

Accueil Scolaire

Piscine Tournesol - Bourgoin-Jallieu



Sommaire

- **Page 3** : Introduction
- **Page 4** : Déroulement du cycle, Travail en partenariat
- **Page 5** : Faire progresser les élèves
- **Pages 6, 7, 8** : Les observables
- **Pages 9 et 10** : Organisation de l'évaluation
- **Pages 11 et 12** : Problèmes à résoudre
- **Pages 13** : Une forme de progression en natation

Bonjour et bienvenue à la piscine Tournesol,

Ce document est là afin de vous rappeler le fonctionnement de l'établissement durant votre cycle de natation. Il vous rappelle les informations les plus importantes et doit bénéficier de vos retours pour continuer de répondre à vos attentes.

Introduction

Répartition dans les vestiaires :

Classe 1 et 1' (9h-9h40/14h-14h40) : Vestiaires de droite 1,2 et 3 (*côté Fille*) ; Chaussures étagère de gauche.

Classe 2 et 2' (9h40-10h20/14h40-15h20) : Vestiaires de gauche 1 et 2 (*côté Garçon*); Chaussures étagère de droite.

Classe 3 et 3' (10h20-11h/15h20-16h) : Vestiaires droite 1,2 et 3 (*côté Fille*) ; Chaussures étagères de gauche.

Les personnes accompagnants :

En dehors des enseignants, des MNS agréés, des parents agréés, et des **AVS/ATSEM**, toutes les autres personnes n'ont pas accès au bassin.

Les parents qui accompagnent la classe doivent attendre soit à l'accueil, soit au niveau des douches.

Pour des raisons d'hygiène, de sécurité et pour des raisons pédagogiques, leur présence au bord du bassin n'est pas autorisée.

Qui contacter ?

Les maîtres-nageurs sont vos interlocuteurs privilégiés (David, Doris et Jérémie) et sont à votre écoute pour vous permettre de construire au mieux le cycle de natation.

Vous pouvez contacter également :

.David Boulanger, chef de bassin, piscine de BJ : **06 43 58 65 38** ;
dboulanger@capi38.fr,

.Emeline BOIS, CPC EPS BJ1: Emeline.Bois@ac-grenoble.fr

Déroulement du Cycle

- **Début et fin :**

Le cycle commencera par une séance d'évaluation diagnostique (**voir doc « parcours évaluation »**). Le milieu du cycle sera un temps de parcours collectif du type « Natathlon », ensuite l'avant dernière séance, une évaluation terminale pour finir sur la dernière séance par le « Natathlon » (**voir doc « Natathlon »**).

- **L'évaluation :**

.En début de cycle : Une évaluation diagnostique permet d'observer les moyens mis en œuvre par l'élève lors d'un parcours adapté à tous les niveaux. Cette situation permettra de déterminer le niveau de chacun et d'en déduire les compétences qu'il devra acquérir. Nous utiliserons des élastiques de couleurs afin de visualiser l'appartenance à un niveau. En fin de séance, les élastiques seront récupérés et les niveaux seront indiqués sur le document « **Fiche de suivi de classe** » qui vous a été envoyée par mail avant la réunion de présentation du cycle. Ce système permet de ne pas avoir de document au bord du bassin et de faire circuler les élèves dans un parcours sans interruption dans le but d'augmenter le nombre de passage.

.En cours de cycle : les élèves seront évalués à l'aide des observables fournis pour chaque étape du **projet de bassin**. Les éléments recueillis permettront d'adapter l'action des enseignants et M.N.S aux besoins des élèves. Les élastiques seront mis à disposition sur demande.

.En fin de cycle : les élèves seront évalués (lors de l'avant dernière séance) suivant les protocoles définis dans le projet de bassin et selon les compétences définies dans l'attestation d'aisance aquatique ou dans le savoir nager en fonction du niveau de l'enfant. Les situations étant intégrées à un parcours, les élèves pourront passer plusieurs fois avant d'être évalués.

- **Un temps de pratique important**

Les séances sont de 40mn et sont rythmées par la cloche.

« La fréquence, la durée des séances et le temps d'activité dans l'eau sont des éléments déterminants pour assurer la qualité des apprentissages. »

Une réflexion sera conduite afin de limiter les « files d'attente » qui nuisent à la pratique en diminuant le temps d'action. Cette prise en compte se fera dans la conduite de l'ensemble des séances (évaluation comprise).



Un travail en partenariat

- **Quelles organisations?**

Lors de la première séance et de l'avant dernière, les MNS assistés des PE s'occuperont de l'évaluation. Les élèves iront tous dans le grand bain et sans aide à la flottaison.

Le reste des séances peut se faire sous différentes formes de travail :

- Des groupes de niveaux encadrés par le ou les PE et un ou des MNS
- Un groupe classe encadré par le MNS aidé du PE

Des bonnets de couleurs mettront en valeurs le niveau de chaque enfant :

- Bonnet Blanc pour les Crabes et les Têtards
- Bonnets Jaunes pour les Grenouilles
- Bonnets Noirs pour les Poissons

Faire progresser les élèves

- **Informations pédagogiques :**

La valorisation de l'enfant se fera par sa réussite à différentes tâches proposées par le référent. Ces tâches seront le reflet du niveau d'action de l'enfant et lui permettront de progresser (passer du terrien à l'être aquatique). Nous essaierons de l'amener à retrouver le plaisir intrinsèque de la réussite en limitant les interactions extrinsèques. Nous nous appliquerons à donner du sens aux apprentissages en rappelant **régulièrement l'objectif de la tâche et ce qui est à apprendre**. Dans ce sens, seul le critère de réussite sera communiqué afin de rendre autonome l'élève dans son évaluation et dans sa valorisation.

Attention aux critères de réalisation qui peuvent perturber le geste naturel de l'enfant et peuvent empêcher la remontée d'un nouveau schéma moteur plus en adéquation avec le corps de l'apprenant/chercheur.

➡ Le comportement de l'enfant est la décision qu'il vient de prendre pour atteindre son objectif.

- **L'ordre d'apprentissage :**

Un certain nombre de passages obligés existe afin de construire durablement et de façon entière le nageur.

Corps Flottant

Accepter et découvrir le milieu

Perte des appuis plantaires, découverte de la surface

Immersion, exploration de la profondeur

La flottaison, restée au fond, remontée passive

L'orientation par la tête pour choisir sa forme

Sauts du bord, le repérage, vers une position horizontale maintenue

} Primaire

Corps projectile

Bascule, chute, plongeon

Corps propulseur

Les déplacements en largeur,

La respiration par le dos alterné

Les ondulations par la tête

Les déplacements sur 50m

NIVEAU CRABE Construire le Corps flottant		OBSERVABLES		Hypothèses (liste non exhaustive)	Comment progresser : Si la tâche est adaptée au niveau d'action de l'élève, elle sera réussie.
		L'élève réussit	L'élève ne réussit pas		
PERTE DES APPUIS PLANTAIRES	Entrer dans l'eau et sortir par le mur	L'enfant entre dans l'eau par le mur, il est capable de mettre les épaules dans l'eau, se tenir avec le bout des doigts et ressort tout seul.	L'enfant refuse d'entrer dans l'eau. Il se met en retrait, Il pleure. Il est bloqué.	Peur de l'eau / piscine Peur des parents Peur de ce que l'on va me demander Peur de ce qu'il imagine être dans l'eau Peur de ne pas être capable de ressortir de l'eau Peur de couler	Expliquer ce qu'on attend de lui : descendre et s'accrocher au mur avec les épaules dans l'eau et seulement cela puis ressortir de l'eau. - Refaire un tour du bassin, hors de l'eau, en regardant dans celle-ci pour se repérer. - Questionner sur les raisons, ce qu'il imagine, ce qu'en disent ses parents. - L'aider à se tenir au bord en l'aidant à descendre dans l'eau (assis, puis plat ventre et se laisser glisser dans l'eau en se tenant à la « goulotte », puis ressortir au même endroit et recommencer. - Enfin progresser le long du mur jusqu'au signal pour sortir de l'eau
	Se déplacer le long du mur de différentes façons (Grand bain)	Il met les épaules dans l'eau et accepte de se déplacer de différentes façons. (dos, flanc, toupille,...)	Il reste bloqué à l'endroit où il est. Il avance par petit pas. Il reste bloqué à chaque obstacle rencontré. Il ne change pas de position	Peur de lâcher le bord, Il n'a pas construit ses repères Peur de tomber et couler	- Proposer des déplacements qu'il maîtrise - Au mur, essayer de toucher avec toutes les surfaces du corps la paroi - Observer les camarades et essayer de faire à l'identique
	Passer par les câbles (Grand bain)	L'enfant accepte le parcours entier.	L'enfant bloque au passage du câble Grand Bain et du pont de singe.	Peur de couler Peur de perdre « l'équilibre » Veut garder un appui « solide » avec les pieds A peur du milieu du bassin A peur de ne pas savoir revenir si difficultés Ne fait pas confiance aux câbles pour le tenir N'accepte pas que « ça bouge » Peur des autres sur le câble Ne sait pas ce qu'il y a sous lui	Sur le pont de singe : - Le faire passer seul ou bien à distance des autres - Lui faire refaire un tour avant de revenir aux câbles - Revenir sur la corde orange du grand bain avec l'aide en début et fin de parcours - Revenir à l'étape antérieure qui est de travailler le long du mur sur des déplacements différents (petits mouvements, grands mouvements, sur le côté, de dos, en toupie, en croisement, rapide, en arrière, etc.) Sur le câble seul : - Le faire seul - Revenir au parcours pont de singe et câble orange
IMMERSION	Mettre la tête dans l'eau (Grand bain)	L'élève accepte de s'immerger totalement	L'enfant refuse de s'immerger, Il met la bouche et redresse la tête, Il met le visage mais se redresse en se grattant les yeux	Peur de se remplir Peur d'avoir mal aux yeux Peur d'avoir mal au nez Obéit aux parents	- Faire des essais sur bouche ouverte dans l'eau - Prendre de l'eau et la recracher - Mettre l'oreille dans l'eau et expliquer que l'eau rentre et ressort (c'est la même chose pour la bouche) - Autoriser à se pincer le nez (dans un premier temps) - Faire fermer les yeux - Revenir à l'étape du parcours câbles avec les différents déplacements
	S'immerger en surface (Grand bain)	L'élève est capable de se déplacer 10'' en apnée (ne pas expirer l'air)	L'élève ne s'immerge pas totalement, Il refuse de s'immerger partout	L'étape d'avant passer trop vite Apnée trop courte Peur du fond	- Essayer de lui proposer les tâches précédentes (parcours) - Le mettre en confiance, lui laisser du temps - Le valoriser en comptant sur place - Lui proposer d'un point A à B - Travail le temps d'apnée sans bouger
RESULTAT OBSERVABLE SUR LA FIN DU NIVEAU CRABE : Etre capable de se laisser flotter (verticalement) en grande profondeur sans bouger pendant 10 '' et de nager 5m sans appui.					

NIVEAU GRENOUILLE Eprouver le Corps Flottant		OBSERVABLES		Hypothèses (liste non exhaustive)	Comment progresser : Si la tâche est adaptée au niveau d'action de l'élève, elle sera réussie.
		L'élève réussit	L'élève ne réussit pas		
IMMERSION	Aller au fond du bassin (garder son volume d'air)	L'élève est capable d'aller toucher le fond à une profondeur égale ou supérieure à la taille de l'enfant	Ne lâche pas le mur, l'échelle, le camarade pour descendre L'élève descend mais remonte aussi vite	N'arrive pas à contrer la poussée d'Archimède Capacité apnéique trop faible A peur ne pas pouvoir remonter (être aspiré) Peur de s'étouffer	-Faire des apnées horizontales mesurées et prendre conscience que cette distance est transférable en verticale -Commencer par toucher le fond a des endroits accessibles par les enfants -Refaire le parcours en essayant de toucher le fond avec les pieds -Refaire l'échelle avec comme objectif d'atteindre les pieds du camarade
	Rester au fond sans bouger Que se passe-t-il ??	L'élève est capable de se lâcher au fond et ne pas bouger	L'élève descend mais ne lâche pas le camarade. Il remonte en nageant	Ne sait pas qu'il flotte Peur de rester au fond Temps d'apnée trop faible	-Retravailler des situations pour toucher le fond dans le petit bassin (genou, fesse, coude, ventre, dos...) -Développer le temps d'apnée statique -Travailler les positions statiques à la surface -Revenir à l'étape d'avant
REMONTEE PASSIVE	Accepter la remontée passive	Le temps de remontée est plus long que le temps de descente	L'élève remonte vite, il n'accepte pas le temps de remontée passive		
	Changer de forme	Accepte de passer de la verticalité à l'horizontalité Passer du ventral au dorsal Tenir 20'' sans bouger	L'élève n'accepte pas de changer de forme, Il bouge sans arrêt,	Il a besoin de se tenir Ne sait pas qu'il flotte Ne sait pas reprendre de l'air	-Dans un premier temps accepter qu'il se tienne -Revenir à l'étape de remontée passive -Faire comprendre que c'est la tête le gouvernail pour choisir une forme
ENTRER DANS L'EAU	Saut	L'enfant est capable de sauter pour toucher le fond du bassin, il accepte différent saut. (avant, arrière, vrille)	L'enfant refuse le saut, L'enfant saute vers le bord, L'enfant écarte les bras et jambes quand il saute	Peur de ne pas remonter Peur de la chute Ne sait pas revenir seul au bord	-Revenir sur les remontées passives -Faire sauter du côté de la piscine avec une aide (perche) pour revenir au bord, puis sans et enfin en se laissant remonter sans bouger -Retourner au travail de statut et de descente au fond de la piscine sur le parcours.
AUTONOMIE	Déplacement	L'enfant est capable de se déplacer en autonomie avec reprise d'air	L'enfant a besoin de s'arrêter pour respirer, Il s'appuie au mur, à la corde	Peur de s'éloigner des points d'ancrage (mur, corde, etc...)	Le corps flottant n'est pas maîtrisé, -Revenir aux étapes précédentes -Travailler sur la nage en immersion pour comprendre que ça remonte -Lui donner confiance en lui montrant qu'il est capable d'y arriver (travail en largeur plutôt que près du mur)
RESULTAT OBSERVABLE SUR LA FIN DU NIVEAU GRENOUILLE : Etre capable de sauter dans le grand bain en touchant le fond, se laisser remonter, nager sur la largeur du bassin (aisance aquatique)					

NIVEAU POISSON Construire le corps projectile-propulseur		OBSERVABLES		Hypothèses (liste non exhaustive)	Comment progresser : Si la tâche est adaptée au niveau d'action de l'élève, elle sera réussie.
		L'élève réussit	L'élève ne réussit pas		
ENTREE DANS L'EAU	Chute	L'élève accepte l'entrée par la nuque	L'élève tombe sur le côté. Il écarte les mains quand il tombe Il se redresse	Peur de chuter en arrière Peur de ne pas contrôler son corps Schéma corporel non construit Peur de « boire la tasse » Peur car ne possède plus de repères visuels	<ul style="list-style-type: none"> - Faire des roulades sur un tapis - Refaire des roulades petit bain - Faire des roulades tapis dans l'eau - Vérifier les étapes « Grenouille » - Se mettre par 2 pour le faire - Augmenter la hauteur progressivement des chutes
	Plongeon	L'élève est capable de plonger et d'atteindre les 5m sans rien faire Conserver l'alignement du plongeon construit en l'air	L'élève relève la tête lors du saut L'élève se redresse lors d'un plongeon, il entre par les pieds	Peur de la chute N'a pas construit l'espace avant Temps d'apnée	<ul style="list-style-type: none"> - Refaire des situations de Grenouille avec les yeux fermés - Revenir sur la remontée passive - Temps d'immersion trop court - Revenir sur l'étape des chutes - Notions d'impulsion = vitesse
NAGE VENTRALE	Crawl	Il nage la tête sous les bras Menton rentré	Il nage la tête relevée	Respiration non adaptée Corps projectile non construit	<ul style="list-style-type: none"> - Revenir sur l'étape du plongeon - Revenir sur du repérage - Travailler la respiration aquatique - Demander de nager lentement avec de grands mouvements - Travail en simultané = schéma moteur plus simple
	Respiration adaptée	Il est capable de tourner la tête pour respirer et ne s'arrête pas	Il relève la tête pour prendre de l'air Il s'arrête pour respirer	Respiration non adaptée Corps projectile non construit	<ul style="list-style-type: none"> - Nager ventralement et s'arrêter pour prendre de l'air - Travailler le passage ventre-dos, prendre de l'air - Rester sur le ventre sans relever la tête - Nager lentement avec des grands mouvements
NAGE DORSALE	Equilibre dorsale	L'élève est capable de s'allonger 30'' bras au-dessus de la tête	L'élève n'accepte pas l'équilibre dorsal	Peur du déséquilibre Peur d'avoir de l'eau sur le visage et le nez	<ul style="list-style-type: none"> - Travailler la position sur un tapis - S'aider d'un objet flottant dans un premier temps puis l'enlever (pull boy) - Mettre les pieds au-dessus du mur - Se mettre par 3 et se faire aider des camarades
	Dos crawlé	L'élève nage le dos Menton relevé	L'élève n'arrive pas à nager sur le dos. Il s'arrête au bout de quelque mètre	Problème de posture Positionnement de la tête peu ou pas assez relevée	<ul style="list-style-type: none"> - Refaire des plongeurs en arrière - Refaire des équilibres en arrière - Commencer en nage simultanée
RESULTAT OBSERVABLE SUR LA FIN DU NIVEAU POISSON : Etre capable de sauter en arrière, passer sous un obstacle, nager sur 20m (savoir nager scolaire).					

EVALUATION INITIALE/TERMINALE (voir doc « *Parcours évaluation* »)

SIGNIFICATION ET CODE DES COULEURS DE BRACELETS :

- BRACELET Rouge = Au grand bain, nager 5 mètres, allongé en tenant le mur avec une main, visage dans l'eau et sans taper des pieds.
- BRACELET Vert = Enchaînement avec reprise d'appuis possible : toucher le fond du GB grâce à une perche, se laisser remonter en boule, puis se laisser flotter en statue.
- BRACELET Jaune = Enchaînement sans reprise d'appuis : Saut avec remontée passive, flèche ventrale 10s puis 10s sur le dos.
- BRACELET ROSE = Je sais sauter pour toucher le fond dans le grand bain et traverser en largeur la piscine,
- BRACELET Bleu et Orange = Je valide le test de l'aisance aquatique et ou l'ASSN.

DENOMINATION ET AXE DE TRAVAIL :

BRACELET Rouge (CRABE) NIVEAU 1 : AXES DE TRAVAIL

- DEPLACEMENT AVEC ANCRAGE (PERTE D'APPUIS)
- IMMERSION COURTE

OBJECTIF de FIN DE CYCLE :

ETRE CAPABLE DE SE LAISSER FLOTTER 10'' EN GRANDE PROFONDEUR + SE DEPLACER SUR 5 M

BRACELET Vert + Jaune (GRENOUILLE) NIVEAU 2 : AXES DE TRAVAIL

- IMMERSION LONGUE (VERS LE FOND)
- REMONTEE PASSIVE
- SAUT
- EQUILIBRE VENTRAL / DORSALE
- DEPLACEMENT AUTONOMIE

OBJECTIF de FIN DE CYCLE : Réussir le test « aisance aquatique »

BRACELET ROSE (POISSON) NIVEAU 3 : AXES DE TRAVAIL

- PLONGEON
- NAGE ALTERNEE (VENTRAL / DORSAL)
- RESPIRATION
- REPERAGE
- ENCHAINEMENT DE TACHES

OBJECTIF FIN DE CYCLE : Valider l'ASSN

PARCOURS D'ÉVALUATION INITIAL ORGANISÉ COMME UNE SÉANCE

Un cerceau dans la partie « petit bain » sera le point de départ de l'évaluation

OBJECTIF ; DECOUVRIR, EXPLORER ET DÉVELOPPER DES HABILITÉS DANS LE MILIEU AQUATIQUE

- 1- **ENTRER et SORTIR DE L'EAU PLUSIEURS FOIS « SI NECESSAIRE »** (dans le grand bain et sans échelle), ON PEUT CONTINUER À SE TENIR AU BORD MAIS IL FAUT METTRE LES ÉPAULES DANS L'EAU. Si difficultés remettre un bracelet Rouge (groupe Crabe).
- 2- **SE DÉPLACER PLUSIEURS FOIS EN FAISANT LE TOUR DU BASSIN DANS L'EAU (OU D'ÉCHELLE À ÉCHELLE SI DEUX CLASSES). LES ÉLÈVES SE DÉPLACENT AVEC OU SANS ANCRAGES (DÉPLACEMENT LIBRE).**
- 3- **DEMANDER AUX ÉLÈVES DE DESCENDRE À LA PERCHE ET DE REMONTER SANS BOUGER, LES MAINS SUR LA TÊTE EN LACHANT LE BORD : « SI LES ÉLÈVES N'Y ARRIVENT PAS, BRACELET ROUGE (CRABE). SI LES ÉLÈVES REUSSISSENT LA TÂCHE, DONNER UN BRACELET VERT (TÉTARD). »**
- 4- **TOUS LES ÉLÈVES AYANT UN BRACELET VERT VONT DEVOIR RÉALISER UN ENCHAÎNEMENT DE TÂCHE : Saut avec remontée en boule puis flèche dorsale 10s. En cas de réussite, lui remettre un bracelet jaune (Groupe Grenouille).**
- 5- **TOUS LES ÉLÈVES AYANT UN BRACELET JAUNE VONT DEVOIR RÉALISER UN PARCOURS AVEC UNE SUCCESSION DE TÂCHE ; (SAUT, REMONTEE PASSIVE, NAGER SUR LE VENTRE POUR TRAVERSER LA PISCINE). LES AUTRES RESTERONT SUR UN PARCOURS PLUS ADAPTE. « SI L'ÉLÈVE REUSSIT LA TÂCHE, LUI DONNER UN BRACELET ROSE (POISSON), POUR CEUX QUI N'Y ARRIVENT PAS, CONSERVER SA COULEURS DE BRACELETS (GRENOUILLE)».**

Problèmes	Hypothèses (liste non exhaustive)	Comment progresser
Niveau CRABE : N'entre pas dans l'eau	<ul style="list-style-type: none"> - Peur de l'eau - Peur de la piscine - Peur des parents - Peur de ce qu'on va me demander - Peur de ce qu'il imagine être dans l'eau - Peur de ne pas être capable de ressortir de l'eau - Peur de couler 	<p>Expliciter ce qu'on attend de lui : descendre et s'accrocher au mur avec les épaules dans l'eau et seulement cela puis ressortir de l'eau.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Refaire un tour du bassin, hors de l'eau, en regardant dans celle-ci pour se repérer. - Questionner sur les raisons, ce qu'il imagine, ce qu'en disent ses parents. - L'aider à se tenir au bord en l'aidant à descendre dans l'eau (assis, puis plat ventre et se laisser glisser dans l'eau en se tenant à la « goulotte », puis ressortir au même endroit et recommencer. - Enfin, progresser le long du mur jusqu'au signal pour sortir de l'eau
Ne passe pas sur les câbles	<ul style="list-style-type: none"> - Peur de couler - Peur de perdre « l'équilibre » - Veut garder un appui « solide » avec les pieds - A peur du milieu du bassin - A peur de ne pas savoir revenir si difficultés - Ne fait pas confiance aux câbles pour le tenir - N'accepte pas que « ça bouge » - Peur des autres sur le câble - Ne sait pas ce qu'il y a sous lui 	<p>Sur le pont de singe :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le faire passer seul ou bien à distance des autres - Lui faire refaire un tour avant de revenir aux câbles - Revenir sur la corde orange du grand bain avec l'aide en début et fin de parcours - Revenir à l'étape antérieure qui est de travailler le long du mur sur des déplacements différents (petits mouvements, grands mouvements, sur le coté, de dos, en toupie, en croisement, rapide, en arrière, etc.) <p>Sur le câble seul :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le faire seul - Revenir au parcours pont de singe et câble orange
Ne met pas la tête dans l'eau	<ul style="list-style-type: none"> - Peur de se remplir - Peur de se noyer - Peur d'avoir mal aux yeux - Peur d'avoir mal au nez - Obéit aux parents 	<ul style="list-style-type: none"> - Faire des essais bouche ouverte dans l'eau - Prendre de l'eau et la recracher - Mettre l'oreille dans l'eau et expliquer que l'eau rentre et ressort (c'est la même chose pour la bouche) - Autoriser à se pincer le nez (dans un premier temps) - Faire fermer les yeux - Revenir à l'étape du parcours câbles avec les différents déplacements
Niveau GRENOUILLE : Ne va pas au fond	<ul style="list-style-type: none"> - N'arrive pas à contrer la poussée d'Archimède - Capacité apnéique trop faible - A peur ne pas pouvoir remonter (être aspiré) - Ne lâche pas le mur, l'échelle, le camarade - Peur d'être attiré au fond - Ne met pas encore la tête dans l'eau - Ne sais pas qu'il flotte 	<ul style="list-style-type: none"> - Faire des apnées horizontales mesurées et prendre conscience que cette distance est transférable en verticale - Passer sous les bras du camarade (augmenter le temps d'immersion horizontale) - Refaire le parcours en essayant de toucher le fond avec les pieds - Refaire l'échelle avec comme objectif d'atteindre les pieds du camarade - Retravailler sur les remontées passives (descendre rapidement le long du copain et se laisser remonter sans bouger) - Réessayer de faire la statue en surface.
N'ose pas sauter dans l'eau	<ul style="list-style-type: none"> - Peur de ne pas remonter - Peur de la chute 	<ul style="list-style-type: none"> - Revenir sur les remontées passives

	<ul style="list-style-type: none"> - Ne sais pas revenir seul au bord 	<ul style="list-style-type: none"> - Faire sauter du côté de la piscine avec une aide (perche) pour revenir au bord, puis sans et enfin en se laissant remontée sans bouger - Retour au travail de statut et de descente au fond de la piscine sur le parcours.
<p>Niveau POISSON :</p> <p>L'élève relève la tête lors du saut</p> <p>L'élève se redresse lors d'un plongeon, il entre par les pieds</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Peur de la chute - N'a pas construit l'espace avant - Ne dissocie pas le placement de la tête avec les mouvements du reste du corps 	<ul style="list-style-type: none"> - Refaire des situations de Grenouille avec les yeux fermés - Revenir sur la remontée passive - Faire nager sous l'eau - Vérifier les acquis terrestres (roulade sur tapis avant et arrière)
<p>Ne reste pas sur le dos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Peur de chuter en arrière - Peur de ne pas contrôler son corps - Schéma corporel non construit - Peur d'avoir de l'eau sur le visage - Peur de « boire la tasse » 	<ul style="list-style-type: none"> - Travailler sur la tête « gouvernail » du corps (je regarde dans l'eau et mon corps s'allonge, je regarde sur le côté et je « tourne », je lève la tête et je me redresse, etc.) - Travailler la position sur un tapis, dans la pataugeoire - Travailler les yeux fermés et en apnée - Faire mmmm (bouche fermée dire hum) - Refaire des situations dans lesquelles on doit crier sous l'eau, faire la grimace pour ouvrir les yeux et la bouche - Dans le petit bain, expérimenter le nager sous l'eau sur le dos - Refaire des jeux de placements dans le petit bain (toucher le fond avec les mains, les genoux, le fesses, le dos, la nuque, s'asseoir au fond, s'allonger au fond, etc.) - Se mettre par 2 pour le faire - Repasser par les chutes et imposer une forme pour remonter passivement (un pied en l'air, sur le dos, les 2 pieds en premiers, etc.)
<p>L'élève nage tête hors de l'eau</p>	<ul style="list-style-type: none"> - N'arrive pas à tenir le rythme - N'accepte pas l'immersion - Ne veut pas abimer sa permanente - A mal aux yeux 	<ul style="list-style-type: none"> - Travailler le passage ventre/dos et dos/ventre sur place - Revenir sur la flèche avec expiration complète - Refaire des flèches sur le dos - Nager sur le ventre et passer sur le dos pour respirer - Faire le dauphin (prise d'air puis aller toucher le fond, remonter et reprendre de l'air en avançant puis replonger, etc.) - Révérer les étapes antérieures (immersions, profondeur, flottaison)

Progression en Natation

Tests	Corps Flottant (poumons pleins)	Niveau	Paliers	Corps Projectile (poumons pleins)	Niveau	Paliers	Corps Propulseur (avec expiration puis échange ventilatoire)	Niveau	Paliers	
	Tenir en position verticale sans bouger 10', à l'horizontale V et D 10', puis le plus longtemps possible en verticale (3 échanges ventilatoires)	Grenouille	10	Plongeurs D (entrée par le front)	Poisson	16	50m V et D et ventilation alternée	ASSN	22	
	se redresser de la position allongé à la position verticale en ramenant les genoux.		9			Plongeurs V (entrée par la nuque)				15
	Sauts pour toucher le fond (de la position assise, debout, en faisant un demi-tour, en arrière, les bras le long du corps, bras tendus au dessus de la tête, etc.)		8							
	Choisir sa forme par la tête (flèche V puis D, bras le long du corps puis au dessus de la tête, passer du ventre au dos et du dos au ventre en utilisant que la tête, etc.		7							
Saut + Flotaison V/D + Coulée V + largeur	Remontée passive: échelle humaine, perche, échelles etc. Descendre rapidement pour remonter lentement.		6	Entrer loin dans l'eau (impulsion)			14			
10" sans bouger	Rester au fond: possible? Si sans bouger? Que ce passe-t-il? Travail de la statut (mains sur la tête, bras au dessus de la tête, bras le long du corps, etc.) 10' sans bouger.		5			Ondulations par la tête (Entrée par la nuque et sortie par le front en s'ejectant vers le haut)				20
Remontée passive	Immersion en profondeur: aller toucher le fond (taille de l'enfant plus sa longueur de bras) en se poussant du mur, de la perche, d'une ligne d'eau, en Echelle Humaine, etc.	4	Chutes avant avec sortie vers l'avant en conservant sa posture		13			Dos alterné pour la respiration	19	
Perche Toucher le fond	Se déplacer en immersion totale avec ou sans appuis au mur (5m ou 5'), passer sous les lignes d'eau, d'un coté et de l'autre de la ligne d'eau, de plots en plots, avec le moins de respiration, etc. Il faut tendre vers 10' d'apnée	3		Coulée V du mur (tête dans l'eau bras tendus au dessus de la tête travail de la posture indéformable		12	Déplacements D par les bras avec l'arrêt bras dans le prolongement du tronc et retour aérien rapide			18
5m	Immersion de surface (prendre de l'eau avec la bouche, mettre l'oreille dans l'eau et constater qu'on ne se remplit pas, ouvrir la bouche sous l'eau, crier sous l'eau, se faire des grimaces, etc.)	2								
Cerceau	Se déplacer le long du mur (sans avoir pied) en recherchant une grande diversité de contact de parties du corps avec le mur (ventre, flancs, dos, en toupies, lentement, rapidement, petits mouvements, grands mouvements, en se croisant, etc.)	1	Grenouille	11						