

J'apprends à ...

NATATION

Distinguer les aménagements et matériels aquatiques et connaître leur propriété constituent des connaissances utiles dans l'acquisition du savoir-nager.

... utiliser

La démarche

Apprendre à entrer dans l'eau, s'allonger, s'immerger, respirer et se déplacer nécessite des étapes de travail pour développer les qualités tant motrices que cognitives. Afin d'aider chacun dans ses apprentissages, dès le début de l'année, nous présentons en classe les matériels et les aménagements disponibles dans la piscine du secteur. Les photos que les enfants légendent en formulant des hypothèses d'utilisation possible constituent un répertoire qui sera régulièrement enrichi et actualisé en fonction des expériences vécues et selon les situations proposées en natation. Pour les parents impliqués dans le déroulement de l'activité, cela représente également un support de connaissances (les différents éléments, les compétences de base associées) pour soutenir l'action de l'enseignant et des maîtres-nageurs.

La liste des actions présentées (de l'enfant terrien vers le nageur) n'est pas exhaustive : cette production des élèves montre leurs représentations initiales et leur compréhension des actions motrices à produire.



Le mur

S'immerger et se déplacer

Je me déplace en tenant le mur, en bougeant les jambes.

Je me tiens au mur bras tendus et je m'allonge en faisant des battements avec les jambes.

Je me cache sous l'eau.

Entrer dans l'eau

Assis au bord, je descends, je saute dans l'eau avec ou sans matériel.

Je tombe dans l'eau en restant en boule.

À genoux sur une planche, je tombe dans l'eau tête la première.

Le matériel et les savoirs associés



La cage

Se déplacer et s'immerger

Je fais le tour de la cage.

Je passe à l'intérieur.

Je touche le fond avec les pieds.

Je traverse la cage sous l'eau.

Flotter et se déplacer

Je me laisse flotter, tête dans l'eau, en tenant une main sur la cage et l'autre sur le mur.

Je fais le tour de la cage en tenant la barre de surface, en restant en position d'étoile de mer.

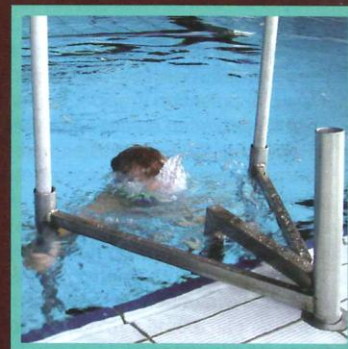
Le porte-perche

S'immerger

Je passe d'une perche à l'autre. Je descends en me tenant à l'une des 2 perches en enroulant mes jambes autour.

Je descends avec l'aide d'une perche et je remonte avec l'autre.

Je descends à l'aide de la perche tête la première.



Les câbles doubles

S'immerger

Je passe sur ou sous l'un des câbles pour venir à l'intérieur.

Je me tiens de chaque côté pour me cacher sous l'eau.

Je tiens l'un des câbles pour effectuer une roulade avant et entrer à l'intérieur du couloir.

Flotter sans déplacement

Je tiens les câbles, je m'allonge sur le dos, pieds et tête hors de l'eau, je reste immobile.

J'agis de même, allongé sur le ventre, pieds hors de l'eau et tête immergée aux oreilles.

Flotter et se déplacer

Je tire ou je pousse sur les bras pour avancer ou reculer jambes immobiles, puis avec des battements.

Je m'allonge sur le dos bras en croix et j'effectue des battements.



le matériel aquatique

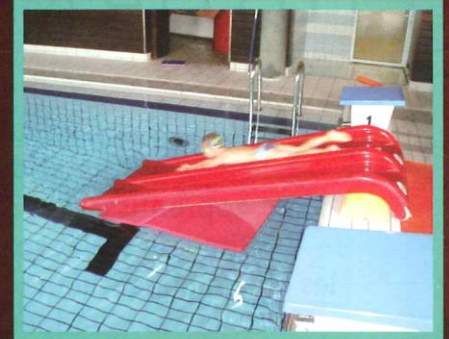
Le rocher S'immerger

Je passe par-dessus le rocher.
J'attrape le rocher et je regarde sous les fenêtres et passe à travers tête la première. Lorsqu'il est placé sous les câbles doubles (petit bain), je me place au milieu et je l'attrape en lâchant les câbles.



Le bigliss Entrer dans l'eau

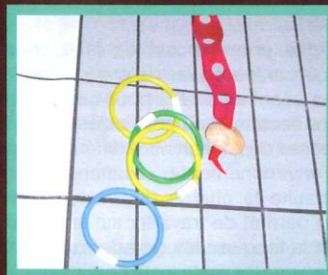
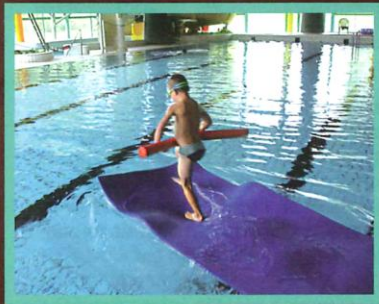
Je glisse assis, allongé sur le ventre ou sur le dos pour tomber dans l'eau.



Les tapis

Entrer dans l'eau

Je m'assois au bord et je tombe dans l'eau.
Je marche dessus (en avant, à reculons) avec ou sans matériel et je tombe ou saute dans l'eau.
Je fais des roulades avant sur le tapis.



Le miroir

S'immerger

Il est placé sur le mur la cage ou entre les perches : je plonge sous l'eau pour me regarder dedans.



Le carré à trou et les cerceaux lestés

Entrer dans l'eau

Placé contre le mur, je m'assois et je me laisse glisser à l'intérieur, je saute debout ou je tombe dans l'ouverture la tête la première.

Placé loin du mur, je plonge à l'intérieur.

S'immerger et se déplacer

Je passe à l'intérieur par-dessus ou par-dessous.

Si plusieurs cerceaux se suivent, je passe à travers en apnée.

Les objets lestés

S'immerger

Je saute du bord ou je plonge pour aller les récupérer avec les pieds ou les mains.



Les frites, planches et pull-buoys

Flotter sans déplacement

Avec 2 frites ou pull-buoys sous les bras, je me laisse porter, puis je les lâche pour mettre mes bras en croix et je les rattrape.

Flotter et se déplacer

Je tends mes bras le long du corps avec 2 frites, je bats des pieds.

Une frite sur la poitrine, je m'allonge et je bats des pieds.

Je tends les bras (frites ou pull-buoys ou planche dans les mains) et je bats des pieds.

Pull-buoy entre les jambes, je me laisse flotter et j'avance avec mes bras sans les sortir de l'eau.