Centre Aquatique Camille Muffat

Circonscription de Meyzieu-Décines

Projet Natation CM1

« Réaliser une performance optimale, mesurable à une échéance donnée »

B. BEAUBREUIL BPJEPS AAN – S. MANOT BEESAN – F. DELAY-GOYET CPC EPS et toute l'équipe du Centre Aquatique

V2 Mai 2022

SOMMAIRE

1- Les enjeux d'apprentissage **3**
a- Une compétence à développer 3
b- Un vrai projet de classe avant, pendant et après la séance de piscine 4

2- Un travail en partenariat **5**

3- Sécurité passive et sécurité active des élèves **6**

4- L'unité d'apprentissage **7**
a- Objectifs d'apprentissage 7
b- Déroulement du module 8

5- Annexes **17**

Projet téléchargeable ici : https://meyzieu-decines.circo.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article384

1- LES ENJEUX D'APPRENTISSAGE

a- Une compétence à développer :

« Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée »

- Permettre à l'élève de se doter d'habiletés motrices pour nager et ainsi réaliser, au moment voulu et de manière stable, sa performance optimale.
- Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer, les traduire en représentations graphiques.

b- Un vrai projet de classe avant, pendant et après la séance de piscine :

→ POUR QUOI FAIRE ?

En CM1, le travail en classe **avant/après** la séance est **indispensable** car il permet :

- **De gagner du temps d'activité** à la piscine : les élèves connaissent le dispositif, les règles, savent ce qu'ils ont à faire.
- D'aider les enfants à **mieux apprendre** en EPS : repérer ce qu'il est possible de faire, ce qu'ils ont fait, ce qu'ils se sentent capables d'essayer…
- D'aider les enfants à **apprendre dans d'autres disciplines** : langage, mathématiques…

Polyvalence PAR l'EPS		**Polyvalence POUR l'EPS**
Les séances de piscine sont un MOYEN de **donner du sens** à d'autres disciplines : langage, lecture, sciences…	→ ←	On utilise les outils d'autres disciplines pour **favoriser les apprentissages en EPS** : langage, maths…

Source I. MARTINEZ CPC Annecy

→ COMMENT FAIRE ?

Avant la piscine :
Choisir ce que l'on va essayer (entrée, immersion, déplacement). Se rappeler le déroulement de la séance. Etablir les binômes.

Après la piscine :
Repérer ce que l'on a réussi. Noter sa performance. Comparer sa performance avec ses performances précédentes. Faire le lien entre sa manière de nager et ses performances.

→ LE CAHIER DU NAGEUR :
L'apprentissage étant réparti sur 5 ans (GS, CP, CE1, CE2, CM1), l'idéal est d'avoir un **cahier du nageur** (ou cahier d'EPS) qui accompagne l'enfant sur ces 5 années. A défaut, un cahier du nageur ou d'EPS annuel permet de conserver les traces écrites, dessins, projets… de l'enfant, il est un support de langage, et il aide à l'information des familles (lien école/famille).

Le cahier du nageur en version Word est téléchargeable ici :

https://meyzieu-decines.circo.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article284

2- UN TRAVAIL EN PARTENARIAT

Le professeur des Ecoles :
- Il conseille, oriente le travail des élèves.
- En collaboration avec le maître-nageur, il régule le déroulement des séances et de l'unité d'apprentissage.
- Il assure un rôle de sécurité.
- Il assure avec ses élèves les temps d'AVANT et APRES* séances.
- Il peut aller dans l'eau.

******Ce temps est indispensable*** *pour une meilleure efficience des enseignements et afin d'assurer une* ***sécurité active*** *plus efficace.*

Le Projet Pédagogique

Document de référence qui permet d'assurer la cohérence des rôles et des interventions

Le maître-nageur enseignant :
- Il conseille, oriente le travail des élèves.
- Il aide à l'évaluation des capacités des élèves.
- Il assure un rôle de sécurité.
- En collaboration avec le PE il régule le déroulement des séances et de l'unité d'apprentissage.
- Il peut aller dans l'eau.

Le maître-nageur de surveillance :
- Sa présence est indispensable.
- Il ne s'occupe que de la sécurité.
- Il doit rester sur sa chaise.

Les AVS/AESH :
- Ils peuvent aller dans l'eau.
- Ils ne s'occupent que de l'élève dont ils ont la charge.

Référence : Note de service du 28-2-2022

3- SECURITE PASSIVE ET ACTIVE DES ELEVES

Sécurité passive

Les règles, l'organisation, le dispositif matériel, la surveillance humaine (adultes)

Sécurité active

Les élèves : leurs connaissances, leur formation

La sécurité passive, qui consiste à éliminer tous les facteurs de risque, doit être recherchée au maximum. Mais attention, elle **ne rend pas** les élèves autonomes, ils restent **dépendants des actions des adultes** pour être en sécurité.

Il faut donc également penser **une sécurité active**, qui permette aux élèves de **connaître** les règles, dispositifs, les tâches à effectuer, **d'identifier les facteurs de risque**, de **se connaître** (connaître leurs limites) pour être capables à tout moment **d'agir en fonction** de leurs capacités, du milieu, et des « circonstances » extérieures (partenaires, dispositif…).

L'objectif est de permettre à l'élève, **en fin de scolarité**, d'accéder à **une gestion autonome du risque : c'est une éducation à la sécurité.**

Pour les détails *Cf* Annexe n°1.

4- L'UNITE D'APPRENTISSAGE

a- Objectifs d'apprentissage :

En fin de module, chaque élève doit être capable de réaliser une performance sur une distance choisie (25, 50, 75 ou 100 m), en choisissant son entrée dans l'eau et son/ses déplacement(s) les plus efficaces.

Ceci implique les apprentissages suivants :

CAPACITES	CONNAISSANCES	ATTITUDES
Equilibration : Savoir se profiler (corps aligné et tonique) pour répondre aux contraintes des situations **Propulsion :** Mettre en œuvre une propulsion efficace qui utilise très majoritairement les bras **Respiration :** Construire une organisation respiratoire qui permet de nager longtemps ou d'aller « loin » sous l'eau **Information :** Commencer à utiliser des informations autres que visuelles (essoufflement…)	**Connaissance de soi :** - Identifier ses points forts et ses points faibles. Comprendre l'intérêt d'améliorer aussi les points faibles - Choisir un projet adapté à ses ressources - Situer sa performance et ses progrès par rapport à des repères externes (distance surtout) - Relier ces repères externes à des informations personnelles (essoufflement, impression de difficulté au cours de la tâche…) - Mettre en relation manières de faire personnelles et performance produite **Connaissance des règles et du cadre de fonctionnement :** - Connaître les règles de fonctionnement, de sécurité - Connaître les repères extérieurs STABLES grâce auxquels l'élève peut prélever de l'information sur ce qu'il réalise (plots de couleur, repères placés sur les lignes d'eau, repères sur le bâti (poutres, éléments particuliers, etc.)) - Utiliser des outils de mesures simples pour évaluer sa performance **Connaissance des autres et du milieu** - Connaître les grands principes régissant propulsion, respiration, équilibre et prise d'informations et qui permettent d'être efficaces - Comprendre que le dosage de mon effort est un point important de ma réussite pour un effort long	**Par rapport à l'effort et aux résultats obtenus** : - Accepter les efforts nécessaires pour progresser et pour résoudre les difficultés rencontrées, accepter la répétition tout en respectant ce qu'il y a à faire - Se concentrer sur ses efforts et ne pas être « aspiré » par la performance - Etre capable de travailler même en autonomie - Accepter d'être pour un temps en difficulté, ne pas se contenter de ce que l'on sait faire **Par rapport aux autres :** - Ne pas hésiter à solliciter l'aide de l'adulte et d'un camarade qui semble plus à l'aise - Proposer son aide à un camarade que l'on pense pouvoir aider **Par rapport aux règles et au cadre de fonctionnement :** - Appliquer les règles de sécurité et de fonctionnement (respect des tours de passage, de la zone de travail, etc.) et faire respecter ces mêmes règles

Adapté de : Equipe Départementale EPS

b- Déroulement du module :

Découverte S1 et S2	Référence S3	Structuration 1 S4 à S8	Bilan intermédiaire S9	Structuration 2 S10 à S14	Bilan Final S15	Réinvestissement S16
DISPOSITIF 1	**DISPOSITIF 1**	**DISPOSITIF 2**	**DISPOSITIF 1**	**DISPOSITIF 1**	**DISPOSITIF 1**	**DISPOSITIF 1**
Les élèves découvrent les dispositifs. Ils testent les différentes manières de nager, d'entrer dans l'eau, de s'immerger et de respirer.	Les élèves nageurs établissent leur distance de référence (qui correspond à la distance maximale qu'ils peuvent nager sans se tenir au mur) : 25, 50, 75 ou 100 m. Pour les non nageurs la distance est obligatoirement de 25 m (frite ou appuis autorisés pour eux).	Travail d'entrées dans l'eau, d'équilibre et de respiration, pour : - améliorer sa façon de nager, de respirer, de rentrer dans l'eau - mieux gérer son effort dans la durée Parfois, possibilité de se chronométrer sur sa distance de référence pour voir où on en est, ou tester d'autres façons de nager	Les élèves se chronomètrent plusieurs fois sur leur distance de référence	Travail de déplacement et d'entrées dans l'eau, pour : - améliorer sa façon de nager, de respirer, de rentrer dans l'eau - mieux gérer son effort dans la durée Parfois, possibilité de se chronométrer sur sa distance de référence pour voir où on en est, ou tester d'autres façons de nager	Les élèves se chronomètrent plusieurs fois sur leur distance de référence Ils mesurent leurs progrès par rapport à S9	Utilisation des compétences acquises pour réaliser des ateliers ludiques

Découverte (séances 1 et 2)

OBJECTIF **BUT**	- Découvrir le dispositif et ce qu'on peut y faire. - Respecter les règles d'or et de fonctionnement. - Choisir son entrée et son déplacement, essayer plusieurs fois.
DISPOSITIF **Dispositif 1** : 4 lignes d'eau de 25 m *(Cf plan pages suivantes)* **CRITERES DE REUSSITE** - Respecter les règles d'or et de fonctionnement - Tester au moins 2 E, 2 D, 2 I	**DEROULEMENT, CONSIGNES** **En classe avant chaque séance :** - Avant la séance 1 : réviser les règles d'or à la piscine. - Avant la séance 2 : repérer toutes les façons d'entrer dans l'eau et de nager sur le tableau des tâches. **A la piscine :** - Séance 1 : Entrées et déplacements au choix, répéter plusieurs fois. Essayer déplacement ventral et dorsal. - Séance 2 : Essayer les entrées et les déplacements les plus difficiles pour soi. **En classe après la séance :** - Après la séance 2 : Repérer ce qu'on a réussi plusieurs fois sur les tableaux de tâches.

► Cahier du nageur ► Tableaux des tâches

Référence (séance 3)

BUT	Etablir sa distance de référence (25, 50, 75 ou 100 m), sur laquelle on se chronométrera durant le module.

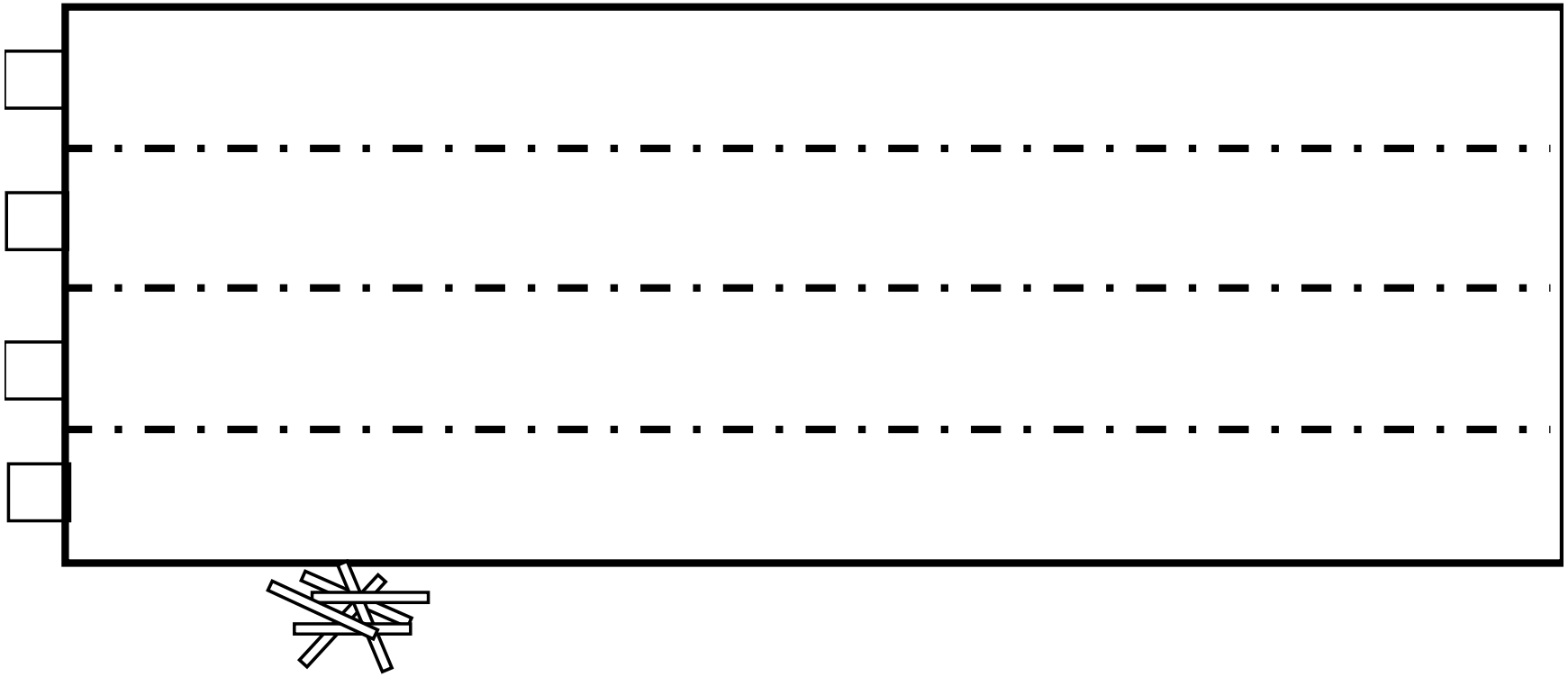
DISPOSITIF **Dispositif n°1 :** Idem découverte **CRITERES DE REUSSITE**	**DEROULEMENT, CONSIGNES**
	En classe avant la séance : - Etablir les binômes nageur/observateur. - Expliquer ce qui va être fait à la piscine. OBLIGATOIRE
	A la piscine : - Par binômes, un élève nage la plus longue distance possible sans se tenir au bord (max 100 m). Dès qu'il se tient au bord, il sort de l'eau. L'observateur repère le nombre de **longueurs entières** réalisées avant le 1er appui. 2 ou 3 essais. - Non nageurs : essais sur 25 m avec frite et/ou appuis autorisés (Objectif : réduire le nombre d'arrêts). - Les binômes vont noter leur distance sur le tableau collectif affiché au bord du bassin. - Le PE prend en photo le tableau collectif complété.
	En classe après la séance : - Noter ses distances sur la fiche élève référence. Entourer la/les nages que l'on a utilisées. OBLIGATOIRE

► Fiche élève Référence

► Tableau collectif Référence bord du bassin

Dispositif 1 : découverte et référence

4 lignes d'eau de 25m



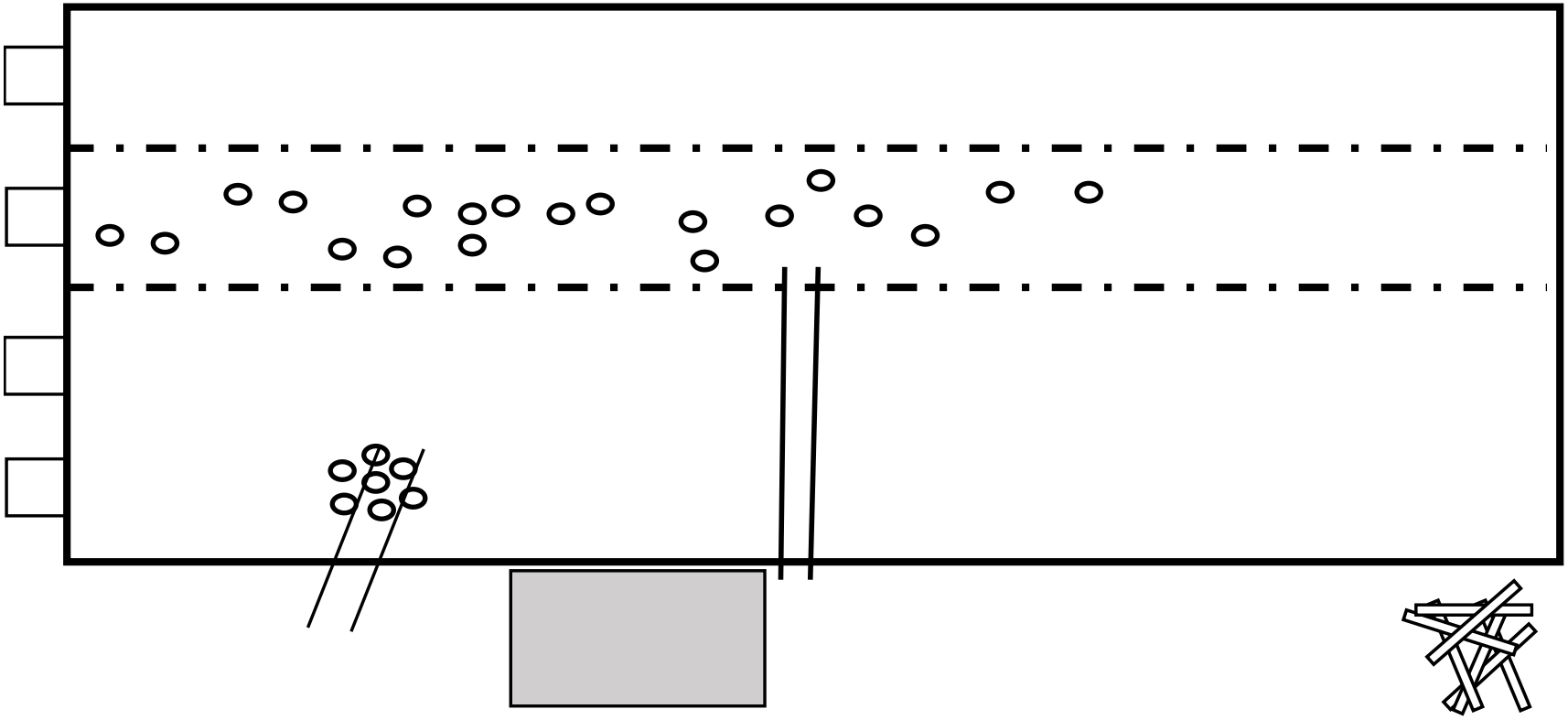
<table>
<tr><th colspan="2">Structuration 1 (séances 4 à 8)</th></tr>
<tr><td>BUT</td><td>S’entrainer pour améliorer ses entrées, déplacements, immersions</td></tr>
<tr><td rowspan="2">DISPOSITIF
Dispositif n°2 : 2 lignes d’eau de 25 m et 2 rectangles de 12.50 m

CRITERES DE REUSSITE
Variables selon les tâches, liées aux manières de faire efficaces</td><td>DEROULEMENT, CONSIGNES</td></tr>
<tr><td><u>A la piscine :</u>
- Travail d’entrées dans l’eau, de déplacements, d’équilibre et de respiration.
- A certains moments prendre rapidement sa performance sur sa distance, en binômes</td></tr>
<tr><td></td><td><u>En classe après :</u>
- Repérer ses réussites sur le tableau des tâches.
- Repérer quelles sont les façons de nager les plus efficaces (faire le lien avec les performances chronométrées quand il y en a).</td></tr>
</table>

► Tableaux des tâches ►Fiche observation maître

Dispositif n°2

2 lignes d'eau de 25m et 2 grands rectangles de 12.5m



Bilan intermédiaire (séance 9)

BUT	Réaliser sa meilleure performance possible sur sa distance de référence.

DISPOSITIF	**DEROULEMENT, CONSIGNES**
Dispositif n°1 : Idem découverte **Elèves en binôme** (nageur/chronométreur)	**<u>En classe avant :</u>** OBLIGATOIRE - Les élèves se rappellent quelle est leur distance de référence ; ils décident quelle(s) façon(s) de rentrer dans l'eau et de nager ils vont utiliser.
CRITERES DE REUSSITE Se chronométrer au moins 2 fois sur sa distance de référence	**<u>A la piscine :</u>** - Sur leur distance de référence, les élèves se chronomètrent plusieurs fois. Ils notent leur performance sur le tableau collectif. - Le PE prend en photo le tableau collectif complété.
	<u>En classe après :</u> OBLIGATOIRE - Les élèves complètent leur fiche bilan individuelle, avec leurs performances et leur(s) façon(s) de nager. - Retour sur la/les façons de rentrer dans l'eau et de nager efficaces.

► Fiche élève bilan 1 S9 ►Fiche observation maître

► Tableau collectif Bilan 1 bord du bassin

Structuration 2 (séances 10 à 14)

BUT	S'entrainer pour améliorer ses entrées, déplacements, immersions
DISPOSITIF **Dispositif n°1 :** Idem découverte **CRITERES DE REUSSITE** Variables selon les tâches, liées aux manières de faire efficaces	**DEROULEMENT, CONSIGNES**
	A la piscine : - Travail de déplacement et d'entrées dans l'eau. - Enchainer entrée et déplacement de manière la plus efficace possible. - A certains moments prendre rapidement sa performance sur sa distance, en binômes.
	En classe après : - Repérer ses réussites sur le tableau des tâches. - Repérer quelles sont les façons de nager les plus efficaces (faire le lien avec les performances chronométrées quand il y en a).

► Tableaux des tâches ►Fiche observation maître

Bilan final (séance 15)

BUT	Essayer d'améliorer sa performance de la séance 9 en choisissant sa meilleure entrée et son/ses meilleur(s) déplacement(s).

DISPOSITIF	**DEROULEMENT, CONSIGNES**
Dispositif n°1 : Idem découverte **Elèves en binôme** (nageur/chronométreur) **CRITERES DE REUSSITE** Se chronométrer au moins 2 fois sur sa distance de référence	**<u>En classe avant :</u>** OBLIGATOIRE - Les élèves se rappellent quelle est leur distance de référence ; ils décident quelle(s) façon(s) de rentrer dans l'eau et de nager ils vont utiliser.
	<u>A la piscine :</u> - Sur leur distance de référence, les élèves se chronomètrent plusieurs fois. Ils notent leur performance sur le tableau collectif. - Le PE prend en photo le tableau collectif complété.
	<u>En classe après :</u> OBLIGATOIRE - Les élèves complètent leur fiche bilan individuelle, avec leurs performances et leur(s) façon(s) de nager. - Les élèves mesurent leurs progrès par rapport à S9.

► Fiche élève bilan 2 S15 ► Fiche observation maître

► Tableau collectif Bilan 2 bord du bassin

Réinvestissement (séance 16)

OBJECTIF	Utiliser ce qu'on a appris pour jouer à des jeux collectifs.
DISPOSITIF **CRITERES DE REUSSITE** Jouer en respectant les règles	**DEROULEMENT, CONSIGNES** **<u>A la piscine :</u>** - Les élèves choisissent l'atelier qu'ils souhaitent réaliser.

6- Annexes

Annexe 1 : Sécurité active et passive
Annexe 2 : Fiches élève
Annexe 3 : Tableaux des tâches
Annexe 4 : Extrait du POSS (Sécurité)

ANNEXE 1 : SECURITE ACTIVE ET PASSIVE

a- La sécurité passive :

→ EN RAPPORT AVEC LA NOTE DE SERVICE DU 28 FEVRIER 2022

- nombre d'adultes en enseignement : 2 si l'effectif est inférieur à 30 élèves, 3 sinon
- 1 MNS chargé uniquement de la surveillance du bassin.
- nombre d'élèves dans l'eau par rapport à la superficie du bassin : 4 m^2 par enfant présent dans l'eau.

→ LE DISPOSITIF

Des éléments de récupération **parfaitement fixés (**tapis, perches…) permettent de pallier à toute fatigue. Les entrées et sorties sont matérialisées de façon claire (cônes de couleur), il y a des sens de circulation dans les parcours.

→ LE ROLE DES DIFFERENTS ADULTES

- **Tous les adultes** (Enseignant, MNS) jouent un rôle essentiel dans la gestion et la sécurité des élèves :

* Comptage fréquent des élèves
* Prise en charge d'un groupe et/ou d'un espace à surveiller
* Accompagnement d'un élève lors de tout déplacement nécessaire…

- Le MNS est **le référent** de la sécurité : placement et communication avec les autres adultes.

→ LA PROCEDURE D'ACCUEIL DES SCOLAIRES

- Aucune classe ne peut pénétrer sur le bord du bassin hors de la présence des MNS.
- L'enseignant ne quitte pas le bord du bassin avant d'avoir regroupé, compté l'effectif de sa classe : il regagne les vestiaires en présence de tous ses élèves.

Entrée	Sortie
- Arrivée de la classe dans le hall d'accueil - Donner l'effectif - Signer le planning des vestiaires collectifs - Diriger sa classe vers les vestiaires - Quitter les chaussures avant de rentrer dans les vestiaires - Se changer - Sortir du vestiaire et le fermer à clé - Passer par les toilettes - Attendre la sortie des classes précédentes	- Sortir des bassins, passer par les douches - Aller au vestiaire - Remettre les chaussures une fois sorti des vestiaires - Se mettre en rang - Signer le planning des vestiaires collectifs - Sortir du centre dans le calme **En cas d'absence : prévenir le service scolaire tél. 04 72 93 30 30 et le centre nautique tél. 04 72 05 12 12**

→ LA CONNAISSANCE DU PROJET

Tous les partenaires du Projet (Enseignants, MNS, Chef de bassin) connaissent son contenu. Des formations sont organisées par le CPC EPS et le chef de bassin avant le début du module pour les enseignants débutants.

b- La sécurité active :

→ LA CONNAISSANCE DES DISPOSITIFS PAR LES ELEVES

Des liens permanents entre le travail en classe et le travail à la piscine permettent aux élèves :

- d'avoir tout au long des séances **une représentation concrète des dispositifs** qu'ils trouveront à la piscine (verbalisation des actions, du matériel, des lieux ; travail sur photos, plans…)
- **de se mettre en projet** (arriver à la piscine en sachant ce qu'ils vont y faire).

→ LA PRESENTATION DES SEANCES SOUS FORME DE TACHES MOTRICES

Les éléments constitutifs de chaque tâche motrice (**OBJECTIF / BUT / DISPOSITIF / CRITERES DE REUSSITE**) sont à expliciter aux élèves en classe et/ou à la piscine sous forme orale, le plus concrètement possible, et **à l'aide de supports** (photos, plan). *Cf* cahier du nageur.

→ LA CONSTRUCTION DE LA SECURITE PAR L'ELEVE

- Respect des règles de la piscine.
- Respect des règles de fonctionnement de l'activité (attendre son tour, ne pas pousser…).
- Connaissance **des risques** liés à l'activité aquatique. Prise de conscience de plus en plus fine **de ses propres possibilités** pour pouvoir agir en sécurité.

ANNEXE 2 : FICHES ELEVE

Séance 3 (Référence)

Nageur : …… Observateur : …….

Le but est de trouver la distance qu'on peut nager sans se tenir au bord.

- Coche la distance que tu as réalisée sans te tenir au bord :

	25 m avec frite et/ou appuis	**25 m sans frite**	**50 m sans frite**	**75 m sans frite**	**100 m sans frite**
Essai 1					
Essai 2					
Essai 3					

- En classe, entoure ce que tu as fait :

Entrées à l'eau :

➔Echelle/Assis

➔Saut allumette petit bord

➔Saut allumette grand bord

➔Saut allumette plot

➔Plongeon grand bord

➔Plongeon plot

Façons de nager :

➔Ventrale + frite

➔Dorsale + frite

➔Ventrale

➔Dorsale

➔Crawl

➔Dos

➔Brasse

Séance 9 (Bilan 1)

Nageur : …… Chronométreur : …….

Le but est de réaliser sa meilleure performance possible sur sa distance de référence.

- Note tes temps dans le tableau :

	Note ici ta distance validée en séance 3 : **…… mètres.**
Temps 1	
Temps 2	
Temps 3	

Si tu as nagé sur 25 m, note ici le nombre d'arrêts que tu as fait :

…… arrêts

- En classe, entoure ce que tu as fait :

Entrées à l'eau :

- ➔Echelle/Assis
- ➔Saut allumette petit bord
- ➔Saut allumette grand bord
- ➔Saut allumette plot
- ➔Plongeon grand bord
- ➔Plongeon plot

Façons de nager :

- ➔Ventrale + frite
- ➔Dorsale + frite
- ➔Ventrale
- ➔Dorsale
- ➔Crawl
- ➔Dos
- ➔Brasse

Séance 15 (Bilan 2)

Nageur : …… Chronométreur : …….

Le but est d'améliorer sa meilleure performance sur sa distance de référence.

- Note tes temps dans le tableau :

	Note ici ta distance validée en séance 3 : **…… mètres.**
Temps 1	
Temps 2	
Temps 3	

Si tu as nagé sur 25 m, note ici le nombre d'arrêts que tu as fait :

…… arrêts

- En classe, entoure ce que tu as fait :

Entrées à l'eau :

- ➔Echelle/Assis
- ➔Saut allumette petit bord
- ➔Saut allumette grand bord
- ➔Saut allumette plot
- ➔Plongeon grand bord
- ➔Plongeon plot

Façons de nager :

- ➔Ventrale + frite
- ➔Dorsale + frite
- ➔Ventrale
- ➔Dorsale
- ➔Crawl
- ➔Dos
- ➔Brasse

- Compare tes performances avec celles de la séance 9

NATATION CM1 - SEANCE DE REFERENCE

CLASSE :

Prénom	Distance 1er essai	Distance 2ème essai	Distance 3ème essai

Tableau collectif bord du bassin

NATATION CM1 - SEANCE 9 BILAN 1

CLASSE :

Avec frite : noter « F » et le nombre d'arrêts

Prénom	Distance de référence	Temps 1	Temps 2	Temps 3

Tableau collectif bord du bassin

NATATION CM1 - SEANCE 15 BILAN 2

CLASSE :

Avec frite : noter « F » et le nombre d'arrêts

Prénom	Distance de référence	Temps 1	Temps 2	Temps 3

Tableau collectif bord du bassin

Observation-Evaluation des élèves

Ecole :	Enseignant :	Mail :

Nom prénom	ENTREES										DEPLACEMENTS										IMMERSIONS		
	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	E9	E10	DV1	DV2	DV3	DV4	DV5	DD1	DD2	DD3	DD4	DD5	I1	I2	I3

Comment utiliser le chronomètre ?

Le chronomètre doit obligatoirement être porté autour du cou avant chaque utilisation.

L'utilisateur du chronomètre doit être parfaitement sec avant chaque utilisation.

ANNEXE 3 : TABLEAUX DES TACHES

- Ils permettent aux élèves de repérer ce qu'ils ont réussi à la piscine, ce qui est le plus efficace pour réaliser leur meilleure performance.

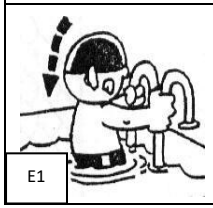
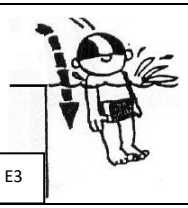
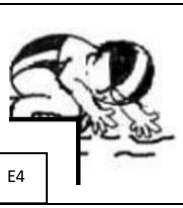
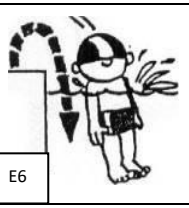
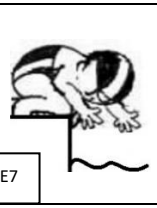
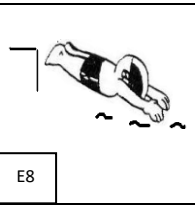
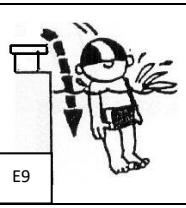
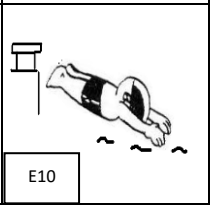
- Ils permettent aux élèves de voir ce qu'il leur reste à apprendre, ce qu'ils vont tester.

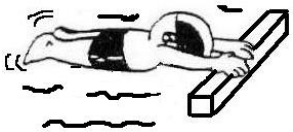
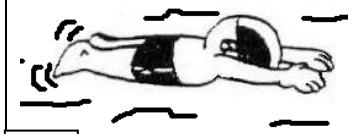
- Les élèves doivent les avoir dans leur cahier d'EPS ou cahier du nageur.

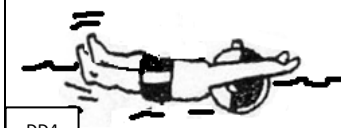
- Exemples de tâche en classe :

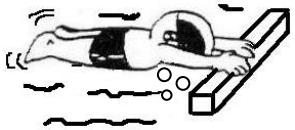
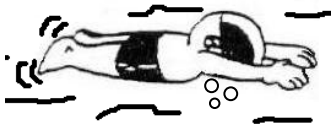
  - Après S9 /S15, repérer les façons d'entrer/de nager que l'on a utilisées.

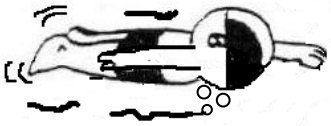
  - Se demander quelles sont les façons d'entrer/de nager les plus efficaces (lien entre la performance et la manière de faire).

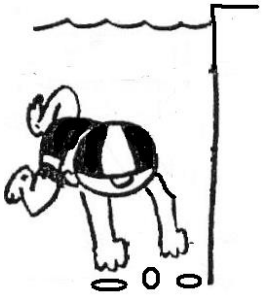
Entrées dans l'eau									
Petit bord				Grand bord				Plot	
Echelle	Assis	Saut allumette	Plongeon à genoux	Assis	Saut allumette	Plongeon à genoux	Plongeon debout	Saut allumette	Plongeon debout
 E1	E2	 E3	 E4	E5	 E6	 E7	 E8	 E9	 E10

Déplacements sur le ventre				
Frite	Frite + bras	Fusée	Crawl	Brasse
 DV1	DV2	 DV3	DV4	DV5

Déplacements sur le dos				
Frite	Frite + bras	Fusée bras le long du corps	Fusée	Dos
DD1	DD2	DD3	 DD4	DD5

Fusées			
Ventrale + frite	Ventrale	Dorsale + frite	Dorsale
			

Superman			
Ventral + frite	Ventral	Dorsal + frite	Dorsal
			

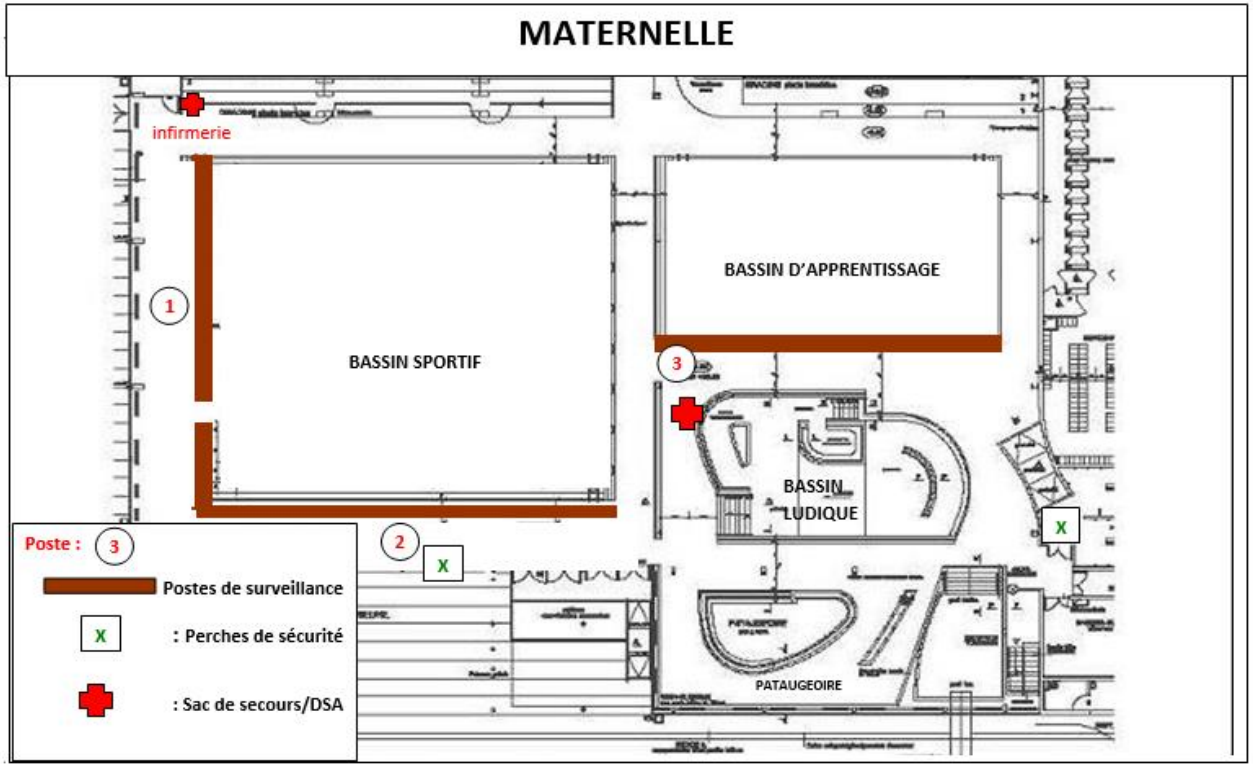
Immersion contrôlée		
Roulade	Plongeon canard	Immersion pour récupérer un anneau au fond, libre
		
I1	I2	I3 1,80 m

ANNEXE 4 : EXTRAITS DU POSS

(Plan d'Organisation de la Surveillance et des Secours)

★ Procédure en cas d'accident en présence des écoles élémentaires

Le MNS surveillant	Donne l'alerte par 1 coup de sifflet long
Le MNS surveillant et le MNS enseignant	Effectuent la sortie de l'eau Evacuent le bassin Effectuent le bilan et alertent les secours, l'accueil et le personnel technique (guident les secours) Apportent le matériel de secours et assurent les gestes vitaux jusqu'à l'arrivée des secours Etablissent un rapport d'intervention
L'enseignant	Surveille que les élèves ne retournent pas dans l'eau

★ Si l'alarme incendie se déclenche :

Faire sortir les enfants de l'eau et diriger la classe vers les issues de secours.