



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
Pays de l'Arbresle



Projet pédagogique 2016- 2020

Annexe 3 pour la Grande Section de maternelle



Archipel de Grands Champs – L'Arbresle
Inspection de l'Education Nationale de l'Arbresle

La spécificité de la Grande Section

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 ! (*Ressources pour la maternelle*, « Agir, s'exprimer et comprendre avec son corps - Objectif 2 », page 20)

Les activités aquatiques s'inscrivent dans le domaine « *Agir, s'exprimer et comprendre à travers l'activité physique* ».

A travers cette activité, les élèves vont donc être amenés à :

AGIR	S'EXPRIMER	COMPRENDRE
<ul style="list-style-type: none">- Découvrir la vie dans l'eau- Oser agir dans l'eau	<ul style="list-style-type: none">- S'exprimer dans l'eau- Exprimer ses émotions, son envie, sa satisfaction	<ul style="list-style-type: none">- Apprendre par essais-erreurs- Construire le soi dans l'eau, son identité- Découvrir ses propres limites dans l'eau

Ils vont apprendre à :

Oser agir dans l'eau	—————→			En travaillant les entrées dans l'eau
Respirer	—————→	Pour passer de la survie à la vie	—————→	En travaillant les immersions
S'équilibrer	—————→	Pour développer un sentiment de sécurité	—————→	En travaillant les flottaisons
Développer une motricité aquatique	—————→	Pour développer de la confiance en soi	—————→	En travaillant les déplacements dans l'eau

Le rôle de l'enseignant de Grande section

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. (*Ressources pour la maternelle*, « Agir, s'exprimer et comprendre avec son corps - Objectif 2 », page 22)

Mais il est également important de :

- guider sans imposer,
 - respecter les silences ou les mots et les maux qui sont exprimés par l'élève,
 - accueillir les émotions positives et négatives,
 - rassurer, écouter, sécuriser,
- et d'organiser des temps de paroles avant et après la séance.

Abréviations employées dans ce document:

PB : Petit Bain
GB : Grand Bain
E : Entrée
F : Flottaison
D : Déplacement
I : Immersion
S : Sortie
CR : Critère de réussite

Module GS - présentation synthétique

DECOUVERTE	REFERENCE	STRUCTURATION	BILAN
<i>Séances 1 à 4</i>	<i>Séances 5 et 6</i>	<i>Séances 7 à 13</i>	<i>Séances 14 et 15</i>
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Investir les espaces et le dispositif, accepter de participer ▶ Découvrir l'eau : <ul style="list-style-type: none"> - se confronter aux problèmes fondamentaux de l'activité (équilibre, respiration, propulsion, information), - expérimenter les possibles ▶ Réaliser des actions liées à l'activité aquatique : entrer dans l'eau, se déplacer, s'immerger, flotter, sortir ▶ Etablir les règles de sécurité et les règles de fonctionnement nécessaires 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Formuler un projet de déplacement composé d'actions juxtaposées et le réaliser sans se mettre en danger. ▶ Identifier ses réussites, repérer ses difficultés 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Repérer, stabiliser, améliorer et enrichir ses manières de faire dans les trois dimensions du milieu aquatique <ul style="list-style-type: none"> - Apprendre à se positionner sur l'eau : se relâcher, s'allonger, passer d'une position verticale, à une position oblique puis horizontale. - Se propulser en position de plus en plus horizontale, orienter ses appuis, utiliser ses bras et ses jambes. - Répéter et refaire, refaire autrement. - Réaliser le maximum d'actions en les faisant varier et/ou les complexifiant. Juxtaposer les actions motrices puis en enchaîner deux. - Commencer à mettre en évidence des principes d'action.(Ex : <i>Bouger les jambes permet de s'équilibrer dans l'eau.</i>) ▶ Prendre conscience de ses actions Faire le lien entre « ce que je fais » et « ce que je réussis ». ▶ Oser s'engager en toute sécurité Etre attentif aux difficultés que l'on veut tenter. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Formuler un projet de déplacement en relation avec ses ressources composé d'actions juxtaposées ou enchainées et le réaliser sans se mettre en danger. ▶ Evaluer les savoirs acquis au cours du module <ul style="list-style-type: none"> - Prendre conscience de ses progrès. - Comprendre que les progrès ne sont pas terminés.

TACHES PROPOSEES AUX ELEVES

<p>Les tâches sont centrées sur la respiration et l'immersion.</p> <p>Elles sont réalisées en PB puis en GB</p> <p><u>Tâches à réaliser par les élèves</u> → Voir exemples de tâches dans le module détaillé</p>	<p>Les tâches sont choisies par l'élève parmi un ensemble de possibles.</p> <p>L'élève choisit et réalise une E, un D, une I, une F, une S.</p> <p>Il note son projet sur une fiche.</p> <p>Les actions sont réalisées 3 fois. Elles sont validées isolément : réalisation de l'action 1, validation de l'action 1, réalisation de l'action 2, validation de l'action 2...</p> <p>CR : réussir au moins 2 fois chaque action</p>	<p>Les tâches sont centrées sur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - la respiration / l'immersion - l'équilibre / la flottaison - la propulsion / le déplacement <p>Elles sont réalisées en PB puis en GB.</p> <p><u>Tâches à réaliser par les élèves</u> → Voir exemples de tâches dans le module détaillé → Voir exemples de tâches dans la liste de tâches (à la fin du document)</p>	<p>Les tâches sont choisies par l'élève parmi un ensemble de possibles.</p> <p>L'élève choisit et réalise une E, un D, une I, une F, une S.</p> <p>Il note son projet sur une fiche.</p> <p>Le parcours est réalisé au moins 3 fois.</p> <p>La validation porte sur la réalisation de la totalité du parcours.</p> <p>CR : réussir au moins 2 fois le parcours</p>
--	---	--	--

MODALITES DE TRAVAIL

<ul style="list-style-type: none"> - Ateliers (actions isolées) - puis mini-parcours (actions juxtaposées) 	<p>Chaque élève travaille dans la ou les zones de difficulté qu'il a choisie (s).</p>	<p>Apprentissage par la répétition, l'ajustement, la satisfaction.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ateliers (actions isolées) - ou mini-parcours (Entrée + action + sortie) - ou parcours (au moins 3 actions juxtaposées) - Travail en binôme (coopération) 	<p>Chaque élève travaille dans la ou les zones de difficulté qu'il a choisie(s).</p>
--	---	---	--

Module GS détaillé par séances

DECOUVERTE

	Thèmes de travail	Tâches de l'élève	Rôle de l'enseignant
<p><u>Séances 1 et 2</u></p> <p>Accepter de participer</p> <p><i>Petit Bain → Grand Bain</i></p>	<p>Respiration</p> <p>-</p> <p>Immersion</p>	<p>L'élève</p> <ul style="list-style-type: none"> - observe le dispositif, les limites de la zone de travail ; - identifie, nomme, visite sa ou ses zones de travail ; - utilise le matériel de différentes manières. <p><u>Exemples de tâches</u></p> <p>1- Accepter de mettre son corps sous la douche/ jouer sous la douche...</p> <p>2- Accepter de se mouiller avec un arrosoir ET une partie du corps dans l'eau...</p> <p>3- Accepter de s'asseoir sur le bord, les escaliers et immerger jusqu'aux épaules...</p>	<p>L'enseignant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - rassure, - encourage, - accompagne <p>- observe, prend des notes,</p>
<p><u>Séances 3 et 4</u></p> <p>Expérimenter le possible</p> <p><i>Petit Bain → Grand Bain</i></p>	<p>Respiration</p> <p>-</p> <p>Immersion</p> <p><i>De l'apnée réflexe vers l'apnée préparée</i></p> <p>Entrées dans l'eau</p> <p>Equilibre</p>	<p>L'élève apprend à :</p> <ul style="list-style-type: none"> - respirer, - respirer dans l'eau - être relâché pour se sentir bien dans son corps - entrer dans l'eau - se déplacer à la verticale (<i>je cours</i>), en oblique (<i>je pédale</i>) puis à l'horizontal (<i>position ventrale et dorsale</i>) <p>L'élève commence à réaliser des parcours (<i>chemins</i>) qui se composent :</p> <ul style="list-style-type: none"> - d'une entrée (1^{ère} action) - d'un déplacement (une ou plusieurs actions) - d'une sortie (dernière action). <p>L'élève choisit son E, son D et sa S. Il ose, fait des essais, verbalise.</p> <p><u>Exemples de tâches</u></p> <p>1- Expérimenter avec la bouche et le nez comment TRIER l'air et l'eau / goûter l'eau, cracher l'eau et bulles...</p> <p>2- Expérimenter de se rencontrer sous l'eau avec 1 miroir de soi à soi...</p> <p>3- Expérimenter de se rencontrer avec l'autre, l'objet, savoir dire « Bonjour » sous l'eau...</p>	<p>L'enseignant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - encourage, accompagne - propose, guide, conseille - écoute, observe - prend des notes - réajuste <p>L'enseignant incite ou propose à l'élève différentes manières de faire.</p>

REFERENCE

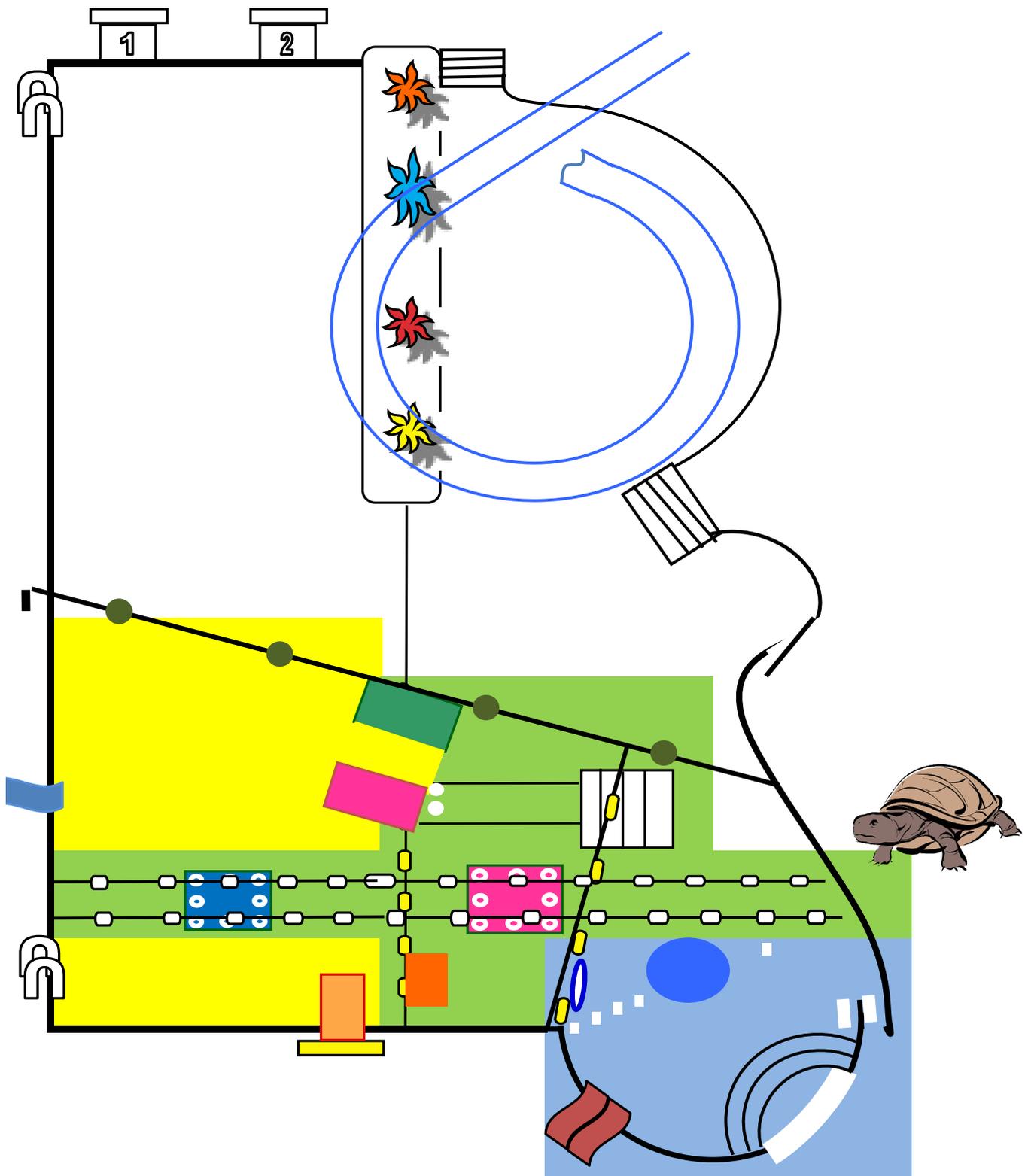
	Thèmes de travail	Tâches de l'élève	Rôle de l'enseignant
<p style="text-align: center;"><u>Séances 5 et 6</u></p> <p>Où j'en suis pour savoir où je peux (dois) aller</p> <p style="text-align: center;">Evaluation diagnostique</p>		<p><u>Important :</u> L'élève doit en classe construire son projet seul ; l'enseignant peut réajuster, grâce à son observation de l'élève et aux traces collectées en phase de découverte. Mais attention ! Le véritable réajustement se fait à la piscine.</p> <p><i>En classe :</i> L'élève choisit, parmi plusieurs propositions, une E, un D, une I et une F. Il garde la trace de son projet (fiche).</p> <p><i>A la piscine :</i> L'élève réalise chacune des actions au moins 3 fois sans se mettre en danger. Il garde la trace des actions réalisées.</p> <p><i>En classe :</i> L'élève identifie les actions réalisées et ses réussites.</p>	<p>L'enseignant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - observe, prend des notes, - réajuste, - encourage, - écoute

STRUCTURATION

		Thèmes de travail		
<u>Séances 7 à 13</u>	Apprendre à se positionner <i>Petit Bain → Grand Bain</i>	Equilibre - Flottaison <i>Comment je suis porté ?</i>	<p>Le découpage de cette phase peut se faire en plusieurs focales. <i>Ex : focale immersion/respiration pendant 2 séances</i></p> <p>Travail sous forme</p> <ul style="list-style-type: none"> • d'ateliers : 1 action... • de parcours (ou « chemins ») : juxtaposition vers l'enchaînement d'actions 	<p><u>Exemples de tâches</u></p> <p>1- Savoir s'allonger sur le ventre et se relever avec l'aide d'un accompagnateur adulte qui supporte au sens supporter...</p> <p>2- Savoir s'allonger sur le ventre relâché avec une expiration active et complète qui oriente le regard vers le fond du bassin...</p> <p>3- Savoir se mettre sur le dos, en étant supporté, relâché, avec une respiration active et complète qui oriente le regard vers le plafond...</p>
	Apprendre à se propulser <i>Petit Bain → Grand Bain</i>	Motricité - Déplacement <i>Comment passer d'actions motrices du terrien à celles du nageur ?</i>	<p>Tâches de l'élève</p> <p>L'élève</p> <ul style="list-style-type: none"> - ose - expérimente - verbalise <p>Rôle de l'enseignant</p> <p>L'enseignant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - observe - note - réajuste - encourage - propose de nouvelles manières de faire <p>écoute.</p>	<p><u>Exemples de tâches</u></p> <p>1- Oser agir en position verticale, <i>en avant puis en arrière :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Marcher dans l'eau en variant le niveau de profondeur, l'intensité - Courir en s'équilibrant avec les mains et les pieds - Orienter ses appuis pieds/mains pour ralentir/accélérer <p>2- Oser agir en position oblique, <i>en avant puis en arrière :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Pédaler en « petite profondeur » avec matériel - Pédaler en « moyenne profondeur » sans matériel - en « grande profondeur » avec puis sans matériel <p>3- Oser agir en position horizontale, <i>sur le dos puis sur le ventre :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - S'allonger en glissant sur le ventre en « petite profondeur » + savoir se relever - S'allonger en glissant sur le dos en « petite profondeur » + savoir se relever - Se déplacer en grande profondeur dans la mesure du possible

BILAN			
	Thèmes de travail	Tâches de l'élève	Rôle de l'enseignant
<p>Séances 14 et 15</p> <p>Où j'en suis maintenant avec l'envie d'aller plus loin</p> <p>Bilan</p>		<p>Important : L'élève doit en classe construire son projet seul ; l'enseignant peut réajuster, grâce à son observation de l'élève et aux traces collectées au cours des phases précédentes. Mais attention ! Le véritable réajustement se fait à la piscine.</p> <p>En classe : L'élève choisit, parmi plusieurs propositions, un parcours composé de 4 actions juxtaposées ou enchainées et des manières de faire adaptées à ses ressources.</p> <p>Il garde la trace de son projet (fiche).</p> <p>A la piscine : L'élève réalise son parcours au moins 3 fois sans se mettre en danger. Il garde la trace des actions réalisées.</p> <p>En classe : L'élève identifie ses réussites et mesure ses progrès.</p>	<p>L'enseignant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - observe, prend des notes, - réajuste, - encourage, - écoute

Le dispositif : 3 zones permettant de varier les situations d'apprentissage



-  Etape sécurisante
-  Étape de confiance
-  Etape de "l'autonomie"

Les traces de l'activité des élèves

❖ PHASE DE DECOUVERTE

AVANT chaque séance

- Présenter le dispositif et les tâches.
- Faire repérer, identifier et nommer le matériel, les personnes référentes.
- Rappeler collectivement les règles de sécurité et de fonctionnement, les conduites ou moments qui nécessitent de faire attention à sa propre sécurité.

AVANT la 1^{ère} séance : Présenter l'activité, le déroulement d'une séance, les premières règles de sécurité.

Préparation de la venue à la piscine : le contenu du sac de piscine, les étapes entre la classe et l'arrivée au bord du bassin, la fonction des adultes présents à la piscine, le dispositif matériel, les règles de fonctionnement, d'hygiène et de sécurité.

Mais également : le recueil des représentations, la présentation des actions liées à ce nouveau milieu

Ce travail peut être réalisé par le biais d'un film vidéo ou de tout autre support imagé et/ou à l'occasion des visites des maîtres-nageurs dans les classes.

APRES les séances : Une séance d'EPS se conclut par un bilan. Après une séance en piscine, il s'agira de faire un bilan du vécu aquatique : ressenti, actions réalisées, matériel utilisé. Revenir sur les différentes possibilités du dispositif.

Il s'agit d'aider les élèves à

- transcrire l'expérience corporelle, la garder en mémoire et développer son vocabulaire
- construire l'image et l'estime de soi.
- construire une culture commune de classe à travers les échanges.

Le plus souvent oral, ce bilan doit être conduit avec précision. Bien sûr, il s'appuie sur les constats lors de la séance mais son organisation et une partie des éléments langagiers peuvent être réfléchis à l'avance : là aussi, l'anticipation est gage d'efficacité.

Des exemples d'activité :

Parler, dicter, dessiner, coller, coder à travers des situations collectives et/ou individuelles.

- Dire ce qu'on a ressenti, les actions que l'on a réalisées, ses fiertés ou ses peurs restantes, les difficultés rencontrées.
- Nommer le matériel, les actions, les lieux, les personnes.
- Revenir sur le respect ou non des règles de sécurité, d'hygiène et de fonctionnement.
- Dire ce qu'on a compris de la tâche.
- Enoncer des constats sur les performances réalisées (en sautant je suis allé jusqu'au plot bleu, j'ai nagé sous la barre rouge...)
- Se repérer sur le plan : situer le matériel, tracer son parcours.
- Etablir un catalogue des actions réalisées.
- Construire une chronologie : les étapes entre la classe et l'arrivée au bord du bassin, les différentes actions réalisées dans l'eau, ...
- Identifier, trier les règles de sécurité, d'hygiène et de fonctionnement.

❖ PHASE DE REFERENCE

AVANT chaque séance

L'enseignant :

- rappelle les différentes règles de sécurité
- présente les parcours ou les actions possibles
- fait préparer les projets
- prévoit le matériel : supports d'écriture, crayons

Les élèves :

- choisissent ou construisent leur parcours,
- complètent leur fiche,

APRES les séances :

L'enseignant :

- fait verbaliser les réussites et les difficultés
- aide les élèves à réajuster leur projet (après la 1^{ère} séance)
- fait noter les réussites dans le cahier du nageur

L'élève :

- identifie ce qu'il a réussi et ce qu'il ne parvient pas encore à faire ;
- réajuste son projet : il modifie ses choix en fonction de ses réussites ou de ses échecs. (après la 1^{ère} séance)

❖ PHASE DE STRUCTURATION

AVANT chaque séance

L'enseignant :

- présente le dispositif et les modalités de travail
- présente les tâches : but, dispositif, critères de réussite

L'élève :

- Choisit les actions et/ou parcours à réaliser (mise en projet)

APRES les séances :

Parler, écrire ou dicter, dessiner, coller, coder

Des exemples d'activité :

A l'oral ou à l'écrit, à travers des situations collectives et/ou individuelles,

- Nommer le matériel du nouveau dispositif
- Se repérer sur le plan : identifier le matériel, situer ses actions, tracer son parcours,
- Nommer les nouvelles actions réalisées pour enrichir le catalogue des actions réalisées
- Nommer les manières de faire pour les différencier
- Echanger des conseils entre élèves
- Individuellement, lister les actions essayées, réussies, envisagées.

❖ PHASE DE BILAN

AVANT chaque séance

L'enseignant :

- rappelle les règles de sécurité
- présente les parcours ou les actions possibles
- fait préparer les projets
- prévoit le matériel : supports d'écriture, crayons

Les élèves :

- construisent leur parcours
- complètent leur fiche

APRES les séances :

L'enseignant :

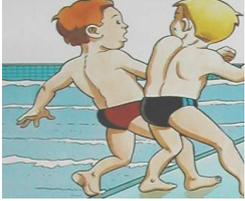
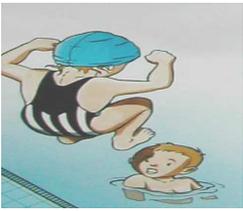
- fait verbaliser les réussites, mesurer les progrès réalisés depuis la phase de référence
- aide les élèves à réajuster leur projet (après la 1^{ère} séance)
- fait noter les réussites et les progrès dans le cahier du nageur

L'élève :

- réajuste son projet : il modifie ses choix en fonction de ses réussites ou de ses échecs. (après la 1^{ère} séance)
- note dans son cahier du nageur ce qu'il a réussi

Des propositions de fiches pour le cahier du nageur

❖ Les règles de sécurité et de fonctionnement :

Règles de vie		
	<i>je les connais</i>	<i>je les respecte</i>
marcher au bord sans courir : 		
parler sans crier : 		
pousser dans l'eau un camarade : 		
rentrer dans l'eau chacun son tour : 		
sauter sur un camarade : 		
d'appuyer sur la tête d'un camarade : 		

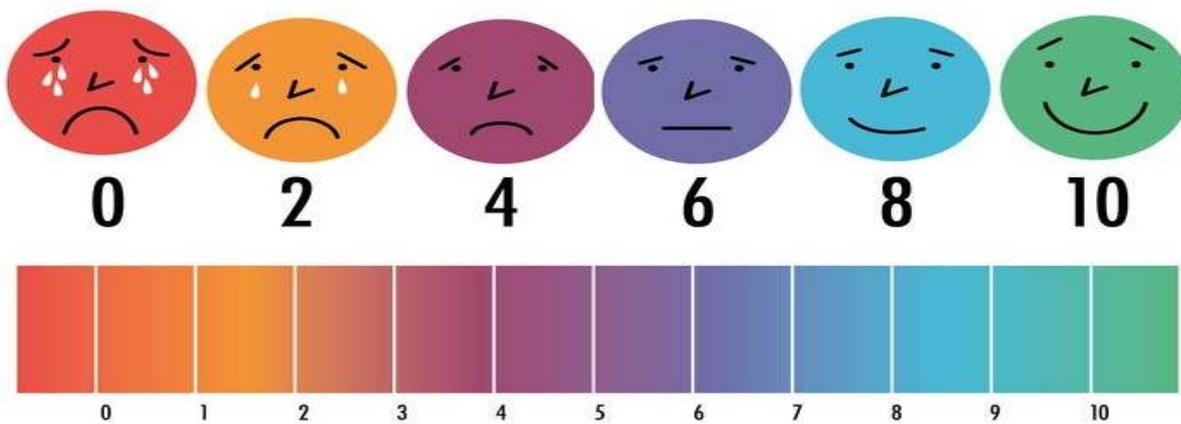
❖ Exprimer ses émotions

La peur, la colère, la joie, la tristesse sont des émotions de base qui se complètent par des sentiments plus en rapport avec la culture à laquelle on appartient. Par exemple : la honte, l'impatience, l'ennui, la timidité...

Les activités physiques sont riches en émotions et permettent des situations privilégiées pour apprendre à l'enfant à reconnaître, à mettre des mots, à évaluer l'intensité des émotions ressenties. Cet apprentissage en favorise une meilleure gestion.

La réglette des émotions, présentée ci-dessous, est un support favorisant les échanges au sein du groupe. Chacun peut se situer quant au vécu, au senti et au ressenti générés par une situation, qui se révéleront différents en fonction de chacun.

La réglette d'humeur



www.christianekolly.ch

Utilisation

Pour aider l'enfant, l'adulte peut le questionner :

Es-tu content ? Es-tu mécontent ? Erouves-tu du plaisir ? As-tu peur ? Comment te sens tu ?

Erouves-tu autant de peur que quand... ? autant de plaisir que ? (à rapprocher d'autres évènements, d'autres moments, d'autres ateliers sportifs)

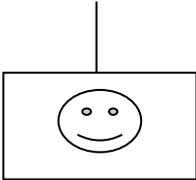
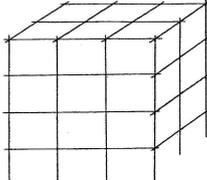
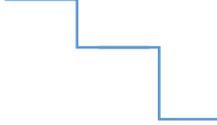
...

La réglette peut être individuelle ou collective (une réglette pour un petit groupe d'enfants qui manipulent tour à tour).

<http://usep03.free.fr/DOCUMENTS-REPORTAGES/DOCUMENTS/2010-2011/EMOTIONS.pdf>

❖ Garder la trace des actions réalisées

❖

Ce que j'ai essayé de faire, ce que je réussis		
	J'ai essayé	J'ai réussi
IMMERSION		
me regarder dans le miroir placé sous l'eau : 		
aller dans la cage au dauphin : 		
rapporter un anneau : 		
descendre les escaliers : 		
M'immerger en m'aidant du mur : 		

Liste de tâches

Entrées dans l'eau	Objectif	BUT de la tâche <i>Ce que l'élève doit faire</i>	Critères de réussites <i>J'ai réussi si ...</i>	Critères de réalisation <i>Comment l'action doit être faite</i>
Descente par l'échelle dos au bassin, ou face au bassin, par l'escalier.	Entrer dans l'eau facilement et en toute sécurité (sans perte d'appuis)	J'entre dans l'eau par l'échelle	je m'immerge jusqu'aux épaules sans lâcher le bord.	Descente pieds/mains dos au bassin
Saut avec et sans matériel en petite profondeur.	Perdre ses appuis en sautant dans l'eau, en toute sécurité	Je saute dans l'eau.	je perds contact avec le bord avant de rentrer dans l'eau.	Les pieds en premier, face au bassin
Saut à l'aide de la perche en grande profondeur.	Appréhender la profondeur en toute sécurité	Je saute dans l'eau avec la perche.	je réalise une immersion complète : tête/corps.	Le corps reste vertical, les deux mains restent sur la perche.
Saut à l'aide de la frite en grande profondeur.	Entrer dans l'eau en assurant sa propre sécurité	Je saute dans l'eau en conservant ma frite.	je perds contact avec le bord en gardant le contact avec ma frite.	Saut face au bassin, entrée dans l'eau frite sous les bras
Saut sans matériel en grande profondeur.	Entrer dans l'eau en toute autonomie	Je saute dans l'eau sans aide ni matériel.	je saute dos au bord, et loin du bord.	Saut face au bassin, les pieds en premier, suivi d'une immersion complète
Entrée glissée par le toboggan sans matériel en grande profondeur.	Entrer dans l'eau de façon ludique en toute autonomie	Je glisse dans l'eau sans aide ni matériel.	je m'éloigne du bord en entrant dans l'eau.	Corps droit et segments alignés, je me laisse glisser dans l'eau
Saut du bord en allumette depuis un point haut : mur, plot... Remontée passive	Comprendre et accepter la poussée de l'eau sur le corps	Je saute, m'enfonce sous l'eau et me laisse remonter sans mouvements.	je touche le fond du bassin et je remonte en étoile de mer.	Corps vertical, regard horizontal, segments alignés, pieds en premier
Chute avant - chute arrière	Appréhender les déséquilibres en toute sécurité	Je tombe dans l'eau sans me désunir.	je reste en position de chute jusqu'à mon entrée dans l'eau.	Position groupée, tête ou fesses en premier dans l'eau
Plongeon, coulée alignée sous l'eau, position hydro	Entrer dans l'eau efficacement pour pouvoir reprendre sa nage	J'entre dans l'eau allongé, les mains devant.	je glisse sous l'eau jusqu'aux drapeaux : 5m.	Corps horizontal, segments alignés, position hydro, mains en premier

Déplacements	Objectif	BUT de la tâche <i>Ce que l'élève doit faire</i>	Critères de réussites <i>J'ai réussi si ...</i>	Critères de réalisation <i>Comment l'action doit être faite</i>
Déplacement le long du mur en tenant le bord	Se déplacer facilement et en toute sécurité	Je me déplace dans l'eau sans perdre mes appuis	je me déplace en étant immergé jusqu'aux épaules sans lâcher le bord.	Face au mur, mains dans la goulotte, je tire sur mes bras en restant équilibré.
Déplacement en petite profondeur, en marchant (sans appuis des mains)	S'éloigner du bord facilement et en toute sécurité	Je me déplace dans l'eau en perdant mes appuis manuels	je marche dans l'eau partout où j'ai pied, sans tenir le bord.	Position verticale, je m'équilibre en gardant mes mains dans l'eau.
Déplacement en position verticale avec matériel et sans reprise d'appuis	Appréhender la flottaison facilement et en toute sécurité	Je me déplace dans l'eau en perdant mes appuis solides (ni pieds, ni mains)	je me déplace dans l'eau longtemps sans reprise d'appuis.	Corps vertical, je m'équilibre et me déplace en pédalant.
Déplacement en petite profondeur, sur le ventre et/ou sur le dos, sans matériel	Se déplacer en s'allongeant sur l'eau, sans aide ni matériel en toute sécurité	Je me déplace dans l'eau sans matériel en perdant mes appuis solides (ni pieds, ni mains)	Je m'allonge sur le ventre et/ou sur le dos pour me déplacer.	Regard vertical, corps horizontal et aligné, battements de jambes
Déplacement à l'aide d'une frite, en grande profondeur, sur le ventre et/ou sur le dos	Se déplacer en s'allongeant sur l'eau, avec aide, en assurant sa propre sécurité	Je me déplace, à l'aide d'une frite, en m'allongeant sur le ventre et/ou sur le dos .	J'utilise la frite pour nager longtemps allongé sur le ventre et/ou sur le dos.	Regard vertical, corps horizontal et aligné, frite dans les mains, battements
Déplacement sur le ventre et/ou sur le dos sans matériel en grande profondeur	Se déplacer en toute autonomie	Je nage sur le ventre et/ou sur le dos sans matériel	je nage 15 m sans matériel sur le ventre et/ou sur le dos.	Regard vertical, corps horizontal, respiration aquatique, battements
Dos crawlé aligné avec mouvements de bras alternés et opposés	Technique de nage sécuritaire, économe et efficace	Je nage sur le dos de manière efficace.	je réalise 25 m en dos crawlé.	Continuité et alternance des mvts de bras et de jbes sur un corps allongé
Crawl respiration latérale, avec coordination bras - jambes - respiration	Technique de nage sécuritaire, économe et efficace	Je nage sur le ventre de manière efficace.	je réalise 25 m en crawl respiration latérale.	Continuité et alternance des mvts de bras et de jbes, respiration latérale
Brasse coulée avec coordination bras -jambes - respiration	Technique de nage sécuritaire, économe et efficace	Je nage sur le ventre et je regarde devant.	je réalise 25m en brasse coulée.	Traction des bras, poussée des jambes et phase de glisse en position hydro

Immersion	Objectif	BUT de la tâche <i>Ce que l'élève doit faire</i>	Critères de réussites <i>J'ai réussi si ...</i>	Critères de réalisation <i>Comment l'action doit être faite</i>
Laisser l'eau couler sur sa tête et son visage (arrosoir)	Appréhender l'immersion du visage en douceur	Je laisse couler l'eau sur mon visage.	j'accepte que l'eau coule sur mon visage sans que cela ne me crée de désagréments.	Se verser de l'eau sur la tête et le visage longtemps
Mettre sa bouche dans l'eau et faire des bulles	Apprendre à gérer sa respiration sous l'eau	Je mets ma bouche dans l'eau : bouche fermée, je fais des bulles et je prends l'eau dans ma bouche.	je suis capable de garder ma bouche dans l'eau 5 à 10".	Bloquer sa respiration, faire des bulles, prendre et cracher de l'eau
Mettre toute sa tête sous l'eau, yeux fermés et/ou ouverts	Apprendre à gérer sa vision sous l'eau	Je mets toute ma tête sous l'eau, yeux fermés et/ou ouverts.	j'immerge entièrement ma tête sans paniquer - je suis capable de reconnaître une forme ou un objet sous l'eau.	Garder sa tête et ses yeux ouverts sous l'eau longtemps
Immersion complète de la tête et du corps	Appréhender l'immersion du corps facilement et en toute sécurité - Apprendre à s'équilibrer sous l'eau	Je m'immerge complètement et je reste un petit peu sous l'eau.	aucun segment ne dépasse de la surface pendant au moins 3".	Vider son air et s'équilibrer avec les mains sous l'eau
Immersion avec matériel en petite profondeur	Aller plus loin dans l'immersion de façon ludique : descendre au fond de l'eau avec matériel	Je vais chercher un objet au fond de l'eau, avec une aide (cage ou échelle).	j'attrape un objet lesté.	Tirer sur ses bras et descendre ses mains, garder ses yeux ouverts
Immersion sans matériel en petite profondeur	S'immerger au fond en autonomie	Je vais chercher un objet au fond de l'eau, sans aide.	j'attrape un objet lesté avec les mains sans aide.	Bascule de la tête, traction des bras, battements de jambes
Immersion sans matériel en grande profondeur	Se déplacer vers le fond en autonomie	Je vais chercher un objet au fond de l'eau, sans aide.	j'attrape un objet lesté avec les mains sans aide .	Plongeon canard, traction des bras, battements de jambes
Déplacement en immersion pour passer sous un obstacle flottant	Franchir un obstacle en nageant sous l'eau - Garder son équilibre sous l'eau.	Je me déplace en immersion pour passer sous un obstacle flottant.	je nage sous un obstacle de 1,5 m de long.	Menton poitrine, traction des bras, battements de jambes, respi bloquée
Déplacement en immersion pour passer sous un obstacle immergé	Nager et se diriger au fond de l'eau en gardant son équilibre	Je me déplace en immersion pour passer sous un obstacle immergé.	je passe dans 2 cerceaux espacés de 2 m, et placés au fond du bassin.	Menton poitrine, traction des bras, battements de jambes, se coller au fond

Equilibres	Objectif	BUT de la tâche <i>Ce que l'élève doit faire</i>	Critères de réussites <i>J'ai réussi si ...</i>	Critères de réalisation <i>Comment l'action doit être faite</i>
Equilibre vertical avec matériel (2 frites), sans reprise d'appuis	Appréhender la flottaison en douceur et en sécurité	Je m'équilibre, debout dans l'eau avec 1 frite sous chaque bras.	je tiens longtemps sans déséquilibre.	Corps vertical, regard horizontal, appuis sur les frites
Etoile de mer ventrale et dorsale sur tapis à trous	Appréhender l'équilibre horizontal facilement et en sécurité	Je flotte en position allongée, sur le ventre et/ou sur le dos, sur un tapis	je reste allongé, relâché et immobile au moins 5".	Corps horizontal, regard vertical, segments tendus et immobiles
Etoile de mer ventrale et dorsale avec une frite	S'équilibrer horizontalement à l'aide d'une frite	Je flotte en position allongée, sur le ventre et/ou sur le dos, en tenant une frite.	je suis allongé à la surface de l'eau en position statique, au moins 5".	Corps horizontal, regard vertical, segments tendus et immobiles
Etoile de mer ventrale et dorsale sans matériel, en petite profondeur	S'équilibrer seul horizontalement en toute sécurité	Je flotte en position allongée, sur le ventre et/ou sur le dos, sans matériel.	je suis allongé à la surface de l'eau en position statique, au moins 5".	Corps horizontal, regard vertical, segments tendus et immobiles
Etoile de mer ventrale et dorsale sans matériel, en grande profondeur	S'équilibrer horizontalement en toute autonomie	Je flotte en position allongée, sur le ventre et/ou sur le dos, sans matériel et en grande profondeur.	je suis allongé à la surface de l'eau en position statique, au moins 5".	Corps horizontal, regard vertical, segments tendus et immobiles
Enchaînement des deux étoiles de mer (ventrale et dorsale) sans matériel	Maîtriser ses équilibres et déséquilibres	Je passe d'un équilibre ventral à un équilibre dorsal et vice-versa.	j'enchaîne les deux équilibres et je les stabilise au moins 5 ".	Bascule avant-arrière et passage d'un corps groupé à un corps tendu
Glissée ventrale et dorsale passive alignée	Travailler l'équilibre dynamique	Je glisse sur l'eau en restant parfaitement allongé.	je réussis à glisser sur l'eau sans effectuer aucun mouvement.	Alignement tête-cou-tronc-jambes horizontal, forte poussée des jambes
Coulée ventrale passive alignée position hydro : 5m	Optimiser l'équilibre dynamique	Je glisse sous l'eau en restant parfaitement aligné sur le ventre.	je réussis à glisser 5m sous l'eau sans effectuer aucun mouvement.	Position hydrodynamique, orientation du corps sous l'eau, poussée des jbes
Coulée dorsale passive alignée position hydro : 5m	Optimiser l'équilibre dynamique	Je glisse sous l'eau en restant parfaitement aligné sur le dos.	je réussis à glisser 5m sous l'eau sans effectuer aucun mouvement.	Position hydrodynamique, orientation du corps sous l'eau, poussée des jbes