



direction des services
départementaux
de l'éducation nationale
Yonne

éducation
nationale



PROJET PEDAGOGIQUE NATATION

Cycle 2 et 3 / SNAS Auxerre

A. INSTRUCTIONS OFFICIELLES Circulaire 2011-090 du 7 juillet 2011

QUELQUES ELEMENTS :

- **Objectifs généraux :**

- Apprendre à nager à tous les élèves est une priorité nationale, inscrite dans le socle commun de connaissances et de compétences.
- Des connaissances et des capacités qui s'acquièrent progressivement et régulièrement évaluées.
- Le moment privilégié de cet apprentissage est le cycle 2, prioritairement le CP et le CE1. Une dizaine de séances supplémentaires peuvent être proposées au cycle 3 pour conforter les apprentissages et favoriser la continuité pédagogique avec le collège.
- Les apprentissages doivent comprendre des moments de découverte et d'exploration du monde aquatique sous forme de jeux et de parcours soutenus par un matériel adapté et des moments d'enseignement progressifs et structurés souvent organisés sous forme d'ateliers.

- **Durée des séances :** une durée optimale de 30 à 40 minutes de pratique effective dans l'eau.

- **Rôles et responsabilités :**

- L'enseignement de la natation est assuré sous la responsabilité de l'enseignant de la classe ou d'un autre enseignant dans le cadre de l'organisation du service de l'école. L'enseignant conduit la leçon dans le cadre d'un projet pédagogique établi avec l'appui des équipes de circonscription.
- Les professionnels qualifiés et agréés assistent l'enseignant dans l'encadrement des élèves et l'enseignement, notamment en prenant en charge un groupe d'élèves.

- **Normes d'encadrement pour l'élémentaire :**

- l'enseignant et un adulte agréé, professionnel qualifié ou intervenant bénévole,
- un encadrant supplémentaire est requis quand le groupe-classe comporte des élèves issus de plusieurs classes et qu'il a un effectif supérieur à 30 élèves.

- **Indications pour l'évaluation (Socle commun)**

Premier palier

Connaissances et capacités à évaluer en fin de cycle 2	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.

Deuxième palier

Connaissances et capacités à évaluer en fin de cycle 3	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.

B. ORGANISATION PÉDAGOGIQUE AU STADE NAUTIQUE DE L'ARBRE SEC

- **Nombre et durée des séances :**

- Chaque classe bénéficie d'une séance hebdomadaire à raison de :
⇒ 12 séances minimum de 40 minutes pour les élémentaires.
- En règle générale, deux classes fréquentent l'installation durant le même créneau horaire.
- Les créneaux sont partagés entre des élèves des cycles 2 et 3 (autant que possible) ce qui nécessite des démarches d'apprentissage adaptées.

- **Équipe pédagogique :**

- L'équipe pédagogique est constituée de 2 professeurs des écoles, 2 MNS agréés sur un créneau donné.
- Des parents peuvent intervenir en tant qu'aide à l'enseignant (présence dans l'eau ou sur le bord du bassin) dans ce cas un agrément est obligatoire.

- **Matériel pédagogique :**

Le matériel est sorti le matin entre 8h30 et 8h40 et l'après-midi entre 13h50 et 14h00 par les MNS. Il est rangé également par les MNS à 11h20 le matin et à 16h00 l'après-midi. Entre chaque rotation, chaque école entrepose le matériel près du solarium.

Un document récapitulatif du matériel sera mis en ligne sur le site de la circonscription d'Auxerre 1. Pour chaque matériel, une série d'activités en lien avec les composantes de la natation, est proposée.

4. Plan des bassins et cheminement des classes - Annexe 1/1 bis

Bassin sportif	1,20 m de profondeur dans sa partie 2,00 m de profondeur dans sa partie haute
Bassin ludique	0,40 m de profondeur dans sa partie basse 1,10 m de profondeur dans sa partie haute
Bassin apprentissage	0,60 m de profondeur dans sa partie basse 1,20 m de profondeur dans sa partie haute
Pataugeoire	0,30 m de profondeur moyenne

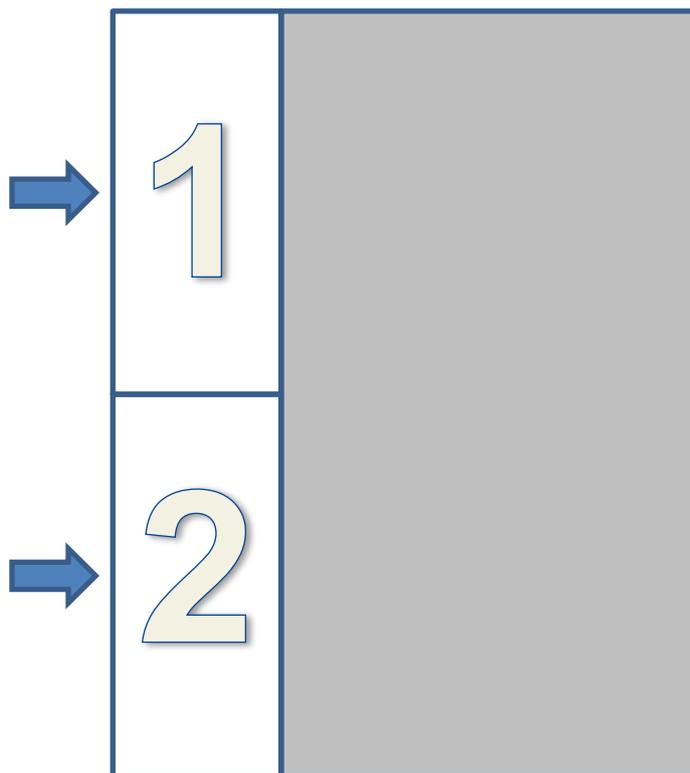
ORGANISATION SPATIALE DEFINITION des ZONES

Bassin sportif

**Zone de grand bain
(grande profondeur)**

Matériel disponible :

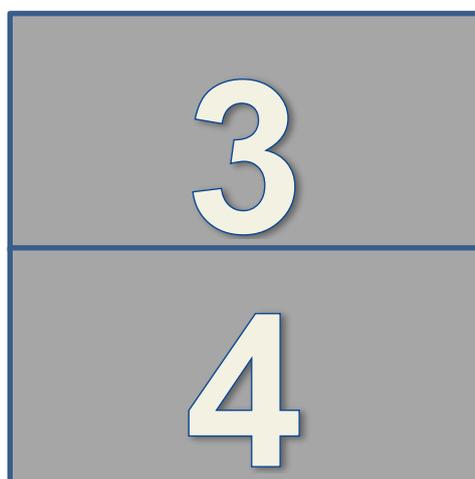
- 1 cage, 1 toboggan, frites, anneaux, cerceaux, planches et ceintures



Zone de grand bain



Bassin ludique



Bassin d'apprentissage

Matériel disponible :

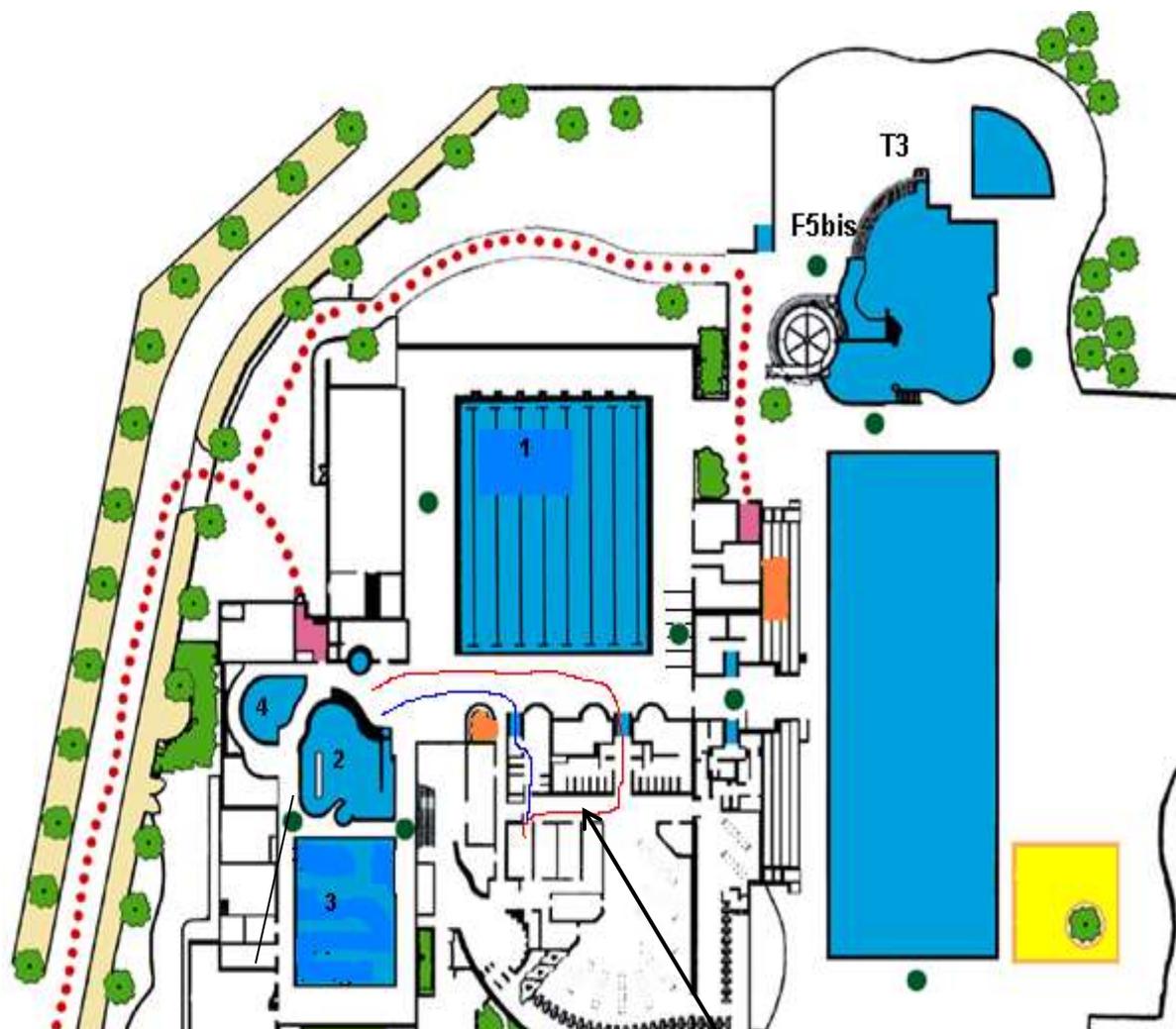
- 1 cage, 1 toboggan, frites, anneaux, cerceaux, planches et ceintures

Annexe 1 bis

L'accès des classes aux vestiaires collectifs sera permis 10 minutes avant la séance. A la sortie des vestiaires, les enfants accèdent au bord du bassin par la zone public et en ressortent par la zone réservée aux groupes.

L'itinéraire de sécurité doit être respecté.

Plan du stade nautique



PARVIS

- 1 Bassin sportif
- 2 Bassin ludique
- 3 Bassin apprentissage
- 4 Pataugeoire

— Arrivée sur les bassins

— Sortie des bassins

- Points fixes de surveillance
- Infirmeries
- Cabines MNS
- Accès pompiers

ZONE D'ATTENTE

La classe sortant des vestiaires attend dans cette zone que la classe présente au bord des bassins soit rentrée dans les sanitaires avant d'accéder aux bassins

5. Progressions cycle 2 et cycle 3 -

PROPOSITIONS D'UNE PROGRESSION DE SITUATIONS ... POUR L'ACQUISITION DES COMPETENCES NECESSAIRES AU TEST CE1 :

ENTREE DANS L'EAU	Descendre par les marches	Descendre par l'échelle	Entrer par un tapis posé à cheval sur le bord	Descendre seul dans l'eau, de la position assise au bord du bassin	Entrer dans l'eau par le toboggan	Sauter en tenant une perche	Sauter à partir d'un tapis posé sur l'eau	Sauter avec une frite
EQUILIBRE	Se tenir immobile debout dans l'eau	Marcher en se tenant au mur	Rester immobile horizontalement bras au mur	S'allonger sur le ventre, <u>Visage dans l'eau</u> , chaque bras posé sur une planche	S'allonger sur le ventre, <u>oreilles dans l'eau</u> , chaque bras posé sur une planche	S'allonger sur le ventre, Visage dans l'eau, <u>une planche tenue à bout de bras</u>	S'allonger sur le ventre, <u>oreilles dans l'eau</u> , une planche tenue à bout de bras	Étoile de mer ventrale avec 2 frites
DEPLACEMENT	Se déplacer en tirant ou en poussant un objet	Suivre une ligne d'eau tendue en travers du bassin avec reprise d'appuis	Se déplacer avec une frite ou une planche avec reprise d'appuis	Avec ceinture, se déplacer en position ventrale	Se déplacer sur le ventre en tenant une planche sans reprise d'appuis	Se déplacer en équilibre ventral sans matériel		
IMMERSION	Pousser un objet flottant avec la tête	Faire des bulles par la bouche	Faire des bulles par le nez	S'immerger et bloquer sa respiration	Passer sous un objet flottant	Ouvrir les yeux, tête immergée pour identifier un objet	Passer sous une ligne	Passer dans un cerceau

TEST fin de cycle 2					
Sauter sur un tapis posé sur l'eau	Sauter <u>vers un tapis</u> pour l'attraper	Sauter, puis attraper une frite	Sauter bras long du corps	Sauter de différentes façons	Entrer dans l'eau par un saut
Étoile de mer	Debout dans le petit bain, se laisser tomber en avant en tenant une planche et s'allonger	Assis sur le bord du bassin, se laisser tomber en avant en tenant une planche et s'allonger	Assis sur le bord du bassin, se laisser tomber en avant et s'équilibrer en étoile		Se laisser flotter
					Se déplacer en équilibre ventral sur une quinzaine de mètres
					Se déplacer sous l'eau

PROPOSITIONS D'UNE PROGRESSION DE SITUATIONS ... POUR L'ACQUISITION DES COMPETENCES NECESSAIRES AU TEST CM2 :

ENTREE DANS L'EAU	Entrer dans l'eau de différentes façons	Se laisser tomber du bord dans différentes positions	Sauter du bord pieds joints, jambes tendues, les bras le long du corps	Glisser d'un toboggan, tête la première en position ventrale	Basculer la tête la première en partant d'une position assise ou accroupie	Plonger sans impulsion
EQUILIBRE	Assis sur le bord du bassin, se laisser tomber en avant et s'équilibrer en étoile	Conserver l'équilibre en effectuant une glissée ventrale.	Conserver l'équilibre en effectuant une glissée dorsale.			
DEPLACEMENT	Se déplacer en équilibre ventral sans matériel	Se propulser sur le dos, les bras le long du corps (sans support)	Se propulser sur le dos, les bras dans le prolongement du corps (sans support)	Se déplacer sur le dos avec passage alternatif des bras	Se déplacer 15 mètres sur le dos	Se propulser en position ventrale, par des battements de jambes, talons dans l'eau, bras tendus, face immergée
IMMERSION	Passer dans un cerceau	Descendre en grande profondeur par l'échelle ou la perche pour toucher le fond	Descendre pour passer dans une cage immergée	Descendre sans aide pour remonter un (des) objets situés à 1m 50 de profondeur	Descendre en « canard » à 1m 50 de profondeur pour toucher le fond	Descendre en « canard » à 1m 50 de profondeur pour déplacer un objet sur quelques mètres

						TEST fin de cycle 3
ENTREE DANS L'EAU	Plonger vers la profondeur	Plonger loin				Sauter ou plonger en grande profondeur
DEPLACEMENT	Propulsion ventrale. Travailler la respiration latérale, une main sur la planche, l'autre le long du corps, en battement	Se déplacer sur 25 mètres en position ventrale	Propulsion ventrale. Placer la respiration en sortie de bras, travailler un bras puis l'autre.	Passer alternativement de la nage ventrale à la nage dorsale, tous les 3 mouvements de bras	Se propulser en position ventrale ou dorsale à l'aide de mouvements de bras et de jambes alternés	Se déplacer sur une trentaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis
IMMERSION	Nager au fond de la piscine sur environ 5 mètres en ramassant 4 objets non alignés					Passer dans un cerceau et le contourner

**OBSERVER L'ENFANT NAGEUR
POUR DEFINIR DES OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE**



	ENTREE DANS L'EAU	EQUILIBRE	IMMERSION	RESPIRATION	PROPULSION Déplacement
« GRENOUILLE » « TORTUE »¹	Descend par les marches	Se déplace en position verticale	Met sa bouche dans l'eau	Respire comme un terrien	Se déplace en marchant
<i>Ce qu'il faut apprendre à réaliser pour parvenir au niveau ...</i>	<i>Accepter la remontée active (aide) et l'immersion brève de la tête</i>	<i>Passer d'un équilibre vertical (appuis pédestres) à des appuis manuels (sur la goulotte)</i>	<i>Accepter les projections d'eau sur le visage, l'immersion de la bouche, puis de la bouche et du nez</i>	<i>Passer d'une respiration automatisée à une expiration forcée</i>	<i>Construire une propulsion par les membres inférieurs</i>
Exemples de situations d'apprentissage	Sauter deux marches. De la position assise au bord du bassin : saisir les deux mains tenues par un adulte - tenir une main tendue par un adulte - sauter dans les bras d'un adulte Sur un pont flottant, marcher puis se laisser glisser dans l'eau	Se déplacer en marchant : seul – en avant – à reculons – en pas chassés - à grandes enjambées – à pieds joints - à deux - en se tenant par 1 main – par les 2 mains. Se déplacer le long du bord	Tête sous la douche. S'éclabousser. Faire des vaguelettes à la surface de l'eau Accroché à la goulotte, je mets une partie de mon visage dans l'eau Passer sous une ligne d'eau	Faire des bulles en soufflant bouche dans l'eau avec la bouche	Se déplacer le long du bord de plus en plus vite Suivre une ligne d'eau tendue en travers du bassin avec reprise d'appuis Se déplacer avec une frite ou une planche avec reprise d'appuis
« CANARD »	Saute <u>avec aide</u>	Accepte de <u>perdre ses appuis plantaires</u>	Met <u>son visage</u> dans l'eau	<u>Souffle</u> dans l'eau	Se déplace <u>incliné en marche</u> <u>avant avec matériel</u> <u>au niveau supérieur</u>
<i>Ce qu'il faut apprendre à réaliser pour parvenir au niveau ...</i>	<i>Construire la remontée active</i>	<i>Accepter la portance de l'eau Passer temporairement à une position horizontale</i>	<i>Augmenter le temps d'immersion</i>	<i>Varié les expirations dans l'eau</i>	<i>Construire la "propulsion" des membres inférieurs Gérer un alignement ventral et dorsal en mouvement</i>
Exemples de situations d'apprentissage	Sauter avec une frite Sauter vers un tapis pour l'attraper Sauter pour attraper une perche devant soi	Prendre appui sur le bord, bras allongés, et laisser les jambes remonter en surface Prendre appui sur une frite avec les bras et monter les genoux le plus haut possible Etoile de mer ventrale avec 2 frites	Ramasser plusieurs objets sous l'eau Descendre le long de l'échelle Enchaîner un parcours dans la cage	Varié les expirations (vite/lent, continue/discontinue) par la bouche Faire des bulles par le nez	A plusieurs sur un tapis, battre des pieds pour avancer. Se déplacer avec une frite sous les aisselles en ventral / en dorsal Alterner un trajet sur le ventre / sur le dos
« HIPPOCAMPE »	Saute <u>avec possibilité d'aide</u> pour la remontée	Fait <u>l'étoile ventrale</u> / dorsale	<u>S'immerge</u> complètement	<u>Contrôle sa respiration</u>	Se déplace <u>ventrale et/ou dorsale</u> avec

¹ La dénomination et la définition de ces niveaux s'inspirent du projet pédagogique de la piscine d'Avallon (89).

	tée				matériel
Savoir nager « Ecole » niveau 1	Entre dans l'eau par un saut	Fait l'étoile de mer ventrale.			Se déplace en équilibre ventral sur une quinzaine de mètres
<i>Ce qu'il faut apprendre à réaliser pour parvenir au niveau ...</i>	<i>Construire la remontée passive</i>	<i>Passer d'un équilibre statique (étoile) à un équilibre en mouvement</i>	<i>Gérer l'expiration pour durer en immersion Ouvrir les yeux sous l'eau</i>	<i>Associer expiration volontaire dans l'eau et l'inspiration réflexe</i>	<i>Construire la propulsion des membres supérieurs (traction avant)</i>
Exemples de situations d'apprentissage	En position verticale, se laisser descendre au fond puis remonter sans mouvements Je saute dans l'eau de différentes façons Je saute dans l'eau pour attraper des objets flottants	Enchaîner étoile ventrale/boule/étoile Passer d'une position ventrale à une position dorsale Passer d'une position verticale à une position dorsale / ventrale Glisser sur le ventre après une poussée sur le mur	Passer entre les jambes de mon partenaire En suivant une perche : ramasser de + en + profondément un objet, s'asseoir au fond de l'eau	Nager en alternant tête dans l'eau / tête relevée	En ventral et dorsal, varier les préhensions et les matériels Se déplacer sur le dos mains aux cuisses Créer des appuis avec les mains : à cheval sur une frite, Allongé sur le ventre sur une planche, tourner, avancer, reculer Se déplacer en tenant la planche à une main, et en créant des appuis avec l'autre main (sur le ventre / le dos)
« PIEUVRE »	Saute en autonomie	Glisse sur le ventre et sur le dos	S'immerge longtemps	Maîtrise sa respiration	Se déplace en ventrale et/ou dorsale sans matériel
			S'immerge puis se déplace sous l'eau		
<i>Ce qu'il faut apprendre à réaliser pour parvenir au niveau ...</i>	<i>Accepter un déséquilibre vers l'avant</i>	<i>Ajouter des actions de propulsion en gérant ses alignements</i>	<i>Gérer son apnée en déplacement</i>	<i>Réguler sa respiration (expiration longue, inspiration brève) Placer l'inspiration sur le « temps mort propulsif »</i>	<i>Privilégier la propulsion des bras</i>
Exemples de situations d'apprentissage	Roulade avant, Chutes avant / arrière. Accroupi, poser les mains sur l'eau, (puis dans un cerceau)	Contre le mur, faire la boule, pousser et réaliser une coulée (puis passer dans un cerceau) (d'abord sans mouvements de jambes) = La torpille	Ramasser un objet en descendant tête en bas Déplacer un objet immergé en le poussant au fond du bassin Ramasser plusieurs objets, passer dans des cerceaux ... Rassembler le plus possible d'objets éparpillés	Travailler la respiration à D/ à G	Glissée ventrale + bras Nager en « rat-trapé » Travailler sur le rythme Nager des nages hybrides
« DAUPHIN »	Entre dans l'eau par la tête (vers le plongeon)	Réalise des coulées ventrales et dorsales	Se déplace et change de direction en im-	Respire de façon synchronisée avec son	Vers les nages codifiées en position ven-

			mersion	mode de déplacement	trale / dorsale
<u>Savoir nager école niveau 2</u>	Saute ou plonge en grande profondeur	Fait un un sur-place de 5 à 10'' avant de regagner le bord	Réalise un déplacement orienté en immersion (passage dans un cerceau)		Se déplace sur 25m, effectue un virage, une coulée et une reprise de nage pour regagner le bord, sans aide à la flottaison et sans reprise d'appuis

6. Document d'aide à la programmation des séances (cf documents MNS) – Annexe 3