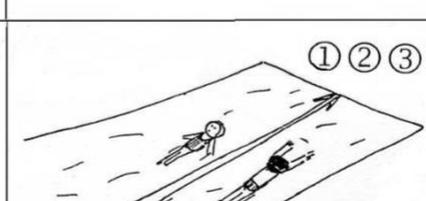
dans le grand bassin avec une aide

 <p>① ② ③</p> <p>Je descends par l'échelle en grande profondeur.</p>	 <p>① ② ③</p> <p>Assis sur le bord du bassin, j'entre dans l'eau en grande profondeur.</p>
 <p>① ② ③</p> <p>Debout sur le bord, en me tenant à la perche, je saute dans l'eau.</p>	 <p>① ② ③</p> <p>Debout sur le bord, je saute dans l'eau en attrapant la perche.</p>
 <p>① ② ③</p> <p>Debout sur le bord, je saute dans l'eau, avec l'aide d'un accessoire.</p>	 <p>① ② ③</p> <p>Assis sur le toboggan, j'entre dans l'eau en glissant avec l'aide d'un accessoire.</p>
 <p>① ② ③</p> <p>Assis au bord, je bascule tête première dans l'eau avec l'aide d'un accessoire.</p>	 <p>① ② ③</p> <p>J'entre dans l'eau en glissant à plat ventre sur le toboggan avec l'aide d'un accessoire.</p>

Je me déplace dans l'eau

Niveau 3

grand bassin: dans le sens de la longueur

 <p>① ② ③</p> <p>Je me déplace, allongé(e), en me tenant à une ligne d'eau sur toute la longueur du bassin.</p>	 <p>① ② ③</p> <p>Je me déplace sur le ventre, avec une frite, sur toute la longueur du bassin.</p>
 <p>① ② ③</p> <p>Je me déplace sur le ventre, avec une planche, sur toute la longueur du bassin.</p>	 <p>① ② ③</p> <p>Je me déplace sur le dos, avec une frite, sur toute la longueur du bassin.</p>
 <p>① ② ③</p> <p>Je me déplace seul(e) en nage ventrale sur la moitié de la longueur du bassin.</p>	 <p>① ② ③</p> <p>Je me déplace seul(e) en nage dorsale sur la moitié de la longueur du bassin.</p>
 <p>① ② ③</p> <p>Je me déplace sur le dos et sur le ventre sur toute une longueur du bassin.</p>	 <p>① ② ③</p> <p>Je fais un aller en nage ventrale et un retour en nage dorsale.</p>

