



NATATION SCOLAIRE 2018-2019

**INSPECTION ACADEMIQUE DE LA LOIRE
SYNDICAT INTERCOMMUNAL
DU PAYS DU GIER**

SOMMAIRE

Organisation générale

- 1 .Gestion du temps, de l'espace et des personnes page 3
- 2 .Les séances page 5
- 3 .Les règles à respecter à chaque séance page 5
 - 3.1 A l'entrée
 - 3.2 Dans les vestiaires
 - 3.3 Accès au bassin
 - 3.4 Pendant la séance
 - 3.5 Sortie de bassin et retour aux vestiaires
- 4 .Sécurité page 6
 - 4.1 Sécurité autour de la natation scolaire
 - 4.2 Evacuation en cas d'incendie
 - 4.3 Evacuation en cas d'émanation de gaz toxiques
 - 4.4 Intervention lors de blessures

Projet pédagogique

- 1 .Déroulement générale des modules de natation page 9
- 2 .Etapes de construction de l'autonomie en natation page 12
- 3 .Aménagements des bassins et contenus par étape page 13
- 4 .Livret du nageur page 20

ORGANISATION GENERALE

Le Centre Nautique Intercommunal du Pays du Gier va accueillir durant chaque année scolaire, de septembre à juin, 95 classes des écoles primaires, publiques et privées, issues des 17 communes du syndicat intercommunal ayant la compétence « Piscine ».

L'organisation et le financement du transport des classes des écoles primaires sont assurés par le Syndicat Intercommunal du Pays du Gier. En cas d'annulation de séance (quelle qu'en soit la raison) veuillez contacter la piscine qui s'occupera d'annuler les transports au 04 77 75 82 42

1. Gestion du temps, de l'espace et des personnes

En regard des programmes de l'Education Nationale et des orientations fixées par l'Inspection académique de la Loire, il est prévu, dans la scolarité de chaque élève, un minimum de 3 modules d'apprentissage qui concernent prioritairement les classes de CP, CE1 et CM1.

Pour que chaque module ait une durée suffisante entre 12 et 14 séances, l'année scolaire est divisée en **5 périodes d'environ 7 semaines**. Durant ces périodes les classes se rendront **2 fois par semaine** à la piscine, en alternant les demi-journées en début de semaine et en fin de semaine.

Les séances seront organisées avec deux ou trois classes en même temps. Afin de simplifier la communication, chaque classe sera encadrée par son enseignant et un éducateur attitré de la piscine.

En cas d'absence de l'enseignant référent de la classe, le remplaçant pourra encadrer les séances de natation à partir de son deuxième jour de présence. Un échange de service pourra aussi être organisé dans l'école afin de ne pas annuler la séance.

Les Auxiliaires de Vie Scolaire sont autorisées à accompagner les élèves dont elles ont la charge au bord du bassin. Leur rôle peut être de répéter les consignes, d'accompagner si besoin le(s) élève(s) dans l'eau. Elles ne sont pas autorisées à intervenir de leur propre chef dans le cadre des enseignements (adaptation des consignes, modification des parcours...). Rappel: les AVS ne comptent pas dans les taux d'encadrement."

L'accès au bassin se fait en tenue adaptée.

Taux d'encadrement par classe :

- en maternelle : 3 encadrants, l'enseignant plus 2 personnes agréées,
- en élémentaire : 2 encadrants, l'enseignant plus 1 personne agréée,

Notion de classe :

- un groupe classe reconstitué ne peut pas être supérieur à 30 élèves,
- pour une classe à élémentaires, ayant des élèves de GS, le taux d'encadrement est celui de la maternelle (3 encadrants par classe), toutefois si l'effectif de la classe est inférieur à 20 élèves, le taux d'encadrement sera celui de l'élémentaire (2 encadrants).

Des feuilles d'appel des classes seront mises en place et conservées à la piscine.

La surveillance sera assurée par 2 éducateurs territoriaux, possesseurs du BEESAN, BPJEPSAN, comme prévu par le POSS (plan d'organisation des secours et de surveillance) de la piscine et par les textes en vigueur de l'Education Nationale.

Pour traiter les problèmes de sécurité, les responsabilités de chaque intervenant doivent être clairement établies à chaque moment d'une séance, c'est pourquoi il est IMPERATIF que le directeur de l'école renvoie, après la première séance, la fiche de projet ci-jointe à l'Inspecteur de circonscription.

Lors des séances de natation, si vous rencontrez des difficultés, vous pouvez vous adresser à Mr ROLLAND Olivier (chef de bassin) (piscine.gier@orange.fr)

CENTRE NAUTIQUE PAYS DU GIER
ORGANISATION PRATIQUE DU PROJET NATATION

Cette organisation s'inscrit dans le cadre du projet-type (PAD) élaboré conjointement
entre l'Education Nationale et le Centre Nautique Intercommunal du Pays du Gier

Ce projet est consultable à l'école et à la piscine.

Ecole :

Classe (niveau) :

Nombre d'élèves :

Enseignant titulaire de la classe :

Enseignant responsable de l'activité natation :

Période des séances : 1 - 2 - 3 - 4 - 5 dates du au

Entre l'école et la piscine

- Heure de départ de l'école :
- Moyen de déplacement : autocar
- Accompagnateurs éventuels :

Séance	Séance

A la piscine

Les accès :

- au vestiaire (heure)
- au bassin (heure)

L'enseignement

- nom du ou des MNS sur chacune
des séances de la semaine

--	--

La surveillance

- petit bain
- grand bain

Retour à l'école

Les sorties

- départ du bassin :
- départ de la piscine
- heure prévue d'arrivée

Signature de l'enseignant(e)

Signature directeur (trice) de l'école

Fiche à renvoyer à l'IEN, à l'issue de la première séance.

2. Les séances

Chaque séance dure 45 minutes. Le planning horaire mis en place spécifie le temps effectif d'arrivée et d'évacuation du bassin. Il faut chercher à respecter le plus possible ces horaires en prenant en compte les déplacements.

En cas d'impossibilité de participer à la séance, l'école s'engage à prévenir rapidement la piscine de son absence, afin que le transport ne soit pas facturé (04-77-75-82-42). Si cette impossibilité est connue à l'avance, l'école est tenue d'avertir la piscine au moins trois jours avant la séance prévue.

En cas d'impossibilité d'accès à la piscine, les écoles seront également prévenues dans les meilleurs délais par le directeur de l'établissement.

En cas d'absence d'un seul éducateur, les 2 classes fonctionneront uniquement dans le grand bassin.

Les **élèves malades ou dispensés restent à l'école** : pas d'élèves habillés au bord du bassin, ni dans l'espace détente avec les parents accompagnateurs.

Pour les élèves bénéficiant d'un Protocole d'Accueil Individualisé, les enseignants veilleront à emmener avec eux les documents et médicaments nécessaires à la prise en charge de l'enfant.

3. Les règles à respecter à chaque séance

3.1 - A l'entrée

10 minutes avant le début de la séance au bassin, les classes sont déposées devant l'entrée des vestiaires collectifs, à droite de l'entrée principale.

Un agent d'accueil leur attribue un vestiaire Il ouvre et il ferme les vestiaires.

Les élèves se déchaussent dans l'entrée, posent leurs chaussures dans le couloir et entrent dans les vestiaires.

3.2 - Dans les vestiaires

Pendant toute la durée d'occupation des vestiaires les élèves sont sous la responsabilité des enseignants qui utilisent la cabine individuelle séparant deux vestiaires.

Pour respecter le règlement intérieur de la piscine, tous les utilisateurs, enseignants, élèves et accompagnateurs **doivent porter une tenue de bain**, seuls les **slips de bain** sont autorisés. Les shorts, les bermudas, ... sont interdits.

Le bonnet de bain est obligatoire avec le prénom de l'élève marqué sur l'avant.
--

Il serait judicieux que chaque classe prévoie une réserve de maillots et de bonnets en cas d'oublis, volontaires ou non, de certains élèves.

En laissant leurs serviettes au vestiaire, les élèves empruntent la sortie vers les bassins, sous la surveillance de l'enseignant, après s'être assuré qu'il n'y reste aucun élève.

Ils passent aux toilettes et aux douches.

3.3 - Accès au bassin

Les classes se regroupent derrière la grille, les enseignants comptent leurs élèves et attendent le signal des maîtres nageurs pour accéder au bassin. Puis, précédées d'un des enseignants, elles se dirigent vers la zone qui leur est attribuée pour la séance.

Les parents accompagnateurs ne peuvent accéder aux bassins, l'espace détente leur sera réservé.

3.4 - Pendant la séance

Les élèves ne peuvent entrer dans l'eau qu'à partir du moment où tout le personnel de surveillance est en place : un maître nageur par bassin.

Une fois la porte fermée, aucun élève n'est autorisé à entrer ou sortir seul du bassin. Si toutefois un élève a besoin d'aller aux toilettes pendant la séance, il le signale à son responsable, qui le fera accompagner par un camarade.

Les bassins sont partagés et répartis en fonction des projets et en concertation avec les enseignants. Du petit matériel pédagogique (frites, planches, anneaux lestés, ballons, ...) est mis à disposition près de chaque bassin. L'aménagement des bassins avec le gros matériel (toboggan, cage à écureuil, îlots, ...) est installé par les éducateurs.

En cas d'urgence, au cours de la séance, un signal indique une évacuation immédiate du bassin. (coup de sifflet).

3.5 - Sortie de bassin et retour aux vestiaires

Un signal (coup de sifflet) est donné pour faire sortir tous les élèves de l'eau et ranger le petit matériel pédagogique. Cette période d'évacuation demande la plus grande vigilance.

Les élèves sont rassemblés autour de leur enseignant vers la baie vitrée donnant sur le hall d'entrée. Chaque enseignant vérifie l'effectif de sa classe.

Lorsque les classes suivantes sont installées, ces classes évacuent le bassin, ce pour éviter tout croisement dans les douches et au bord des bassins.

Après le passage obligatoire aux douches, les élèves se rendent, avec l'enseignant, dans leur vestiaire pour se sécher et se rhabiller. Les élèves se rechaussent dans le hall d'entrée, après être sortis des vestiaires, chaussures à la main.

Attention, **il est interdit de manger** dans l'enceinte de l'établissement.

4. Sécurité

4.1 - Sécurité autour de la natation scolaire

La prise en compte de la sécurité s'articulera autour de deux axes : la sécurité passive et la sécurité active.

LA SECURITE PASSIVE : Il s'agit de tous les aspects organisationnels qui permettent un bon déroulement des activités

- Les normes définies par les circulaires garantissent les conditions de mise en œuvre de l'activité : la température de l'eau, le nombre d'adultes par classe, le nombre d'enfants rapporté à la surface de plan d'eau (cf. annexe).
- Le plan d'organisation de la sécurité et des secours (POSS).
- Le règlement intérieur.
- Le projet, qui grâce aux aménagements des bassins, induit des tâches adaptées au niveau des élèves.
- Le personnel encadrant l'activité.
- Le personnel affecté à la surveillance.

LA SECURITE ACTIVE : Il s'agit de tout ce qui est mis en œuvre sur le plan éducatif pour associer les élèves à la gestion de leur propre sécurité

- La connaissance, la compréhension, le respect des règles de fonctionnement et de sécurité.
- La connaissance des espaces aménagés.
- Le respect de la vie en société, respect d'autrui, respect du matériel...

4.2 - Procédures d'intervention en cas d'incendie (extrait du POSS)

La personne qui constate l'incident prévient le personnel et donne l'alerte.

Si le sinistre peut être rapidement circonscrit par l'usage des moyens disponibles sur place (extincteurs, jets d'eau ...) l'agent intervient directement et prend dès l'arrêt du feu les mesures de protection. Il prévient les MNS et le responsable de la sécurité, lesquels prendront les mesures complémentaires.

Si le sinistre est important, l'agent avertit ses collègues et donne l'alerte. Le Personnel prend ensuite les mesures nécessaires pour protéger et faire évacuer les usagers vers l'extérieur de l'établissement.

L'évacuation des personnes présentes dans l'établissement se fera en direction de deux endroits. Soit elles seront évacuées sur les plages extérieures, soit l'évacuation se fera sur le parking de la piscine. Elles seront munies, si possible, de couvertures de survies.

En cas d'évacuation, le ou les MNS contrôlent qu'il ne reste aucun usager dans la zone concernée. Une déclaration d'accident devra être remplie et transmise au Directeur.

L'agent d'entretien est chargé de l'ouverture de tous les accès d'urgence (barrières, portes d'entrées et de service).

Dans tous les cas, il doit se rendre disponible auprès des MNS et des secouristes.

4.3 - Procédures d'intervention en cas d'émanation de produits toxiques ou chimiques (extrait du POSS)

La personne qui constate l'incident prévient le personnel et donne l'alerte.

Le personnel prévenu doit, dans un premier temps, arrêter immédiatement la centrale d'air afin d'éviter le déplacement de flux d'air pollué.

Le chlore gazeux étant un gaz lourd, il est donc rampant. De ce fait, tout le personnel participe à l'évacuation immédiate des usagers en direction des points hauts de l'établissement (gradins, entrée du parking...)

En cas de contaminations des locaux, cette évacuation se fera **en tenant compte de la localisation de la fuite et éventuellement de la direction du vent**. Tous les locaux situés dans la direction du vent sont susceptibles d'être contaminés.

Les personnes évacuer seront munies, si possible, de couvertures de survies.

En cas d'évacuation, le ou les MNS contrôlent qu'il ne reste aucun usager dans la zone concernée. Une déclaration d'accident devra être remplie et transmise au Directeur.

L'agent d'entretien est chargé de l'ouverture de tous les accès d'urgence (barrières, portes d'entrées et de service).

Dans tous les cas, il doit se rendre disponible auprès des MNS et des secouristes.

4.4 Intervention lors de blessures (extrait du POSS)

Tous les problèmes de santé doivent être traités à l'école et, si nécessaire, l'élève doit rester à l'école. Les plaies récentes entraînent une dispense momentanée.

En ce qui concerne les maladies cutanées (par exemple : verrue plantaire) seul un certificat médical de non contagion autorisera l'élève à revenir à la piscine.

4.41 Une victime avec des lésions faibles, sur le bassin

Le MNS qui intervient auprès de la victime doit alerter ou faire alerter immédiatement son collègue en surveillance qui devra assurer les soins à l'aide de la trousse de secours centrale.

4.42 Une victime avec de sérieuses lésions, sur le bassin

Le MNS qui intervient auprès de la victime doit alerter ou faire alerter immédiatement son collègue, puis commence le bilan (conscience, ventilation, circulation).

L'autre MNS en place sur la zone doit faire évacuer le bassin. Il se rend auprès de son collègue afin d'alerter les secours et d'amener le matériel nécessaire et adapté à la prise en charge de la victime.

Pendant ce temps l'enseignant et l'accompagnateur dirigent la classe au vestiaire.

L'évacuation de l'autre bassin ne se fera que si le MNS le juge nécessaire.

4.43 Une victime dans l'enceinte de l'établissement

La personne qui intervient auprès de la victime doit alerter ou faire alerter immédiatement un MNS en fonction de la gravité de l'état de la victime.

Ce dernier prend toutes les dispositions nécessaires à la bonne prise en charge de la victime.

PROJET PEDAGOGIQUE

1 - DEROULEMENT GENERAL des MODULES de NATATION

La gestion des séances par groupe classe doit permettre à l'enseignant :

- de travailler par rapport **au projet des élèves** puisqu'il les aura tous accompagnés pendant la séance,
- d'être à la fois sur des objectifs d'apprendre à nager et d'apprendre à mener de manière autonome leurs propres apprentissages,
- d'améliorer la concertation avec l'éducateur afin de permettre à certains moments une mise à distance pour mieux voir, pour apporter des réponses adaptées, pour réorienter le contenu, ...,
- d'utiliser l'hétérogénéité en fonction des besoins, soit par groupe de même niveau où les élèves se confrontent, soit par groupe de niveaux différents où les élèves s'entraident.

Pour aider les enseignants et les élèves différents outils sont proposés :

- un cadre théorique des étapes de construction du nageur autonome (pages 11),
- 3 aménagements de bassins prévus pour les 14 séances,
- un livret du nageur à utiliser impérativement pour que l'élève prenne conscience de ses progrès en natation et arrive peu à peu à apprendre de manière autonome.

Il est donc nécessaire de consacrer :

- un temps, **avant les séances**, pour réactiver les projets de progrès des élèves et anticiper ce qu'ils ont à travailler dans les différents espaces,
- un temps, **après la séance**, pour faire le point sur ce qui a été travaillé, sur les progrès constatés, sur l'explicitation des nouvelles sensations et/ou émotions éprouvées, ..., en s'appuyant sur le livret du nageur.

Répartition des classes et dispositif de surveillance

Fonctionnement à 2 classes et 4 MNS

Les espaces pédagogiques (Grand bassin vitre et Grand bassin Gradin) et petit bassin sont utilisés de la façon la plus approprier par rapport au niveau natatoire des enfants.

Les MNS en surveillance se répartissent sur chacun des deux bassins si nécessaire.

Fonctionnement à 2 classes et 3 MNS

Les classes sont réparties uniquement dans le grand bassin dans les zones aménagées prévues à cet effet (GBV et GBG).

Le MNS restant est affecté à la surveillance de tout le grand bassin.

Fonctionnement à 3 classes et 5 MNS :

- La classe des plus petits commence son cycle natation au petit bassin.
- La classe des moyens commence son cycle natation au grand bassin gradin.
- La classe des plus grands commence son cycle natation au grand bassin vitre.

Le sens de rotation s'effectuera dans le sens contraire aux aiguilles d'une montre Petit Bassin, Grand Bassin Vitre, Grand Bassin Gradin.

Si une classe est absente (jour férié, fermeture piscine, ...) la rotation est prise en compte comme-ci la séance avait eu lieu.

Les deux MNS restants se disposent en surveillance de leurs bassins respectifs comme convenu par le planning scolaire pré établi.

Fonctionnement à 3 classes et 4 MNS :

Seul le grand bassin est utilisé. Ce dernier est réaménagé pour contenir trois zones, une zone pour chaque classe en tenant compte de la réglementation en vigueur.

Le MNS restant est affecté à la surveillance unique du grand bassin.

Dans le cas exceptionnel ou le nombre de MNS est inférieur aux dispositions ci-dessus, la direction peut être amenée à annuler la séance de natation scolaire.

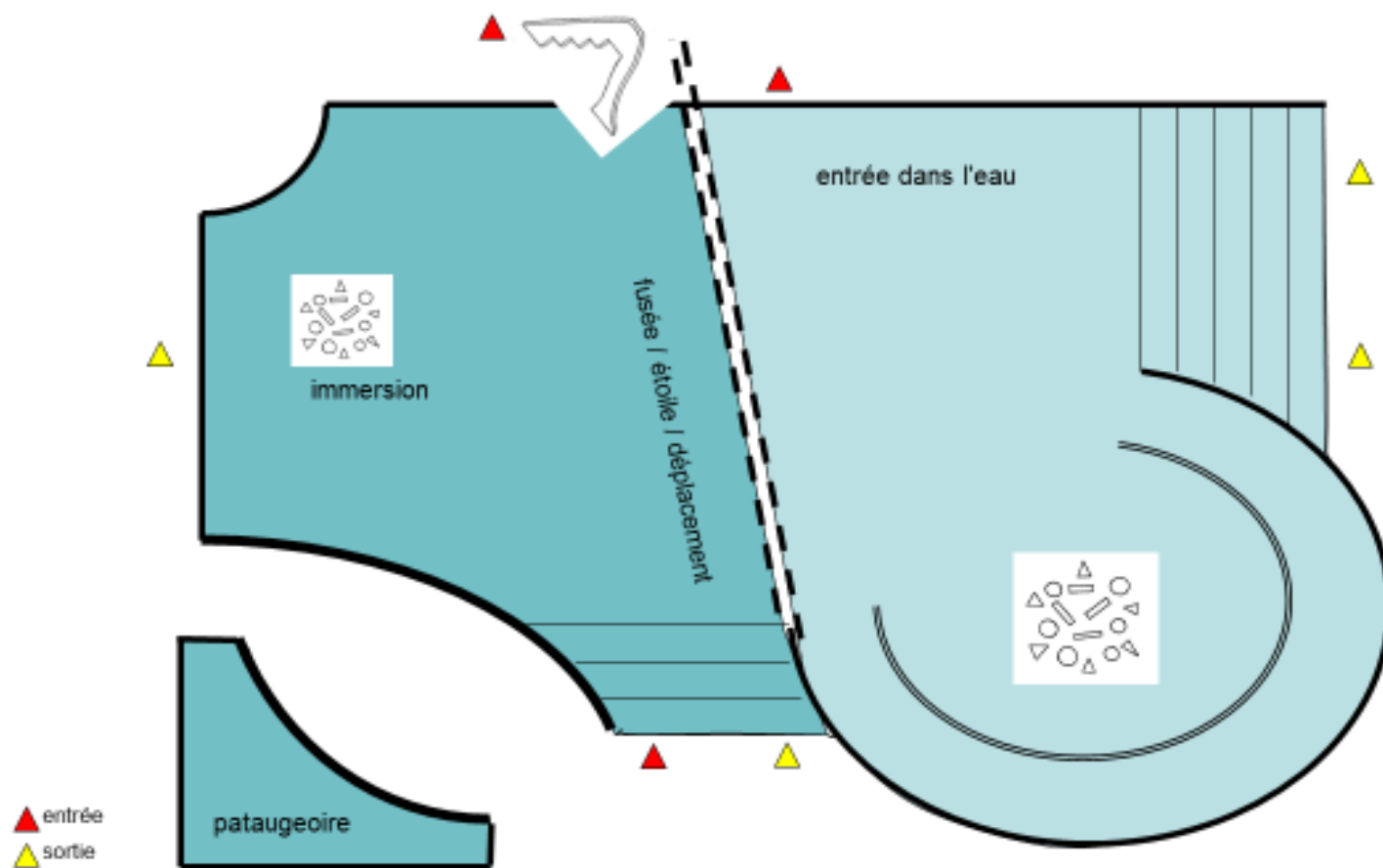
PHASES	OBJECTIFS	ESPACES AMENAGES	CONSIGNES DE DEROULEMENT	TRAITEMENT
ENTREE et REFERENCE INITIALE	<p>Découvrir et s'approprier les espaces aménagés.</p> <p>S'approprier les règles de sécurité, d'hygiène et de fonctionnement.</p> <p>Evaluer pour établir un bilan initial ou confirmer les acquis antérieurs.</p>	Espace aménagé n°1	<p>Entrer à côté d'un plot rouge puis sortir à côté d'un plot jaune.</p> <p>Essayer de prendre plusieurs entrées et plusieurs sorties au cours de la séance.</p> <p>Un bilan initial sera effectué d'après une grille d'évaluation.</p>	1 séances.
STRUCTURATION APPRENTISSAGE	<p>Entrer en projet de progrès personnel dans les 3 domaines d'action de la natation : entrées, immersions et déplacements.</p> <p>Faire évoluer les ressentis, les à priori, les sensations dans le rapport à l'eau des élèves.</p> <p>Réaliser l'enchaînement des actions de ces 3 domaines de façon :</p> <ul style="list-style-type: none"> - plus efficace, - plus variée, - plus maîtrisée. 	Espace aménagé n°1	<p>Il s'agit d'un travail plus spécifique sur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - les entrées dans l'eau, - l'équilibre, la perte des appuis plantaires (maintiens) et les déplacements (fusée) - les immersions. <p>Les séances se dérouleront sur 2 zones. La classe sera découpée en deux groupes et les enfants travailleront sur les deux zones successivement. Les 10 dernières minutes seront consacrées au réinvestissement des situations d'apprentissages de préférence en binôme.</p>	5 séances , changement de bassin à chaque séance
		Espace aménagé n°2	<p>Enchaînements d'actions (entrée dans l'eau, immersion, déplacement...)</p> <p>Effectuer au moins trois fois le même parcours puis trouver un autre parcours en augmentant la difficulté.</p>	5 à 7 séances , changement de bassin à chaque séance
REFERENCE FINALE	Enchaînement des actions avec un parcours au grand bain et un tour de toboggan	Espace aménagé n°3	<p>1 MNS au toboggan, 1 MNS chaise haute</p> <p>1 Enseignant ou MNS côté gradin</p> <p>1 Enseignant ou MNS au ponceau</p> <p>1 Enseignant ou MNS baie vitrée</p>	1 séance

2 - ETAPES de CONSTRUCTION de l'AUTONOMIE en NATATION, à l'école ELEMENTAIRE.

	Enjeux	Caractéristiques des étapes
Etape 1	Ne plus avoir peur de l'eau pour pouvoir y jouer.	<p><u>ENTREES</u> : Pénétrer dans l'eau en position verticale, par toutes les manières possibles, construit les possibilités d'en sortir.</p> <p><u>IMMERSIONS</u> : Accepter de s'immerger entièrement, même avec les yeux fermés, prouve une acceptation du substrat « eau ».</p> <p><u>DEPLACEMENTS</u> : L'action des membres inférieurs est dominante. La verticalité, même oblique, reste la référence.</p>
Etape 2	Se construire de nouveaux équilibres induits par la réalité aquatique.	<p><u>ENTREES</u> : Accepter des chutes dans l'eau, dans des postures variées, est un indicateur de maîtrise de l'horizontalité et de la construction de nouveaux repères.</p> <p><u>IMMERSIONS</u> : Comprendre les effets de la poussée d'Archimède permet de se sentir en sécurité même en eau profonde. Prendre des repères visuels permet d'accéder, sans s'angoisser, à des postures variées : horizontales, renversées, Faire durer les temps d'immersion contribue à la maîtrise de la respiration aquatique.</p> <p><u>DEPLACEMENTS</u> : L'orientation de la tête amène peu à peu à l'allongement horizontal. Les actions des membres restent globaux. Se déplacer en immersion aide à construire les sensations des appuis manuels.</p>
Etape 3	Utiliser les caractéristiques de l'eau pour agir à sa guise.	<p><u>ENTREES</u> : Accepter de se renverser, tête vers le bas, ouvre de nouvelles perspectives de pénétrer dans l'eau, afin d'avoir des réponses adaptées aux intentions d'action dans l'eau.</p> <p><u>IMMERSIONS</u> : Prendre conscience d'appuis manuels efficaces permet des déplacements multidirectionnels. La maîtrise respiratoire permet de faire durer les temps d'immersion et d'évoluer près du fond.</p> <p><u>DEPLACEMENTS</u> : Donner du sens à la respiration aquatique : on peut nager vite sur une distance courte en apnée, mais il faut savoir expirer dans l'eau et prendre de l'air quand on veut nager plus loin. La coordination des actions des bras et des jambes permet de nager plus longtemps.</p>

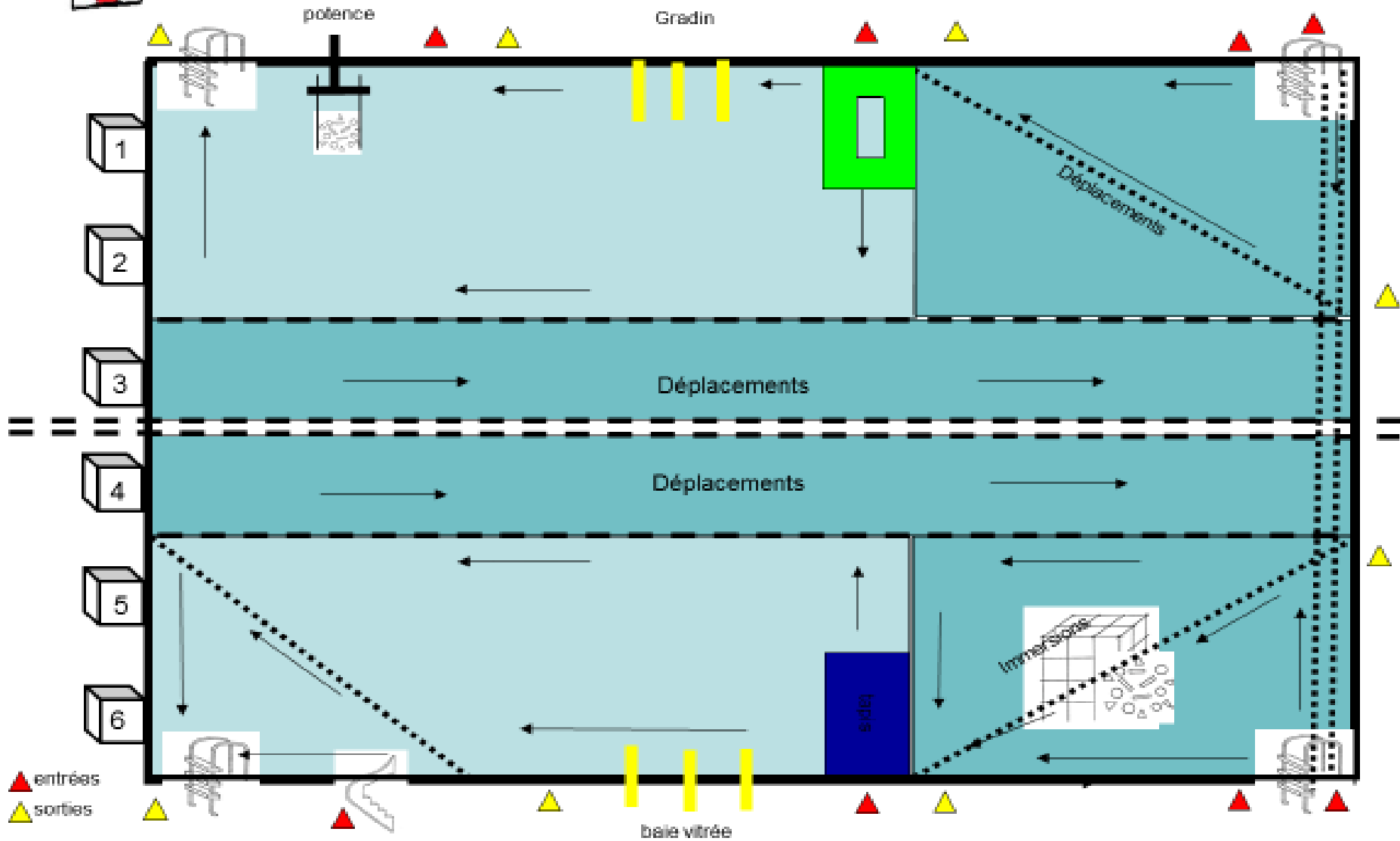
3 - Aménagement des bassins et exemples de contenu par étape

Aménagement n°1 – PETIT BASSIN





Aménagement n°1 – GRAND BASSIN

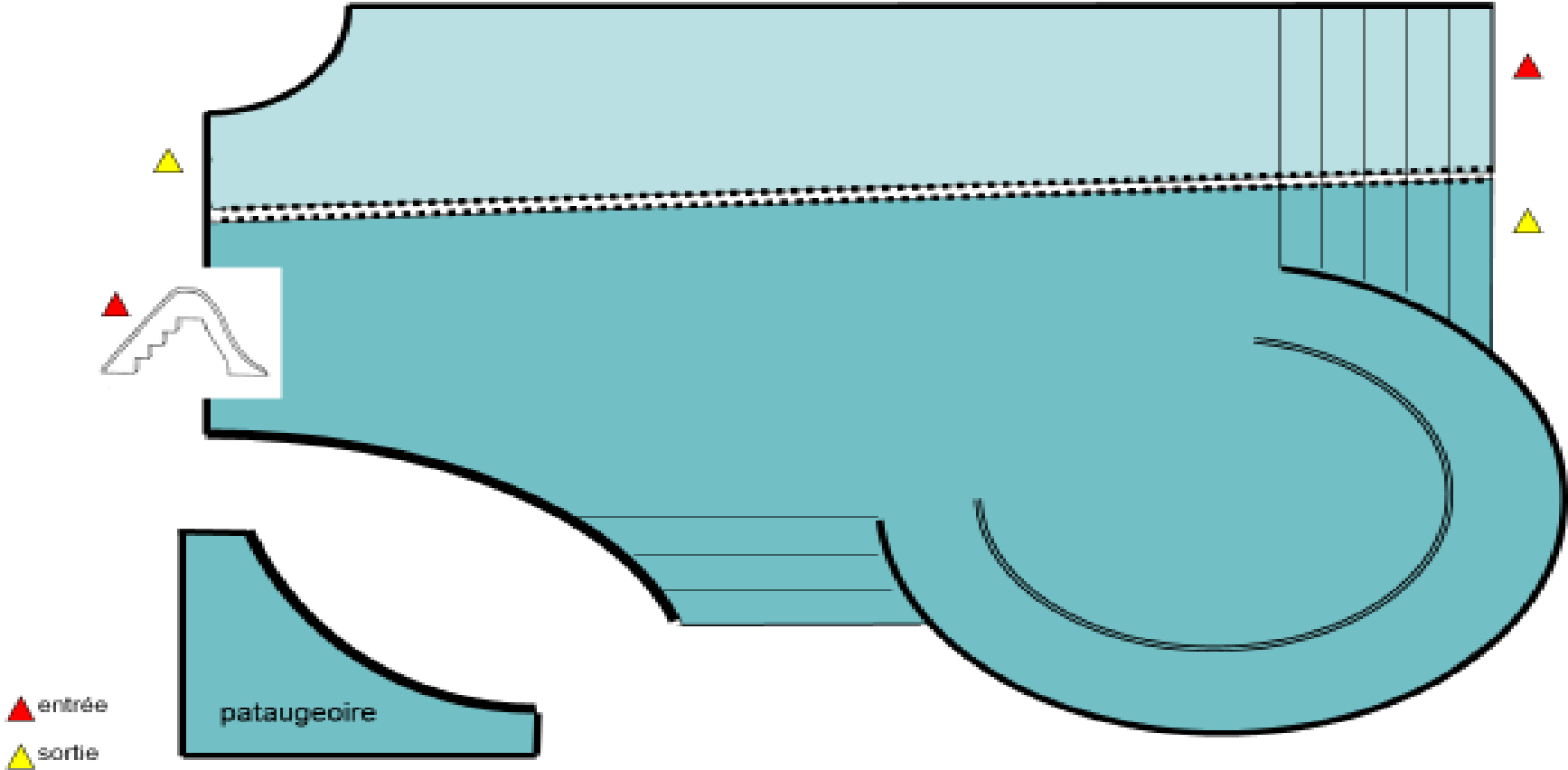


Exemples d'UTILISATION du MATERIEL

MATERIEL	OBJECTIFS	ETAPE 1	ETAPE 2	ETAPE 3
CAGE à ECUREUIL	Immersion	Passer sous les barres horizontales	Descendre le long des barres pour passer sous les deuxièmes barres horizontales de la cage	Descendre le long des barres verticales pour récupérer un objet
	Déplacement	Faire le tour de la cage en faisant des bulles. Epaules immergées	Nager à l'intérieur de la cage en passant sous les barres, essayer de se tenir le moins souvent possible aux barres	Nager dans la cage en effectuant un circuit sous l'eau
PERCHES OBLIQUES	Immersion	Utiliser les perches verticales pour aller toucher le fond avec les pieds, les mains. S'asseoir au fond	Tirer sur la perche avec les deux mains pour descendre le plus bas possible, la tête première	Tirer sur la perche avec les deux mains pour descendre jusqu'au fond du bassin la tête première
CABLES	Déplacement	Déplacement ventral ou dorsal d'une échelle à l'autre, en se tenant aux deux câbles	Déplacement ventral ou dorsal d'une échelle à l'autre, en tenant le câble à une seule main, l'autre main est propulsive	Nager au milieu ou à côté des câbles (repère pour nager droit)
TAPIS	Entrée dans l'eau	Faire le tour du tapis	Saut du tapis	Roulade avant ou arrière, pour tomber dans l'eau
		Grimper sur le tapis et se déplacer à 4 pattes	idem	En posant les genoux sur le tapis, ou accroupi au bord, plonger
		Assis au bord du tapis, descendre seul	Plongeon assis au bord du tapis	Plonger debout
TAPIS A TROU	Entrée dans l'eau	Assis, se laisser glisser à l'intérieur du trou, puis ressortir de l'autre côté	Saut dans le trou en allumette	Plongeon
	Immersion	Passer dessous et remonter au milieu pour respirer. Pour ceux qui ont besoin, possibilité de soulever un peu le tapis	Passer dessous, remonter au milieu pour respirer	Passer dessous sans remonter au milieu pour respirer

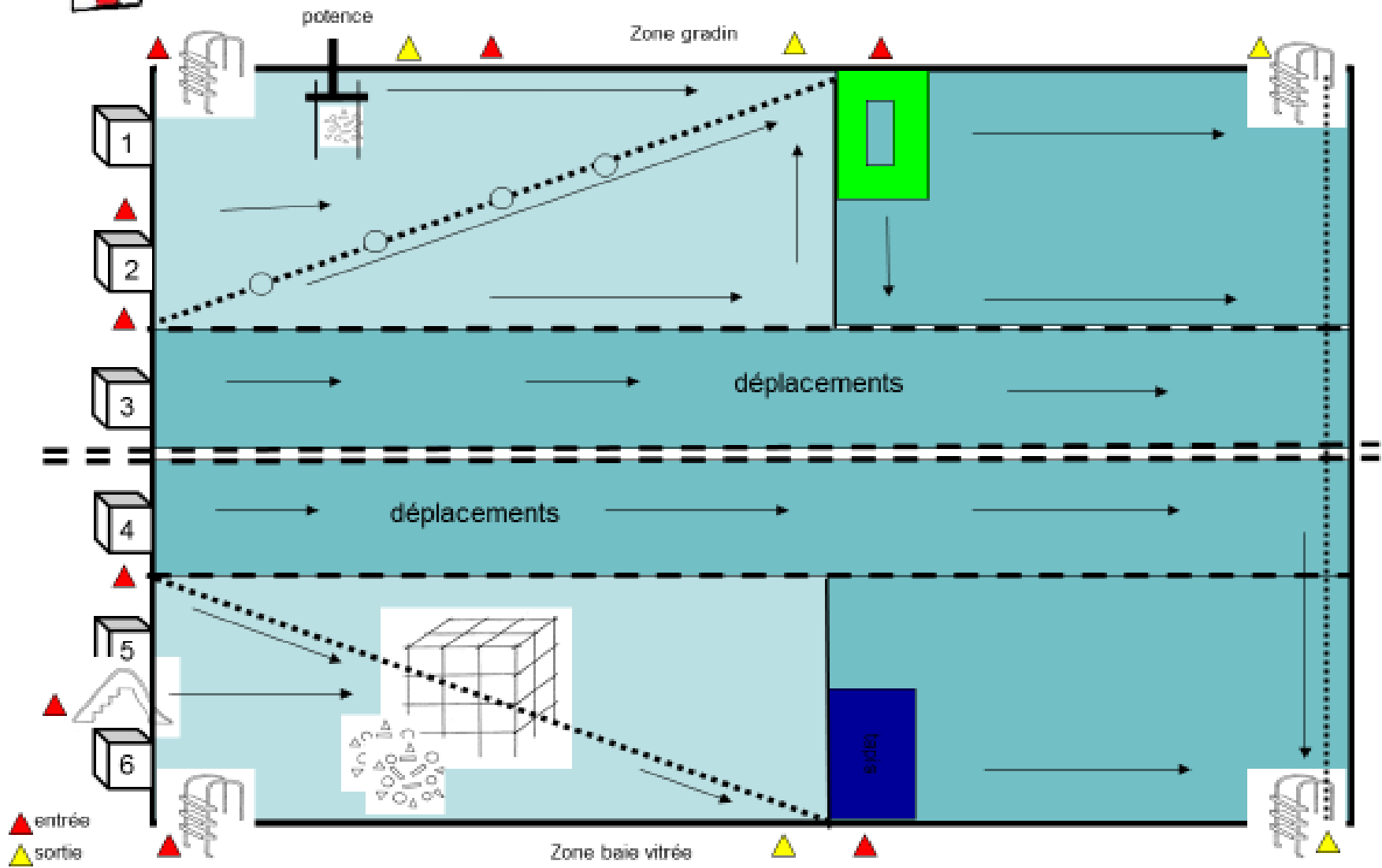
MATERIEL	OBJECTIFS	ETAPE 1	ETAPE 2	ETAPE 3
CERCEAUX	Immersion	Passer dans le cerceau, en gardant les appuis plantaires	Passer dans un ou plusieurs cerceaux en faisant des battements de jambes (perte des appuis plantaires)	Passer dans un cerceau après avoir fait une poussée au mur. Eloigner de plus en plus le cerceau pour que la coulée soit de plus en plus longue
FRITES ET PLANCHES	Déplacement	Déplacement ventral ou dorsal, en tenant les frites ou les planches sous les bras	Déplacement ventral ou dorsal, avec une seule frite sous les bras	Déplacement ventral ou dorsal, avec une seule frite dans les mains, les bras tendus devant
		S'immobiliser dans la position de l'étoile de mer, frites ou planches sous chaque bras	S'immobiliser sur le dos dans la position de l'étoile de mer, frites ou planches dans les mains, bras tendus	
		Tourner sur soit même	je me déplace assis à cheval sur la frite	
TOBOGGAN	Entrée dans l'eau	Glisser assis avec l'aide de l'adulte, la main ou la perche qui accompagne la descente	Descendre seul, assis ou couché sur le dos	Descendre allongé sur le dos. Sur le ventre tête la première
APNEO	Immersion	JEU : le but est de faire remonter l'Apnéo à la surface en allant mettre le plus grand nombre de balles de ping pong à l'intérieur		
BALLONS	Déplacement	Pousser le ballon avec n'importe quelle partie du corps. Garder les appuis plantaires. Jeux collectifs traditionnels	Conduites de balles en nageant, jeux collectifs (passe à 10, water-polo ...). Perte d'appuis plantaires avec possibilité d'utiliser le matériel de flottaison	

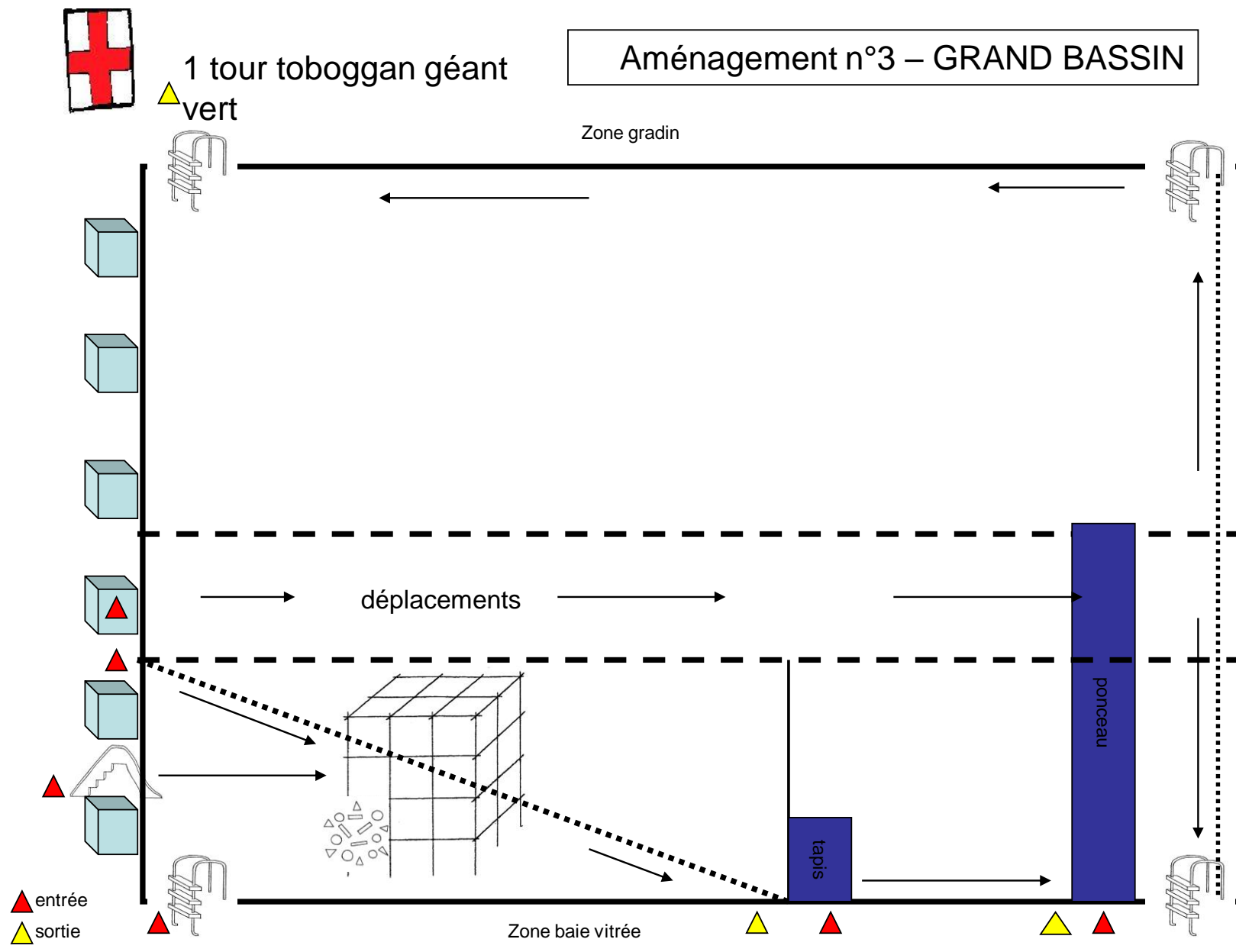
Aménagement n°2 – PETIT BASSIN





Aménagement n°2 – GRAND BASSIN





Nom : _____

Cachet de l'école :

Prénom : _____

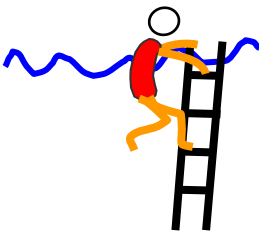
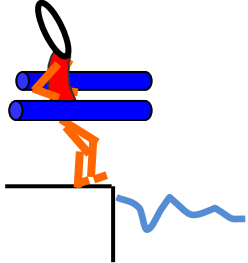
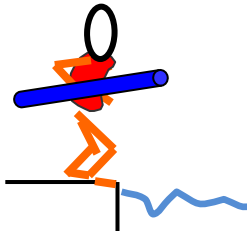

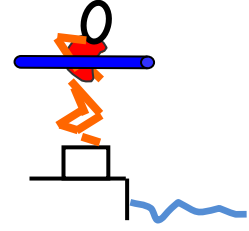
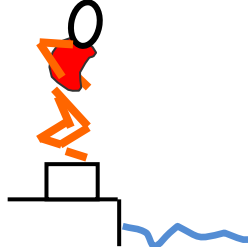
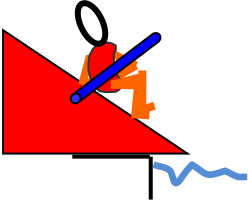
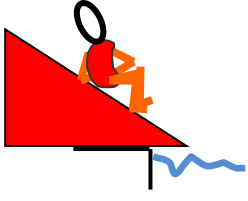
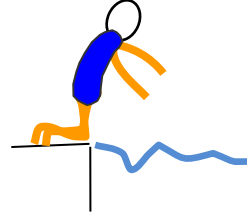

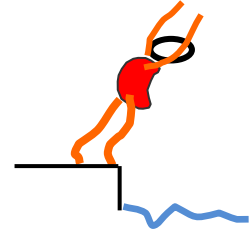
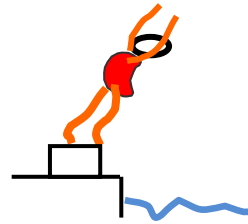


CENTRE NAUTIQUE
PAYS DU GIER


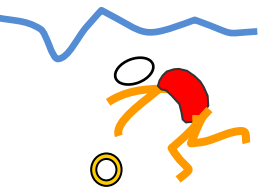
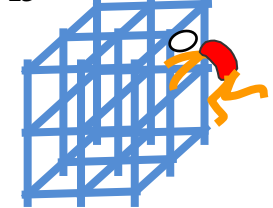
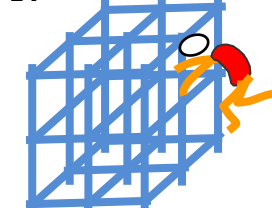
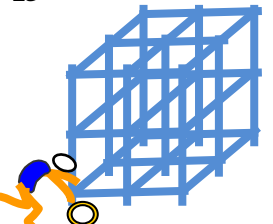
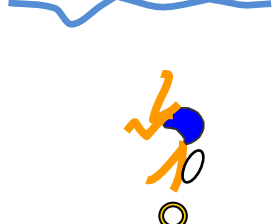
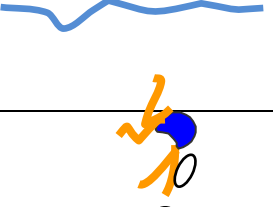
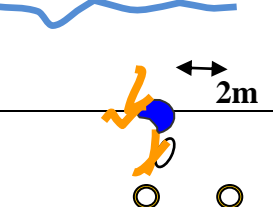
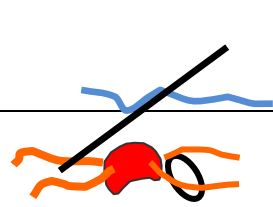
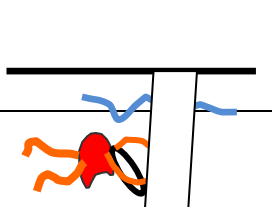
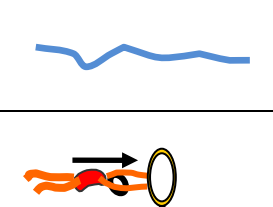
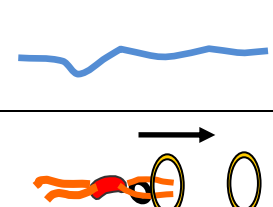
MON LIVRET DE NAGEUR

Inspection Académique de la Loire
Syndicat Intercommunal du Pays du Gier

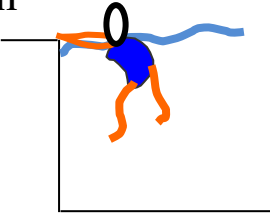
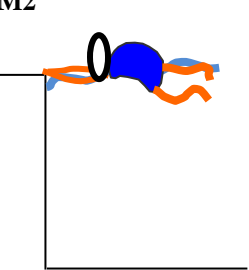
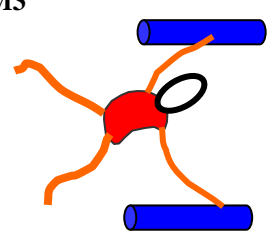
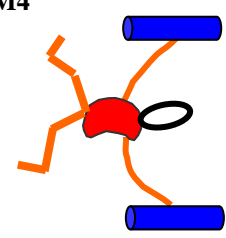
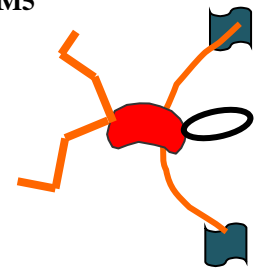
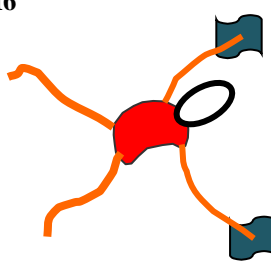
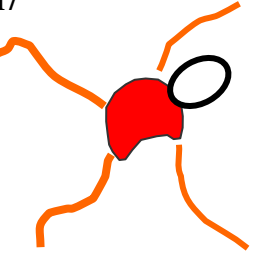
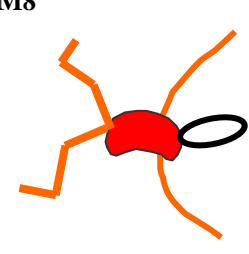
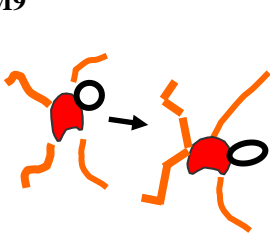
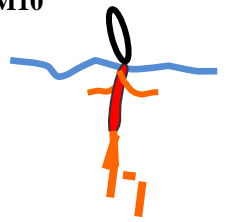
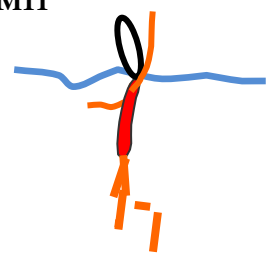
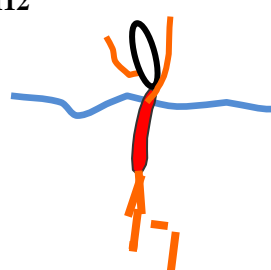
ENTREES

Exercice à réaliser	E1 	E2 	E3 	E4 	E5 	E6 
But	Descendre par l'échelle	Sauter avec deux frites du bord du bassin.	Sauter avec une frite du bord du bassin.	Sauter sans matériel du bord du bassin.	Sauter avec une frite du plot	Sauter sans matériel du plot.
Exercice à réaliser	E7 	E8 	E9 	E10 	E11 	E12 
But	Glisser assis sur le toboggan avec une frite	Glisser assis sur le toboggan sans frite.	Plonger accroupi du bord du bassin.	Entrer dans l'eau en chute arrière.	Plonger debout du muret.	Plonger debout du plot.

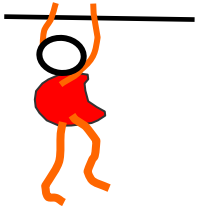

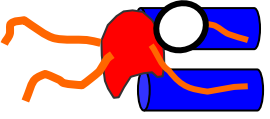
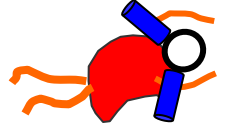


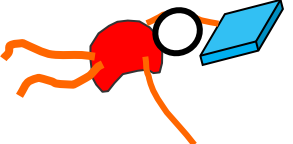
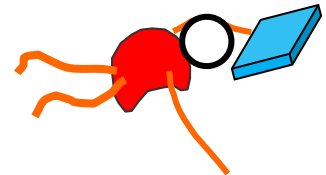

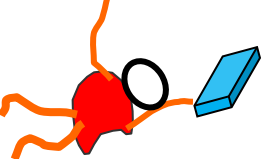


IMMERSIONS

Exercice à réaliser	I1 	I2 	I3 	I4 	I5 	I6 
But	Mettre la tête sous l'eau en soufflant.	Ramasser un objet où l'on a pied.	Passer sous la 1 ^{ère} barre de la cage à écureuil.	Passer sous la 2 ^{ème} barre de la cage à écureuil.	Récupérer un objet en bas de la cage à écureuil	Récupérer un objet à 1m50
Exercice à réaliser	I7 	I8 	I9 	I10 	I11 	I12 
But	Récupérer un objet à 1m80	Récupérer 2 objets espacés de 2m à 1m80	Passer sous une perche horizontale placée à la surface.	Passer sous un tapis, d'1m de large placé à la surface.	Passer dans un cerceau immergé à 1m50.	Passer dans 2 cerceaux immergés à 1m50.

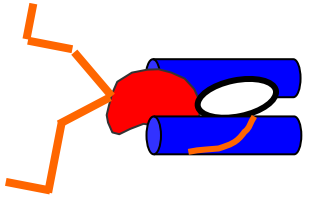
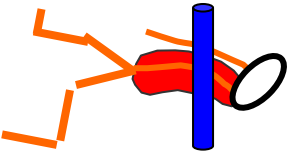
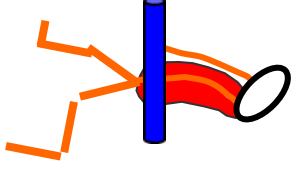
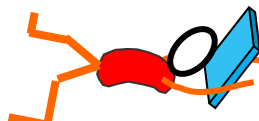
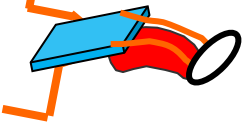
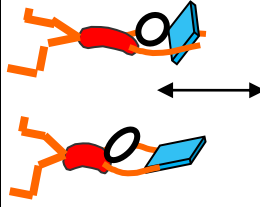
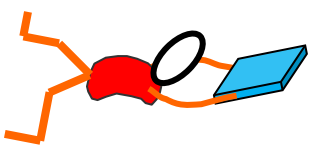
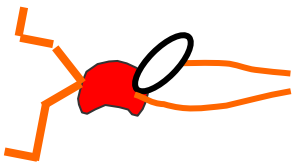
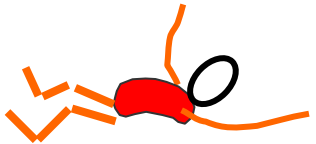
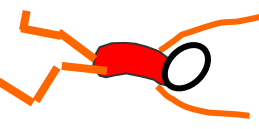
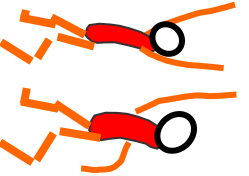
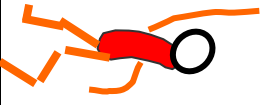
MAINTIENS

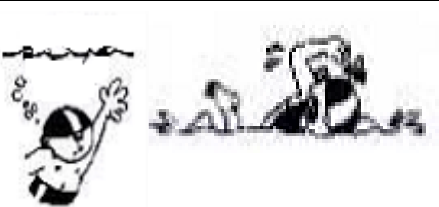




Exercice à réaliser	<p>M1</p> 	<p>M2</p> 	<p>M3</p> 	<p>M4</p> 	<p>M5</p> 	<p>M6</p> 
But	Position verticale main sur le mur largeur des épaules.	Etoile de mer ventrale en se tenant au mur.	Etoile de mer ventrale avec 2 frites.	Etoile de mer dorsale avec 2 frites.	Etoile de mer ventrale avec un pull-boy dans chaque main.	Etoile de mer dorsale avec un pull-boy dans chaque main.
Exercice à réaliser	<p>M7</p> 	<p>M8</p> 	<p>M9</p> 	<p>M10</p> 	<p>M11</p> 	<p>M12</p> 
But	Etoile de mer ventrale 5s sans matériel.	Etoile de mer dorsale 10s sans matériel.	Enchaîner sans reprise d'appui: étoile de mer ventrale 5s puis, étoile de mer dorsale 5s.	Surplace vertical 5s , tête hors de l'eau.	Surplace vertical 10 s, tête hors de l'eau, une main au-dessus de l'eau.	Surplace vertical 10 s, tête hors de l'eau, 2 mains au-dessus de l'eau.






DEPLACEMENTS CRAWL

	DC1	DC2	DC3	DC4	DC5	DC6
Exercice à réaliser						
But	12m50 en tenant le mur ou le câble.	12m50 en se tenant au mur ou au câble, tête dans l'eau.	15m une frite sous chaque bras.	15m, 1 frite sous les bras.	15m bras tendus mains sur une frite.	15m bras tendus mains sur une planche.
	DC7	DC8	DC9	DC10	DC11	DC12
Exercice à réaliser						
But	25m : 2 mouvements bras droit 2 mouvements bras gauche.	25m en crawl rattrapé sur la planche.	25m : 1 bras tendu main sur la planche, 1 bras le long du corps. Inverser les bras à 12m50 Inspiration latérale.	25m en crawl rattrapé sur la planche. Inspiration latérale.	25m en crawl rattrapé. Inspiration latérale.	25m en crawl. Inspiration latérale.

DEPLACEMENTS DOS

Exercice à réaliser	<p style="text-align: center;">DD1</p> 	<p style="text-align: center;">DD2</p> 	<p style="text-align: center;">DD3</p> 	<p style="text-align: center;">DD4</p> 	<p style="text-align: center;">DD5</p> 	<p style="text-align: center;">DD6</p> 
But	15m avec 1 frite sous chaque bras.	15m avec une frite sous les bras.	15m, 1 frite sur les cuisses, bras tendus.	15 m avec une planche derrière la tête.	15m avec la planche au dessus des genoux.	15 m en éloignant la planche de la tête.
Exercice à réaliser	<p style="text-align: center;">DD7</p> 	<p style="text-align: center;">DD8</p> 	<p style="text-align: center;">DD9</p> 	<p style="text-align: center;">DD10</p> 	<p style="text-align: center;">DD11</p> 	<p style="text-align: center;">DD12</p> 
But	15m avec la planche dans les mains bras tendus.	15m bras tendus vers l'arrière.	25m dos rattrapé au niveau des cuisses.	25 m dos à 2 bras.	Alterner : 2 mouvements dos à 2 bras 2 mouvements dos alternatif	25m dos alternatif

NOM et PRENOM : ECOLE et CLASSE :		REPERE 1					
S'immerger et se déplacer sur 15 m en grande profondeur		Prendre un temps de pause pour récupérer de son effort	S'immerger en sautant dans l'eau	Se déplacer brièvement sous l'eau pour passer sous un obstacle flottant	Se laisser flotter un instant	Regagner le bord	Enchaîne en grande profondeur les items 2, 3, 4, 5 sans reprise d'appuis
							
N° d'item	1		2	3	4	5	OUI / NON
Nom de l'enseignant ou du MNS :		Piscine :		Date et signature			

NOM et PRENOM : ECOLE et CLASSE :		REPERE 2				
Tâches à réaliser Loin du bord	Sauter en grande profondeur	S'immerger pour passer sous un obstacle flottant	Nager 20 m : 10 m sur le ventre et 10 m sur le dos	Réaliser un sur-place de 10 secondes	s'immerger à nouveau pour passer sous un obstacle flottant	Enchaîne les items 1, 2, 3, 4, 5 sans reprise d'appuis
						
N° d'item	1	2	3	4	5	OUI / NON
Nom de l'enseignant ou du MNS :		Piscine :		Date et signature		

PARCOURS A REALISER EN CONTINUITE, SANS REPRISE D'APPUI AU BORD DU BASSIN ET SANS LUNETTES :

- à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière ;
- se déplacer sur une distance de 3,5 mètres en direction d'un obstacle ;
- franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 mètre ;
- se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 mètres ;
- au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- faire demi-tour sans reprise d'appui et passer d'une position ventrale à une position dorsale ;
- se déplacer sur le dos sur une distance de 15 mètres ;
- au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète ;
- se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ.

CONNAISSANCES ET ATTITUDES :

- Savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème ;
- connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé ;
- savoir identifier les environnements et les circonstances pour lesquels la maîtrise du savoir-nager est adaptée.