

# La natation en GS

Pourquoi apprendre à nager à l'école ?

# Quand, où est-ce qu'on peut se baigner ?



À la mer  
Dans un lac  
Dans une rivière  
Au camping



# Quand, où est-ce qu'on peut se baigner ?



À la maison  
À la piscine



# C'est agréable...



On peut...

Sauter dans l'eau,

S'asperger

Nager

Plonger

Jouer au ballon

Glisser sur l'eau avec un  
bateau, matelas gonflable,  
une bouée, un surf, une  
planche...



Ça peut aussi faire un peu peur !

# mais il faut être prudent



- Respecter la signalisation
- Préférer les zones surveillées
- Avertir un adulte que l'on va dans l'eau ; ne jamais se baigner seul
- Marcher prudemment dans l'eau ou au bord de l'eau
- Éviter les bousculades dans l'eau ou au bord de l'eau



mais il faut être prudent

# Les 9 règles d'or en milieu naturel



1 - Se baigner aux horaires de surveillance,  
dans les zones de baignade  
et respectez les consignes de sécurité



2 - Lorsqu'un enfant se baigne,  
soyez toujours à une distance  
d'un bras de l'enfant.

Pour aider l'enfant à se redresser en cas de perte d'équilibre



3 - Ne quittez jamais des yeux vos enfants

Quelques secondes suffisent pour une noyade



## Pour la sécurité, on ne doit pas:

**courir**



**se bousculer**



**entrer dans l'eau  
en même temps  
qu'un autre**



**sauter sur  
quelqu'un**



**s'accrocher  
à quelqu'un**



**crier**

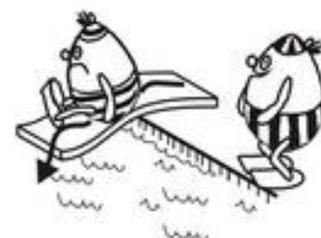


## Pour l'entraide, on doit:

**installer et ranger  
le petit matériel**



**encourager un élève  
en difficulté**



## Pour l'hygiène, on doit:

**avoir un maillot  
de bain propre**



**prendre une douche  
avant et après la séance**



**uriner dans  
les toilettes**



**passer dans  
le pédiluve**



# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

- Je prépare mon sac de piscine

DANS MON SAC, JE COMPTE JUSQU'À 5 !



|  |   |   |
|--|---|---|
| A la maison, je prépare mon sac :  | <br>mon sac            |   |
| <br>OU<br>mon maillot de bain | <br>mon bonnet de bain |   |
| <br>ma serviette             | <br>mon savon          | <br>mon bonnet de laine |
| <br>mon peigne              | <br>OU<br>ma brosse  | <br>mon goûter         |



+ 1 petit sac en plastique pour les affaires mouillées quand je sors

# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

- Je prends le bus



Je reste calme, je ne crie pas, je ne bouscule personne ;  
Je m'assois et j'attache ma ceinture de sécurité

- J'arrive à la piscine

Je reste assis jusqu'à l'arrêt du bus ;  
Je prends toutes mes affaires avec moi pour sortir du bus ;  
Je me mets en rang pour aller ensuite jusqu'au bâtiment



# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

- Je rentre dans le hall d'accueil



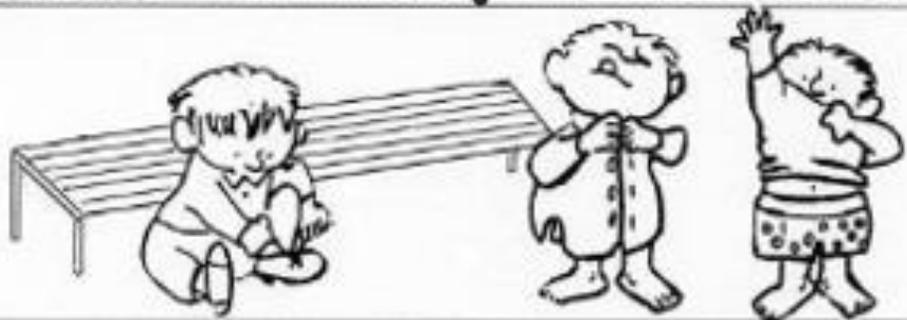
- Je monte en direction des vestiaires
- Je me déchausse vers les bancs, avant d'entrer



# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

- J'entre dans le vestiaire et je me change

Dans les vestiaires, je me déshabille.

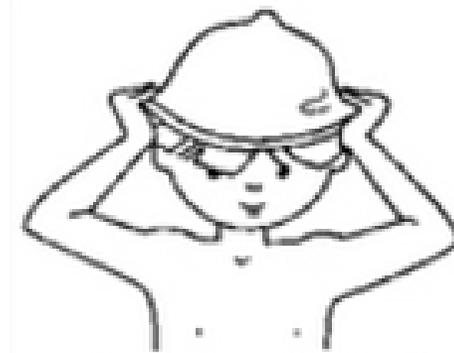


- Je range mes affaires sur le banc

Je range mes habits à ma place.



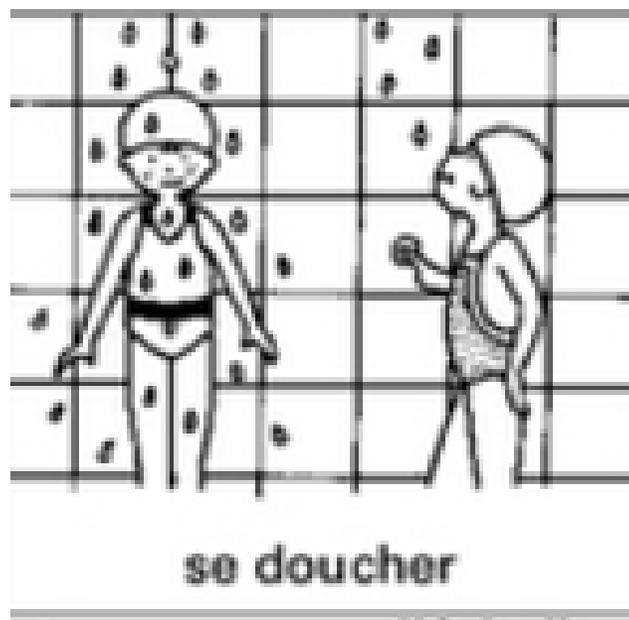
- J'accroche mon manteau.
- Je plie mes affaires.
- Je range mes chaussettes dans mes chaussures.
- Je mets mes chaussures sous le banc.



enfiler son bonnet de bain

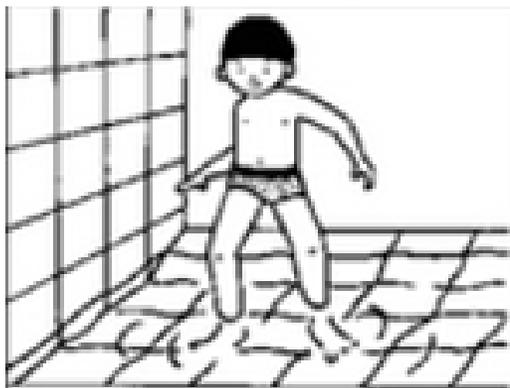
# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

- Quand tout le monde est prêt, on va aux toilettes et on passe sous la douche



# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

- Pour entrer dans la zone des bassins
  - Je traverse le pédiluve



passer dans le pédiluve

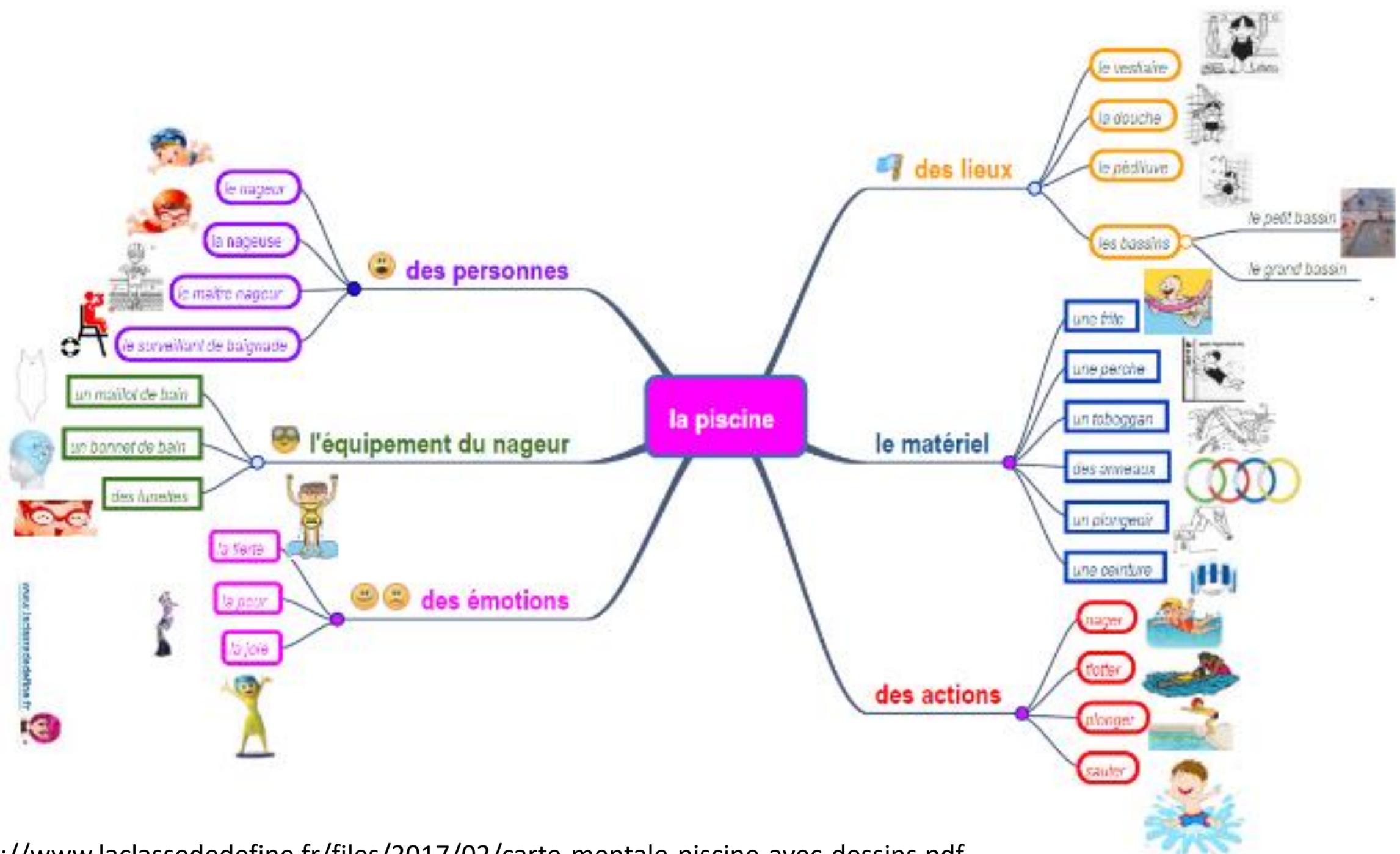
- Je vais m'asseoir sur le bord,  
à l'endroit de rassemblement prévu
- Les maitres-nageurs sont là, je les repère



# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

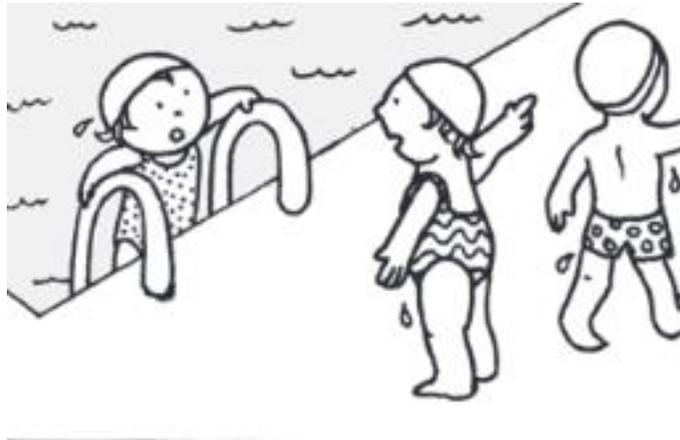
- Pour aller dans l'eau
  - J'écoute les consignes
  - Si quelque chose me gêne, si j'ai peur, j'en parle
  - Je rentre dans l'eau et je fais les activités
  - Je reste dans la zone désignée, je ne m'éloigne pas





# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

- Lorsque je termine l'activité, je sors de l'eau sans tarder, je rejoins les autres sans courir.



- Un avertissement signale la fin de la séance, je sors de l'eau et je rejoins le bord du bassin où on se rassemble.

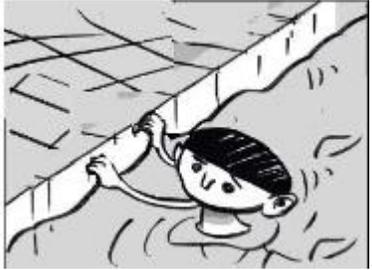
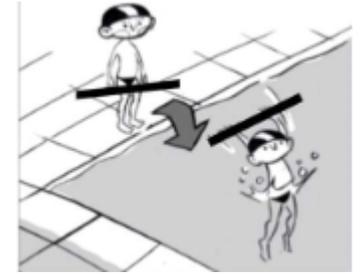
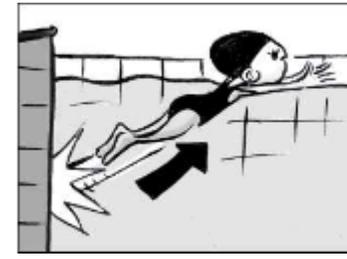
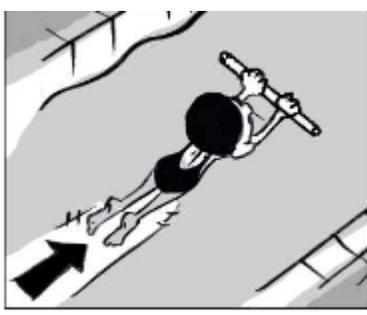
# Je vais à la piscine de St-Chamond avec l'école

- Je sors du bassin
  - Je passe sous la douche
  - Je vais au vestiaire et je me change
  - Je range mes affaires mouillées dans mon petit sac en plastique et je prends mon sac de piscine
  - Je sors du vestiaire, je vais remettre mes chaussures

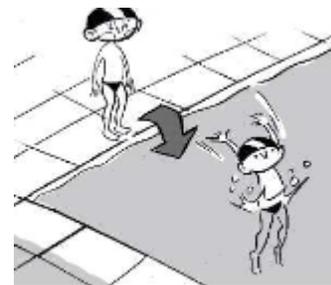
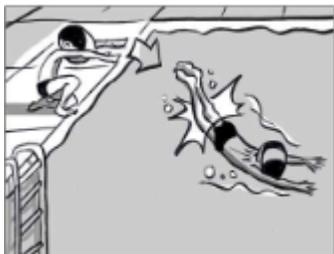
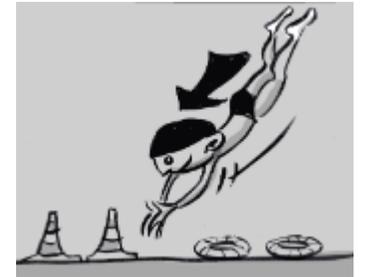
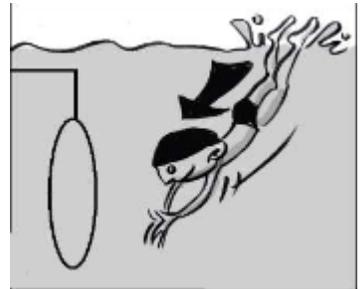


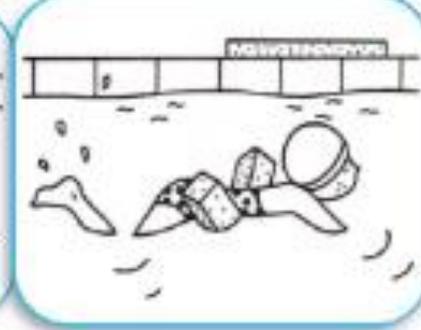
- Quand tout le monde est prêt, on va reprendre le bus et on rentre à l'école





Répertoire d'actions en images  
(voir aussi le projet pédagogique)





la ceinture

la frite

la perche

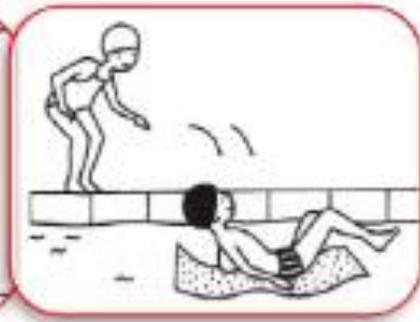
le cerceau

les objets  
lestés

les tapis

la ligne  
d'eau

la planche







SN

#### 4 - Ne faites aucune confiance aux matériels gonflables

Les risques sont la crevaisse, le basculement de l'enfant dû à l'étreinte de l'embarcation ou à ce terme, la prise dans les courants...



SN

#### 5 - Ne prenez ni alcool ni drogue

Cela entraîne une baisse de la vigilance, une mauvaise coordination, un allongement du temps de réaction et une distorsion des facultés visuelles et auditives.



SN

#### 6 - Ne nagez jamais seul, nagez à deux

Peu importe votre âge ou votre habilité, un réalisme peut toujours servir.



SN

#### 7 - Évitez les défis

Nager plutôt le long de la plage ou du rivage ce qui permettra de secourir et renvoyer plus vite à vous ou d'atteindre le rivage plus facilement.



SN

#### 8 - Si vous êtes pris dans un courant :

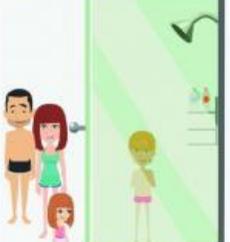
- Restez calme, gardez vos forces ! Le courant ne vous enfonce pas sous l'eau, mais il vous éloignera de rivage.
- Appelez à l'aide
- Demandez que l'on vous prête assistance en vous lançant un objet flottant.
- Ne tentez surtout pas de nager à contre-courant cela vous épuisera et vous mettra en danger de succion.
- Laissez-vous flotter en économisant vos forces et voyez si le courant vous transporte en eau peu profonde, ou déplacez-vous parallèlement à la plage en suivant l'orientation des vagues pour vous éloigner du danger d'arrachement.
- Vérifiez régulièrement votre position par rapport à un point de repère sur la plage afin de vous assurer de ne pas être pris dans un autre type de courant, comme un courant latéral.



SN

#### 9 - Ne jouer jamais au Sauveteur en tentant de secourir quelqu'un si vous n'avez pas les capacités. Avertissez les Sauveteurs !

# Les 9 règles d'or en piscine familiale

|  |   |  |
|--|---|--|
|   |                                     |   |
| <p><b>1 - Désignez un seul adulte responsable de la surveillance</b><br/>Lorsqu'on est plusieurs tout le monde est responsable mais personne ne surveille.</p>         | <p><b>2 - Prenez une douche savonnée</b><br/>vous ferez des économies au produit d'entretien.</p>                     | <p><b>3 - Préparez le matériel dont vous avez besoin</b><br/>serviette, boissons, crème, téléphone uniquement pour prévenir les secours...</p> |
|   |                                     |   |
| <p><b>4 - Ne pas courir</b><br/>Risques de chute grave.</p>  | <p><b>5 - Ne pas pousser</b><br/>Risques de chute sur le bord, risques de complication respiratoire...</p>            | <p><b>6 - Ne quittez jamais des yeux vos enfants</b><br/>quelques secondes suffisent pour une noyade.</p>                                      |
|   |                                   |   |
| <p><b>7 - Lorsqu'un enfant se baigne, soyez toujours à une distance d'un bras de l'enfant.</b><br/>Pour aider l'enfant à se redresser en cas de perte d'équilibre.</p> | <p><b>8 - Ne nagez jamais seul.</b><br/>peu importe votre âge ou votre habileté, un malin peut toujours survoter.</p> | <p><b>9 - Ne laissez pas d'objet flottant (susceptible d'attirer les enfants) et le bassin doit être totalement inaccessible</b></p>           |