



**BASSIN MOBILE
VAIMANE'E**

PROJET PEDAGOGIQUE PLAN AISANCE AQUATIQUE

Projet pédagogique du bassin mobile Vaimane'e - 2024
Proposition Fédération Tahitienne de Natation



**AISANCE
AQUATIQUE**

AU SOMMAIRE

A. Introduction	P 3
B. Aspect fonctionnel	P 4
1. <u>Le Plan Aisance Aquatique</u>	p 4
2. <u>Présentation du bassin mobile Vaimane'e</u>	p 4
3. <u>Déplacement, arrivée, circulation et départ du bassin</u>	p 5
4. <u>Tenue vestimentaire</u>	p 5
5. <u>Informations réciproques</u>	p 5
6. <u>Réglementation</u>	p 6
C. Organisation pédagogique	P 8
1. <u>Organisation des 3 séquences de l'Aisance Aquatique</u>	p 8
2. <u>Objectifs pédagogiques</u>	p 8
3. <u>Programmation des séances</u>	p 10
4. <u>Constitution de groupes-classes hétérogènes</u>	p 11
5. <u>Quelques outils...</u>	p 11
D. Les 3 séquences de l'Aisance Aquatique	P 14
1. <u>En moyenne section : la première séquence de 8 séances minimum</u>	p 14
2. <u>En grande section : la seconde séquence de 8 séances minimum</u>	p 16
3. <u>En cours préparatoire : la troisième séquence de 8 séances minimum</u>	p 17
<u>Annexe : Diplôme de participation Aisance Aquatique</u>	p 21

A. Introduction

Suite à de nombreux constats, la **Fédération Tahitienne de Natation – FTN** relève que l'un des principaux freins au savoir-nager en Polynésie française est la difficulté liée aux transports éloignant les populations des quartiers des infrastructures sportives ou du milieu lagonaire.

En 2022, la FTN a donc mis en place le dispositif « Vaimane'e » dont l'acquisition d'un bassin mobile transportable dans le but de :

- **Faciliter l'accès à la pratique de la natation** afin d'éviter les risques de noyades, de développer l'aisance aquatique et de favoriser l'adoption d'un comportement de santé.
- **Recréer du lien culturel entre l'eau et la population** dans le but de l'amener vers une pratique autonome et régulière.
- **Faciliter le recours à l'activité** pour les enfants, les adultes et les personnes atteintes de maladies chroniques en amenant la pratique dans leur lieu et habitude de vie.
- **Initier et accompagner les personnes en affection de longue durée** à la pratique d'une activité physique aquatique sous prescription médicale faite par le médecin.

Le bassin mobile Vaimane'e s'implante au sein même des écoles maternelles ou élémentaires, notamment parce qu'elles disposent de terrain plat et d'un accès sécurisé. Le lieu d'installation du bassin est déterminé en concertation avec la **Direction Générale de l'Éducation et de l'Enseignement – DGEE** (conseiller(e) pédagogique de circonscription, directeur(trice) de l'école concernée) ainsi que **la commune**.

Le dispositif Vaimane'e s'adresse :

- **Dans le cadre scolaire**
 - aux enfants des écoles maternelles et élémentaires (public cible : 4 - 6 ans) afin de leur permettre d'acquérir une aisance suffisante pour évoluer en sécurité dans le milieu aquatique – Plan « Aisance Aquatique ».
 - aux professeurs des écoles et MNS dans la mise en œuvre des « Formations à l'encadrement de l'Aisance Aquatique ».
- **Dans le cadre extra-scolaire**, aux enfants (public cible : 4 - 12 ans) afin de leur permettre d'acquérir soit une aisance suffisante ou d'acquérir les compétences nécessaires pour évoluer en sécurité dans le milieu aquatique - Plans « Aisance Aquatique et J'Apprends à Nager ».
- **Aux adultes et matahiapo** souhaitant faire ou reprendre une activité physique pour améliorer leur état de santé et présentant ou non une problématique de santé (obésité, surpoids et comorbidités associées telles que le diabète et l'hypertension, cancer, etc.).

L'une des spécificités liées à la venue des groupes scolaires consiste à accueillir les écoles maternelles et élémentaires dans le cadre d'un projet pédagogique scolaire. Cet outil sert de guide aux enseignants et aux maîtres-nageurs afin qu'ils puissent organiser l'apprentissage progressif de l'aisance aquatique.

Pour cette année 2023, le projet pédagogique scolaire du bassin Vaimane'e tente de répondre au mieux au cadre contraint par la nouvelle circulaire de métropole du 28 février 2022 abrogeant celle du 22 Aout 2017.

L'objectif prioritaire consiste à permettre aux enfants **l'acquisition de l'aisance aquatique**. Celle-ci se définit comme une première expérience positive de l'eau qui fonde la capacité à agir de façon adaptée dans une diversité de situations rencontrées en milieu aquatique. Envisagée comme un continuum ouvert d'acquisitions, l'aisance aquatique est particulièrement visée pour les enfants de moins de 7 ans. Son acquisition est plus largement un objet d'enseignement incontournable pour tout élève non-nageur, quel que soit son âge, dans la perspective de l'acquisition du savoir-nager en sécurité.

B. Aspect fonctionnel

1. Le Plan Aisance Aquatique

Le déploiement du Plan Aisance Aquatique répond aux exigences cumulatives suivantes :

- ⇒ **Garantir un apprentissage précoce** par l'organisation de « classes bleues » (apprentissages massés dans le temps) ;
- ⇒ **Garantir une pédagogie adaptée** en s'assurant de respecter les principes de l'aisance aquatique ;
- ⇒ **Garantir un encadrement de qualité** en formant des instructeurs et encadrants de l'aisance aquatique reconnu sur l'ensemble du territoire.

Les principes généraux de l'Aisance Aquatique :

- En milieu fermé (piscines), milieu naturel ou dans des bassins mobiles
- En scolaire, péri-scolaire ou extra-scolaire
- En apprentissage massé (2 séances/jour pendant 1 semaine ou 1 séance/jour pendant 2 semaines)
- Auprès d'un public de 4 à 6 ans visant 3 paliers d'acquisition
- En grande profondeur et sans aide à la flottaison

La formation « **Encadrants Aisance Aquatique** » concerne : personne en charge de l'encadrement des activités « Aisance aquatique » : maitres-nageurs, MNS, acteurs de l'éducation nationale (professeurs des écoles, CPC, CPD, etc.) soit tout acteur organisant ou encadrant des « classes bleues / stages bleus », ayant les qualifications requises pour l'encadrement de la natation (cf. annexe 1). Les parents et autres bénévoles ainsi que des personnes inscrites dans des parcours de formation sur des diplômes fédéraux, de branche ou ministériels pourront être accueillis sur cette formation en tant qu'observateur.

2. Présentation du bassin mobile Vaimane'e

La Fédération Tahitienne de Natation dispose d'un bassin mobile tubulaire souple de 10 mètres X 5 mètres avec une profondeur de 1,30 mètres.

Conditions matérielles d'accueil :

Pour les activités visant l'Aisance Aquatique pour les écoliers dans un bassin mobile, l'occupation du bassin doit être appréciée à raison d'au moins 3m² de plan d'eau par élève présent dans l'eau (circulaire 2022).

Il est recommandé de ne pas dépasser 16 baigneurs (une demi-classe) en situation d'apprentissage dans un bassin de 10mx5m.

Équipe pédagogique de la Fédération Tahitienne de Natation :

Directeur technique – Sylvain ROUX (Instructeur Aisance aquatique)

Coordinatrice du dispositif Vaimane'e – Mélisa PAYEN (Instructeur Aisance aquatique)

Email : vaimanee.ftn@gmail.com

Éducateurs MNS (Instructeurs ou Encadrants Aisance aquatique), chargés de la formation et/ou de l'enseignement et/ou de la surveillance du bassin :

Vaimiti BERTRAND

Dayne JEZEQUEL

3. Déplacement, arrivée, circulation et départ du bassin

Transport à pied pour les élèves de l'école du site d'implantation du bassin Vaimane'e.

Transport en bus pour les élèves des écoles environnantes organisé par la commune.

Les classes pénètrent dans l'école par l'entrée réservée au site d'implantation.

L'arrivée sur le site s'effectue 15 minutes au plus avant le début de la séance.

Les 2 vestiaires (un fille et un garçon) sont mis à disposition pour l'ensemble des classes.

Un planning est affiché à l'intérieur de chacun d'entre eux. Il doit être respecté pour le bien de tous.

Le retour dans les vestiaires puis la sortie de l'établissement se fait sous la responsabilité des enseignants et dans un délai raisonnable.

4. Tenue vestimentaire

- Maillot de bain pour les élèves.
- Tenue de bain pour les encadrants.
- Mise à disposition de lunettes de natation et de bonnet de bain par la FTN.

5. Informations réciproques

Dès que possible, la coordinatrice du dispositif Vaimane'e informera les directeurs d'école de l'absence d'un maître-nageur ou de l'indisponibilité du bassin.

De même, en cas d'absence d'un enseignant, il appartient au directeur d'école d'informer, dans les meilleurs délais, la coordinatrice du dispositif.

6. Réglementation

Normes d'encadrement à respecter - Arrêté du CM n°2229 du 06 nov. 2018

Le taux d'encadrement minimal nécessaire à la pratique des activités aquatiques et de la natation doit se conformer aux seuils arrêtés dans le tableau ci-dessous :

Nombre d'intervenants extérieurs			
Nombre d'élèves	Classe ou regroupement de classes maternelles	Classe ou regroupement de classes élémentaires	Regroupement de classes maternelles et élémentaires
moins de 20	2	2	2
de 20 à 30	3	2	3
plus de 30	4	3	4

Cas particulier des bassins mobiles :

Pour les classes de maternelle, le taux d'encadrement doit être conforme au tableau « Taux d'encadrement par groupe-classe » explicité supra : deux adultes encadrants et un personnel qualifié supplémentaire dédié à la surveillance.

Encadrement

L'encadrement sur le bassin Vaimane'e est assuré par l'enseignant et un maître-nageur sauveteur (MNS) mis à disposition par la FTN. Un intervenant bénévole agréé peut également participer à l'encadrement si nécessaire. En fonction du niveau des élèves, les MNS et/ou enseignant pourront réaliser cet encadrement dans l'eau.

Qualifications :

L'encadrement est assuré par l'enseignant de la classe, il participe activement à l'enseignement, notamment en prenant en charge un groupe de travail.

L'encadrement est également assuré par le MNS, titulaire d'une carte professionnelle à jour.

L'intervenant bénévole accompagnateur qui participe à l'enseignement de la natation sont soumis à un agrément préalable, délivré par la DGEE.

Surveillance

Dans le cadre scolaire, une surveillance est obligatoire pendant toute la durée de la présence des classes sur le site d'implantation et dans le bassin du Vaimane'e. Elle est rappelée dans le Plan d'Organisation des Secours et de la Sécurité (POSS).

La surveillance du bassin est assurée par un maître-nageur sauveteur (MNS) mis à disposition par la FTN qui est exclusivement affecté à cette tâche et, par conséquent, ne peut simultanément remplir une mission d'enseignement (prise en charge d'un groupe).

Le MNS assure une surveillance active et permanente, il s'assure également que les taux d'encadrement sont bien respectés.

Rappel :

Malgré cette présence et le partage de l'action pédagogique, tout enseignant est responsable pédagogique de la conduite des séances d'enseignement de l'activité aquatique et de natation.

Prévention et sécurité permanente

L'enseignant (en tenue de piscine) :

- Renseigne l'effectif de sa classe auprès des MNS de la FTN.
- Encadre les élèves dans les vestiaires et douches.
- Signale les élèves à "risque" et les élèves venant dans le cadre d'un projet d'accueil individualisé.
- Contribue au bon déroulement du POSS.

L'intervenant bénévole agréé :

- Assiste de façon complémentaire l'enseignant ou le MNS dans les activités que celui-ci conduit avec un groupe d'élèves.
- Prend en charge le groupe d'élèves que l'enseignant leur confie. Dans ce cas, ils assurent la surveillance du groupe et participent à l'animation de l'activité de natation.

L'accompagnateur bénévole :

- Participe à l'encadrement de la vie collective des séances de natation (transport, vestiaire, toilette et douche).
- N'est pas soumis à aucune exigence de qualification ou d'agrément, leur participation relève uniquement de l'autorisation du directeur d'école.
- Surveille les enfants ne pratiquant pas l'activité.

Alerte et intervention :

La personne la plus proche de l'accident alerte ou fait alerter le MNS de surveillance et intervient suivant ses compétences.

L'enseignant constatant l'incident, quelque soit le lieu (bassin, plage, douche, vestiaires, site d'implantation...), alerte ou fait alerter le MNS de surveillance. Le MNS est dès lors responsables des soins et de la mise en œuvre du POSS.

C. Organisation pédagogique

1. Organisation des 3 séquences de l'Aisance Aquatique

AISANCE AQUATIQUE

Pour les enfants
de 4 à 6 ans

Dans le temps scolaire
(Classes bleues)
Périscolaire et extrascolaire
(Stages Bleus)

Nombre de séances

8 x 
40 mn

sur 1 ou
2 semaines

Le parcours vers la validation du Certificat d'Aisance Aquatique – CAA se compose de trois séquences de 8 séances (minimum) en moyenne section, grande section et cours préparatoire.

Lorsque cela est possible, il est souhaitable de regrouper les séances sur deux semaines afin de favoriser un apprentissage efficient et pérenne.

L'ensemble des tests doit être réalisé sans engin ni accessoire de flottaison quelconque et en grande profondeur (supérieur à la taille de l'enfant).

En début du second cycle et du troisième cycles, les acquis des cycles précédents sont vérifiés et consolidés le cas échéant.

Chaque séquence sera donc programmée sur la base de 8 séances au minimum :

- Moyenne section : 1^{ère} séquence de 8 séances (minimum) d'enseignements progressifs.
- Grande section : 2^{ème} séquence de 8 séances (minimum) d'enseignements progressifs.
- Cours préparatoire : 3^{ème} séquence de 8 séances (minimum) d'enseignements progressifs.

La validation de l'un des 3 paliers d'acquisitions de l'Aisance Aquatique seront évalués au fil des séances. Il n'y aura pas d'évaluation initiale ni terminale proposée.

2. Objectifs pédagogiques

« L'importance accordée à cette activité est liée au caractère utilitaire du « savoir nager », indispensable pour participer aux activités nautiques et très pragmatique pour un habitant des îles. On ne peut cependant ignorer la spécificité des apprentissages liés aux activités aquatiques qui contribuent ainsi à l'éducation globale des enfants. »

Enseigner l'éducation physique et sportive à l'école primaire en Polynésie française.

« Le parcours de formation de l'élève s'initie dans la perspective d'une **aisance aquatique**, dès le cycle 1. Il se traduit par des situations de découverte et d'exploration du milieu aquatique. Elles permettent d'agir en confiance et en sécurité ainsi que de découvrir de nouveaux équilibres (entrer et sortir de l'eau, se déplacer, s'immerger, se laisser flotter sans matériel et sans aide).

Le parcours se poursuit au cycle 2 par des temps d'enseignement progressifs et structurés, afin de permettre la validation des attendus de la fin du cycle (notamment « se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion »).

« Les professeurs peuvent utilement se reporter aux « **Repères pour l'aisance aquatique et paliers d'acquisitions** » à l'annexe 3 de la présente note de service. »

Circulaire n°2022-276 du 28 février 2022. Education.gouv.fr

L'aisance Aquatique : une définition

L'aisance aquatique est définie comme la capacité d'une personne à entrer dans l'eau de différentes façons, à s'immerger complètement, à remonter à la surface et à flotter sans engins de flottaison, à se déplacer sur une courte distance afin de regagner le bord et sortir seul de l'eau.

→ Dans le cadre de ce projet, on parle prioritairement de « natation sécuritaire ». Il s'agit non pas d'un apprentissage de la natation (encore moins sportive), mais bien de prévenir les noyades : l'enfant apprendra progressivement la flottaison, le déplacement, l'immersion pour s'assurer de sa sécurité en cas de chute accidentelle.

Repères pour l'Aisance Aquatique : les 3 paliers d'acquisitions - En grande profondeur et sans matériel de flottaison.

Paliers d'acquisitions de l'aisance aquatique	Objectifs	Observation
		Repères clés pour le professeur ou l'intervenant
Palier 1 : Cette première étape consiste à entrer seul dans l'eau, se déplacer en immersion complète et à sortir seul de l'eau.	S'engager dans le milieu aquatique et découvrir une nouvelle locomotion	1) Entrer seul dans l'eau
		2) Sortir seul de l'eau
	Passer de l'appui à la suspension	3) Se déplacer avec les épaules immergées
	S'immerger	4) Immerger complètement la tête pendant plusieurs secondes
	S'immerger de plus en plus longtemps	
Palier 2 : Cette seconde étape nécessite de sauter ou chuter dans l'eau, à se laisser remonter, à flotter de différentes manières, à regagner le bord et à sortir seul.	Accepter l'action de l'eau sur son corps	5) Toucher le fond avec les pieds (Profondeur taille avec le bras levé)
		Enchaînement 6) Puis se laisser remonter passivement
	Sauter et se rendre indéformable pour « passer à travers » l'eau	A partir d'un saut : 7) Toucher le fond avec les pieds (Profondeur minimum taille avec le bras levé)
		Enchaînement 8) Puis se laisser remonter passivement

Palier 3 : Cette dernière étape consiste à entrer dans l'eau par la tête, à remonter à la surface, à parcourir 10 m en position ventrale tête immergée, à flotter sur le dos avec le bassin en surface, à regagner le bord et à sortir seul.	Accepter le déséquilibre et le changement de direction	9) Basculer dans l'eau depuis le bord et entrer dans l'eau par le haut du dos Enchaînement 10) Puis pivoter dans l'eau pour se retrouver dos au mur
	Choisir sa forme pour s'orienter de différentes façons	11) S'allonger sur le ventre, bras dans le prolongement du corps tête sous les bras, quelques secondes
		12) S'allonger sur le dos, bras dans le prolongement du corps, le temps de plusieurs échanges ventilatoires
		13) Entrer dans l'eau par la tête en premier et glisser plusieurs mètres sans nager
		14) Parcourir 10 mètres sans prise d'appui solide

3. Programmation des séances

L'élaboration du planning de fréquentation des classes au bassin Vaimane'e est réalisée en concertation par la FTN et la DGEE.

L'organisation de la pratique de la natation scolaire prend en compte le programme d'implantation du dispositif Vaimane'e : 2 périodes scolaires minimum d'implantation dans une commune.

Elle est présentée à la cheffe de bureau de l'EPS et du sport scolaire ainsi qu'à l'ensemble des CPC dès le mois de juin puis, dans la mesure du possible, corrigée en fonction des éléments liés à la rentrée scolaire au mois d'août.

Le dispositif Vaimane'e priorise l'accueil de classes d'écoles maternelles (moyenne et grande section) et élémentaires (cours préparatoire) :

- Une classe est accueillie par créneau horaire.
- Une classe est divisée en 2 groupes-classes, soit 30 à 40 minutes de séance par groupe-classe.
- Chaque groupe-classe divisé en 2 sous-groupes seront encadrés par l'enseignant et par le MNS.

Les horaires pour une séquence (8 séances min.) répartie sur 2 à 3 semaines sont le lundi, le mardi, le mercredi, le jeudi et le vendredi :

- Le matin : de 7h40 à 8h40, de 8h50 à 9h50, de 10h00 à 11h00.
- Pour certaine commune, l'après-midi (hormis mercredi et vendredi) de 13h00 à 14h00.

4. Constitution de groupes-classes hétérogènes

A chacune des 8 séances, les enfants d'une classe sont répartis dans deux groupes-classes hétérogènes.

Quelques éléments de réponse :

Apprendre à l'école : c'est apprendre avec les autres et apprendre des autres. On peut postuler que le groupe hétérogène à la piscine présente des intérêts. Dans la classe, l'enseignant se trouve naturellement confronté à l'hétérogénéité engendrée par les différences de compétences qu'il tente de réduire par la différenciation pédagogique. Les organisations en groupe homogènes ont pour conséquence de réunir les élèves en difficultés, or dans un milieu aussi chargé en affectivité, il est rassurant pour l'enfant de constater qu'un de ses camarades parvient à réaliser ce qui est demandé ou de pouvoir se faire aider ou encourager par un autre enfant.

Dans un groupe hétérogène, l'enseignant pourra toujours faire observer la mise en œuvre de sa consigne par un membre du groupe plus à l'aise. Pour gérer les différences de niveau entre enfants, l'enseignant proposera des alternatives du plus facile au plus difficile. L'efficacité des apprentissages reposera sur la nécessité de proposer, à l'intérieur d'un même aménagement, des adaptations, des variables, pour susciter les réussites et les progrès. L'objectif du cycle est commun au groupe, les moyens d'y parvenir sont forcément différents en fonction des compétences des enfants.

5. Quelques outils ...

Ressource : EDUSCOL pour la maternelle « Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements et contraintes variées.

Explorer le milieu aquatique :

Le milieu aquatique : un milieu à apprivoiser par le jeune « terrien »

La piscine, ses bassins, ses volumes d'eau, sa profondeur peuvent être des sources d'inquiétude pour le jeune enfant confronté à beaucoup de nouveautés et d'incertitudes. Le bruit, le froid, la nudité peuvent, au départ, poser des problèmes à certains enfants. La peur de tomber au fond de l'eau ou encore de « se remplir d'eau » est récurrente. Le contact et le jeu avec l'eau sont également des sources de plaisir intense pour les enfants. Peurs et plaisir cohabitent ! Les adultes vont accueillir ces émotions dans un climat positif et bienveillant qui rassure, valorise les acquisitions et les progrès de chacun. Devenir nageur ne va pas de soi. Le jeune « terrien » débutant dans le milieu aquatique est en recherche d'appuis solides pour tenter de préserver sa verticalité. Il s'organise pour maintenir sa tête hors de l'eau, de façon à conserver une respiration aérienne, des repères visuels et auditifs inchangés. Les acquis du jeune « terrien » ne sont pas très efficaces dans le milieu aquatique, il faut du temps et nombreuses expériences sensori-motrices pour apprivoiser l'eau et adopter des conduites motrices adaptées.

→ Quitter ces repères connus pour accepter de se laisser porter par l'eau avec la tête immergée et explorer la profondeur, nécessite de nombreuses situations pédagogiques intermédiaires.

Les apprentissages à développer :

Acquérir de nouveaux repères perceptifs : le nageur débutant va apprendre à regarder sous l'eau (avec et sans

lunettes) et constater que la vision est différente, moins claire. Il n'en demeure pas moins qu'il y a des choses à voir sous l'eau : des objets (*il est important que le volume d'eau soit habité pour donner du sens à cette prise d'information*), mais aussi son propre corps (*en particulier ses mains qui saisissent des objets, les bras qui tirent dans l'eau*), les autres enfants.

Se vivre et se percevoir comme un « corps flottant » : quitter l'équilibre vertical et les appuis solides, pour observer qu'un équilibre horizontal est possible car l'eau nous porte. Le nageur débutant devra faire l'expérience essentielle, déterminante pour la suite de ses apprentissages, de ce corps flottant avec la tête immergée. Il lui faudra accepter de ne rien faire, de « laisser faire », se détendre et confier son corps à l'eau. Les objets flottants (« *frites* » *sous les bras*) pourront donner transitoirement des appuis au jeune nageur, le temps pour lui de s'approprier ce nouvel équilibre puis d'accepter le déséquilibre dans l'eau et de jouer avec.

Adapter ses solutions respiratoires : savoir bloquer sa respiration et rester ainsi en « apnée pleine » le temps d'une immersion facilitera la conduite motrice d'un nageur débutant qui enchaînera ainsi une succession d'apnées dans l'action et de temps de respiration en dehors des moments d'action. Puis il saura alterner une inspiration aérienne avec une expiration subaquatique, ce qui donnera une aisance au nageur pour évoluer sur des durées d'action plus longues.

Construire un corps qui glisse et se propulse : la coulée ventrale est une étape décisive dans laquelle le futur nageur conserve un alignement hydrodynamique et maintient une immersion prolongée. L'enfant doit être capable de retrouver cette position lorsqu'il se déplace, c'est-à-dire lorsqu'il y a propulsion. Il est important d'aider à la recherche d'une propulsion en incitant l'enfant à chercher des appuis solides dans l'eau avec les membres supérieurs (*explorer prioritairement des moyens de déplacements en s'aidant des mains et des bras, quelles que soient les solutions trouvées par l'enfant*), et de favoriser d'abord la construction d'un « moteur à l'avant ». Ce qui se produit « à l'arrière » (*battements de pieds, pédalages des jambes...*) répond davantage à des fins d'équilibration que de propulsion.

Une démarche qui privilégie l'aspect ludique :

Une démarche qui laisse une grande place aux jeux est essentielle pour respecter les caractéristiques de cet âge.

L'imaginaire est un levier puissant pour les apprentissages, aussi tous les jeux inventés dans lesquels les enfants peuvent se raconter des histoires (devenir des personnages, faire apparaître des cités sous-marines, construire des radeaux...) seront les bienvenus. Les situations, inspirées de jeux collectifs, de danses collectives, de jeux de cour, sont susceptibles de faire naître le plaisir de jouer, réduire les inquiétudes, faciliter les actions d'immersion en leur donnant du sens.

Pour autant, il est toujours nécessaire que l'enseignant mette en œuvre les conditions nécessaires pour que les enfants perçoivent progressivement ce qu'ils sont en train d'apprendre à travers le jeu. Les parcours aménagés doivent être conçus afin d'alterner des phases aériennes et aquatiques, de permettre un foisonnement d'actions (passer dessus, dessous, se tracter, sauter, tirer, pousser, se déplacer, glisser...). Ils sont un support privilégié pour dynamiser les apprentissages aquatiques en préservant le plaisir et l'intérêt des enfants. C'est à l'intérieur de ces dispositifs ludiques que les situations d'apprentissages, pensées en amont par l'enseignant et les professionnels de la natation, vont prioritairement se concevoir.

Le rôle de l'enseignant :

Le rôle de l'enseignant est d'adapter l'organisation pédagogique à la sécurité des élèves et de veiller à ce que les situations d'apprentissage prennent en compte la diversité des niveaux de réalisation.

Chaque enfant doit pouvoir progresser à son rythme à l'intérieur d'un groupe hétérogène, dans un climat positif et bienveillant. L'enseignant est aidé dans sa mission par des professionnels qualifiés et agréés, qui peuvent prendre en charge un groupe d'élèves, selon les modalités définies par le projet pédagogique (à l'école maternelle, l'encadrement minimal des élèves est défini sur la base d'un enseignant et de deux adultes agréés, professionnels qualifiés ou intervenants bénévoles). Des séances en classe, en amont et en aval des séances à la piscine, sont essentielles pour mettre des mots sur les expériences traversées. Elles amènent à se remémorer les activités (avec le support de dessins, par les dictées à l'adulte, grâce aux maquettes...), permettent d'échanger sur les difficultés rencontrées et les réussites. Les projets peuvent s'ancrer sur l'imaginaire et nourrir les jeux, peuvent s'articuler avec des expériences scientifiques (projet centré sur l'eau, essentiellement autour de la problématique « flotte ou coule »).

D. Les 3 séquences de l'Aisance Aquatique

Ressource : *Construction de l'aisance aquatique* - David THIMEUR - Icare.

« Est à l'aise dans le domaine aquatique l'individu qui a résolu le problème psychologique lié au remplissage, à l'engloutissement et à l'équilibre dans l'eau mais qui a découvert par l'expérience que son corps est flottant.

Aujourd'hui le lieu privilégié d'apprentissage massif de l'aisance aquatique est l'école qui a intégré de longue date un impératif sécuritaire ou/et de compétences visées pour le champ aquatique. Nous proposons donc d'articuler les niveaux de progression autour des niveaux de l'école : la moyenne section, la grande section et le cours préparatoire. »

Pour chaque niveau nous retrouvons trois composantes :

- Les obstacles qui vont être rencontrés par les apprenants
- Les étapes de construction qui lui permettront de surmonter les obstacles
- Les acquisitions qui peuvent être construites par tous les élèves de la classe au cours de la séquence d'apprentissage.

1. En moyenne section : la première séquence de 8 séances minimum

Au travers de mises en situation l'élève confronte ses représentations avec la réalité du milieu afin de dépasser ses peurs par l'expérimentation afin d'unifier l'espace d'action et l'espace de vision par l'immersion du visage.

OBSTACLES :

- Difficulté à s'engager dans le milieu aquatique
- Appréhension face à un milieu inconnu
- La respiration du terrien (par le nez)
- Peur du remplissage par les voies aériennes
- Séparation de l'espace de vision et de l'espace d'action

ÉTAPES :

- Entrer et sortir du bassin en de multiples endroits
- Exploration tactile du milieu
- Utilisation de la bouche pour la reprise d'air
- Ouverture de la bouche dans l'eau
- Immersions prolongées et en déplacement

ATTENDUS A VALIDER DANS LA SEQUENCE :

Entrer seul(e) dans l'eau, se déplacer en immersion complète en grande profondeur (supérieure à la taille de l'enfant) pendant au moins 5 secondes, sortir seul(e) du bassin. Entrer et sortir du bassin en de multiples endroits.

Exemple de situations pédagogiques proposées lors du 1^{er} cycle :

Cycle 1 : Objectifs visés et éléments de progressivité		J'explique	Je regarde	J'aide, j'anime
1	Se familiariser avec le milieu aquatique	Tu entres et tu sors de la piscine calmement par les escaliers	L'enfant y va, joie ou peur, l'enfant entre dans l'eau seul ou demande de l'aide	J'accompagne avec les mains, je rassure
2	Se déplacer en suspension le long des abords sans immersion	Tu te déplaces avec les mains le long de la piscine	L'enfant se déplace avec une amplitude +/- importante	Être bienveillant, j'encourage. Je soutiens avec les mains légèrement l'enfant si besoin
3	Se déplacer en suspension en lâchant progressivement les abords	Tu fais la torpille	L'enfant doit lâcher les abords de plus en plus longtemps	Proposer un contact corps de l'enfant avec la piscine lorsqu'il est dos au support, Contact avec les mains de l'enfants
4	Se déplacer en suspension le long des abords avec immersion	Tu te déplaces avec les mains le long de la piscine et tu mets le visage dans l'eau si tu lâches le bord	L'enfant se déplace avec une amplitude +/- importante et une immersion +/- longue	Être bienveillant, j'encourage. Je propose des lunettes si besoin
5	S'immerger complètement + respiration	Tu mets de l'eau dans ta bouche - Tu fais la baleine	L'enfant crache de l'eau par la bouche	Je montre
6	Se déplacer à l'aide de nouveaux moyens / s'éloigner des appuis terrestres	Tu passes derrière le copain	L'enfant doit lâcher les abords de plus en plus longtemps	Soutenir si besoin, encourager, rester calme
7	S'immerger	Tu fais un check ou Tu comptes tes doigts sous l'eau	L'enfant accepte d'immerger sa tête entière, ouvre les yeux et oriente son regard selon les consignes.	J'accompagne l'enfant sous l'eau, objets colorés au fond, appui sur le formateur ou sur une perche
8	S'immerger + réalise des apnées bouche ouverte	Tu ouvres ta bouche sous l'eau, tu fais des grimaces	La tête est immergée et la bouche ouverte	Tirer la langue, faire la bouche du poisson. Montrer à l'enfant
9	S'immerger longuement / explorer la profondeur	Tu passes en dessous des bras ou des obstacles en mettant la tête sous l'eau	La tête reste sous l'eau	Soutenir si besoin, encourager, rester calme

2. En grande section : la seconde séquence de 8 séances minimum

Fort de ses représentations plus justes construites au cycle précédent, il s'agit de vivre l'action de l'eau sur le corps, de l'accepter et de l'utiliser pour choisir sa forme et son orientation dans l'eau.

OBSTACLES :

- Temps d'immersion insuffisant pour explorer le fond
- Insuffisance de son schéma corporel dans l'eau
- Méconnaissance du caractère fini de l'espace
- Peur de l'engloutissement
- Besoin d'appuis solides
- Impossibilité de s'engager dans le milieu inconnu

ÉTAPES :

- Se déplacer plus de 10 s en immersion complète
- Augmenter l'amplitude et la typologie des déplacements au bord
- Toucher le fond en de multiples endroits du bassin
- A partir du fond, vivre la remontée passive
- Enchaîner remontée passive et flottaison en surface
- Faire vivre l'expérience d'être capable de revenir au bord

ATTENDUS A VALIDER DANS LA SEQUENCE :

Réaliser 3 sauts ou chutes, remonter à la surface et regagner le bord pour sortir seul(e). A chaque saut/chute l'élève choisira un endroit différent et réalisera un déplacement de 3 mètres avant de sortir.

Exemple de situations pédagogiques proposées lors du 2nd cycle :

Cycle 2 : Objectifs visés et éléments de progressivité		J'explique	Je regarde	J'aide, j'anime
1	Se laisser flotter en position verticale	Tu fais la statue en lâchant le bord et tu comptes le plus longtemps possible	Bien regarder si l'enfant remonte - l'enfant doit accepter de ne pas bouger	Soutenir si besoin, encourager, rester calme
2	S'immerger en profondeur avec appuis mains	Tu descends le long de la perche jusqu'à ce qu'une partie de ton corps touche le fond et tu remontes	Bien regarder si l'enfant remonte en poussant le fond ou par l'action des jambes/des bras	Soutenir si besoin, encourager, rester calme
3	S'immerger en profondeur avec appuis mains + remontée passive	Tu descends le long de la perche jusqu'à ce qu'une partie de ton corps touche le fond, tu lâches et tu ne bouges plus	Bien regarder si l'enfant remonte sans bouger, si le temps d'apnée est suffisant	Soutenir si besoin, encourager, rester calme

4	Se laisser chuter en position accroupi et se laisser équilibrer par l'eau	En position accroupie, tu te laisses tomber dans diverses directions sans changer de position	L'enfant reste accroupie, ne s'agite pas, et ne met pas les bras en avant lors la chute, si le temps d'apnée est suffisant	Accompagner la chute avec une main sur le torse.
5	Se laisser chuter debout et se laisser équilibrer par l'eau	En position debout, tu te laisses tomber debout dans diverses directions sans changer de position et tu ne bouges plus	L'enfant reste droit, ne plie pas les jambes, ne se redresse pas, si le temps d'apnée est suffisant	Accompagner la chute avec une main sur le torse.
6	Alterner les flottaisons verticales et horizontales avec appuis mains	Tiens la corde, tu t'allonges sur le ventre ou sur le dos le plus longtemps possible	L'enfant doit accepter de ne pas bouger sur le ventre et sur le dos	Soutenir si besoin, encourager, rester calme
7	S'immerger en profondeur + remontée passive	Tu vas t'asseoir au fond et tu te laisses remonter sans bouger	Bien regarder si l'enfant remonte en poussant le fond ou par l'action des jambes ou des bras	Soutenir si besoin, encourager, rester calme
8	Se déplacer en surface en ventral (avec aide) + sans et avec l'action des jambes	Je te tiens les mains, tu regardes mes pieds qui dansent sous l'eau, je te déplace et tu éclabousse avec tes pieds	Le temps d'immersion de la tête, Maintien du corps à l'horizontal au moment de respirer Relâchement des jambes	Tenir les mains et l'encourager à garder la tête sous l'eau le plus longtemps possible Je lui fais compter mes pas Je demande progressivement à l'enfant de m'aider à avancer avec les jambes
9	Se laisser glisser à l'horizontal en surface sans et avec l'action des jambes	Tu pousses avec tes pieds sur mes mains, et tu rejoins le mur comme une fusée	Immersion de la tête avant la poussée, bras vers l'avant Corps horizontal	Je suis ou j'accompagne sans contact et j'augmente la distance progressivement jusqu'à 3 m max Je demande progressivement à l'enfant d'avancer avec les jambes
10	Sauter dans l'eau sans aide et se déplacer	Tu sautes et tu viens jusqu'à moi	Pas d'hésitation avant le saut, sourire, tête immergée, déplacement en s'aidant des bras et des jambes	Je me rapproche, je l'encourage, je lui tends les bras,

3. En cours préparatoire : la troisième séquence de 8 séances minimum

Maitrise du déplacement autonome en grande profondeur en privilégiant les modes de déplacements alternés qui correspondent à la marche acquise sur le plan de la motricité du terrien à cet âge.

OBSTACLES :

- Agitation permanente
- Ne reste pas aligné a la surface :
 - Sur le ventre
 - Sur le dos
- La vue organise le déplacement
- Essoufflement rapide
- locomotion peu efficiente

ÉTAPES :

- Entrer dans l'eau par la nuque et se laisser remonter
- S'aligner en surface en se grandissant :
 - Sur le ventre : tête sous les bras et talons en surface
 - Sur le dos : orteils et bassin en surface
- Glisser à travers l'eau sur 5m nuque immergée
- Privilégier l'action motrice alternée des bras
- Les bras amènent de l'eau vers les pieds

ATTENDUS A VALIDER DANS LA SEQUENCE :

Après un plongeon ou un saut, remonter passivement et rester sans action motrice 3 secondes, parcourir 10 m sur le ventre en restant aligné et nuque immergée. Flotter sur le dos (5 secondes au moins) orteils et bassin en surface avant de sortir seul du bassin.

Exemple de situations pédagogiques proposées lors du 3^{ème} cycle :

Cycle 3 : Objectifs visés et éléments de progressivité		J'explique	Je regarde	J'aide, j'anime
1	Se laisser flotter en position ventrale	Tiens la corde avec tes mains, regarde le fond et quand tu es allongé tu lâches la corde	Le corps de l'enfant est à l'horizontal, épaules et jambes détendues rentre le menton	Garder les mains à proximité des siennes pour le rassurer
2	Se laisser flotter en position dorsale avec et sans aide	Je vais mettre ma main sous ta tête, tu regardes le ciel et tu te laisses flotter	Le corps de l'enfant est à l'horizontal, épaules et jambes détendues le nombril à la surface le menton est relevé, bascule de la tête en arrière	Se positionner à la tête et demander à l'enfant de nous regarder, se déplacer si les jambes restent au fond

3	Se déplacer en surface en dorsal (avec aide) sans et avec l'action des jambes	Allonge-toi sur le dos, regarde le ciel je te déplace et tu éclabousses avec les pieds	Corps à l'horizontal. regard vers le haut, menton sorti, oreilles dans l'eau bras le long du corps	Positionner sa main sous la nuque. se positionner dans le prolongement de la tête et lui demander de vous regarder. Accompagner le déplacement.
4	Se déplacer en ventral + prise d'inspiration avec aide	Tu pousses sur le mur comme une fusée en regardant le fond puis tu éclabousses avec tes pieds. Tu t'appuies sur mes mains pour respirer	Corps à l'horizontal, regard vers le fond bras devant	Garder les mains sous l'eau et sous celles de l'enfant lorsqu'il nage. Rester vigilant pour l'aider quand il respire. Ne pas sortir l'enfant de l'eau. Offrir un point d'appui
5	Se déplacer en ventral + prise(s) d'inspiration	Tu pousses sur le mur comme une fusée en regardant le fond puis tu éclabousses avec tes pieds. Tu t'appuies sur mes mains pour respirer puis tu continues de nager jusqu'au bord de la piscine	Corps à l'horizontal, regard vers le fond bras devant	Garder les mains sous l'eau et sous celles de l'enfant lorsqu'il nage. Rester vigilant pour l'aider quand il respire. Ne pas sortir l'enfant de l'eau. Offrir un point d'appui afin d'entretenir le déplacement pendant la respiration
6	Se déplacer en nage ventrale (tête immergée) puis vriller pour respirer sur le dos	Tu pousses sur le mur comme une fusée en regardant le fond puis tu éclabousses avec les pieds. Pour respirer, retourne-toi sur le dos et regarde le ciel.	L'enfant se retourne par le côté et reste le plus possible à l'horizontal	Accompagner le déplacement. Aider au retournement en plaçant ses mains sous la nuque au début du retournement.

7	Se déplacer en nage ventrale (tête immergée) puis vriller pour respirer sur le dos plusieurs fois de suite	Tu pousses sur le mur comme une fusée en regardant le fond puis tu éclabousses avec les pieds. Pour respirer, retourne-toi sur le dos et regarde le ciel. Repasse sur le ventre et recommence	L'enfant se retourne par le côté et reste le plus possible à l'horizontal. A la reprise de nage, le visage et dans l'eau	Accompagner le déplacement. Aider au retournement en plaçant ses mains sous la nuque au début. ATTENTION PAS DE TORSION DE LA TETE.
---	---	---	--	---