

Préface

L'INSERTION géographique des **Ardennes** impose aux responsables de l'éducation des jeunes de ce département une attention particulière pour ce qui concerne l'enseignement de la natation. Cela se traduit au niveau des communes et du Conseil Général par la mise à disposition d'installations, de moyens de transport et de personnels qualifiés.

Pour l'Éducation Nationale, il s'agit de faire en sorte qu'aucun élève ne sorte du premier degré sans “savoir nager”.

Cet objectif prioritaire a guidé un important travail de réflexion et de recherche de près de trois années au sein de la commission départementale EPS élargie aux maîtres nageurs sauveteurs de Charleville-Mézières. Le présent document est le fruit de ce travail.

Expérimenté à la piscine de la Ronde Couture, puis présenté et utilisé au cours de deux stages de natation à Rocroi et à Charleville-Mézières, son contenu est accessible aux enseignants polyvalents du premier degré. Son utilisation devrait permettre de tirer le meilleur profit de l'important investissement en temps consenti par les écoles pour l'enseignement de la natation (45 minutes de natation hypothèquent souvent 2 à 3 heures d'EPS).

Ce document est également conçu comme référent pédagogique présentant une dimension contractuelle entre les parties prenantes dans le développement de la natation :

- Les professeurs des écoles stagiaires du centre IUFM de Charleville-Mézières qui retrouveront des activités en continuité pédagogique lors de leurs stages en responsabilité.
- Les maîtres nageurs et les enseignants qui utiliseront systématiquement le dispositif d'évaluation.
- Les enfants qui suivront leurs progrès sur les fiches d'évaluation et pourront constater les étapes qu'il leur reste à franchir. Il s'agit d'évaluer, en permanence, l'évolution du “savoir nager” sur tout le département et individuellement.

Un tableau récapitulatif des tests sera affiché dans toutes les piscines du département. **Les résultats de fin de cycle seront communiqués aux Inspecteurs de l'Éducation Nationale par les enseignants** afin que soit établi un état des lieux le plus précis possible de l'avancement du projet, et que puissent être mises en place, le cas échéant, les remédiations nécessaires (visites et soutien par les conseillers pédagogiques, séquences d'information et stages de formation continuée).

Ce pilotage départemental qui vise prioritairement l'évaluation, s'accompagne de la mise à disposition, gratuitement, de chaque enseignant du premier degré, d'un matériel d'aide à la préparation des séances de natation, sous forme de fiches par composante et par niveau, réalisées sur support cartonné qui pourront être emportées au bord du bassin, et que vous trouverez ci-jointes. Pour autant la liberté pédagogique de chaque enseignant reste entière. Les moyens pédagogiques utilisés pour atteindre les objectifs fixés sont laissés à leur entière discrétion.

Sylvère Farraudière, Inspecteur d'Académie,
Directeur des services départementaux de l'Éducation Nationale des Ardennes

Présentation du document

ENJEUX

Savoir nager constitue de nos jours un véritable enjeu sur le plan social et culturel.

Un nombre croissant d'activités de loisir confrontent l'enfant et l'adulte au milieu aquatique (natation sportive, baignade en bord de rivière, de mer, en piscine, triathlons sportifs, plongée sous-marine, canyoning, voile, planche à voile, surf, aviron, canoë, kayak, rafting, motonautisme, ski nautique, etc.). Le danger potentiel inhérent à ces activités impose un minimum de précautions. De fait l'accès à ce type de pratiques suppose de savoir se déplacer sans doute **sur l'eau**, mais aussi ce qui paraît moins évident a priori, **sous l'eau**.

OBJECTIFS

Passer par étapes d'une motricité adaptée aux situations que rencontre un terrien, à des déplacements en système de flottaison requiert des transformations fondamentales. Les niveaux de transformation exposés dans la circulaire n° 87124 du 24 avril 1987 sont clairement explicités (cf. annexes 1 et 2).

L'école primaire est pour de nombreux enfants le premier lieu où le "savoir nager" sera posé comme objet d'apprentissage. Si la "natation est une partie intégrante de l'enseignement de l'EPS à l'école" (circulaire du 27 avril 1987) et que "son enseignement sera privilégié partout où cela sera possible" (programmes de l'école primaire - arrêté du 22 février 1995), encore faut-il proposer aux élèves des situations d'apprentissage susceptibles de les guider dans le processus d'appropriation de savoirs nouveaux qui est le leur. Il est vrai que la natation scolaire ne peut se borner, ni à un apprentissage systématique de gestes techniques, ni à une simple pratique d'initiation.

Dans les Ardennes, tous les cas de figures concernant l'enseignement de la natation sont recensés, de l'unité d'enseignement isolée, réalisée sur une courte durée (5 à 6 séances), à la programmation systématisée de tous les élèves à tous les étages de la scolarité (8 à 10 séances du CP à la terminale). Il s'ensuit que la demande de formation et d'outils pédagogiques de la part des enseignants n'est pas homogène. Le précédent document réalisé par l'équipe EPS des Ardennes "L'eau est mon amie" (édité en 1982) avait pour souci d'aider les enseignants du premier degré à construire une démarche d'enseignement cohérente. Il donnait déjà à l'évaluation une place prépondérante. Cette production demandait bien évidemment à être réactualisée.

PROPOSITIONS

CE DOCUMENT PROPOSE :

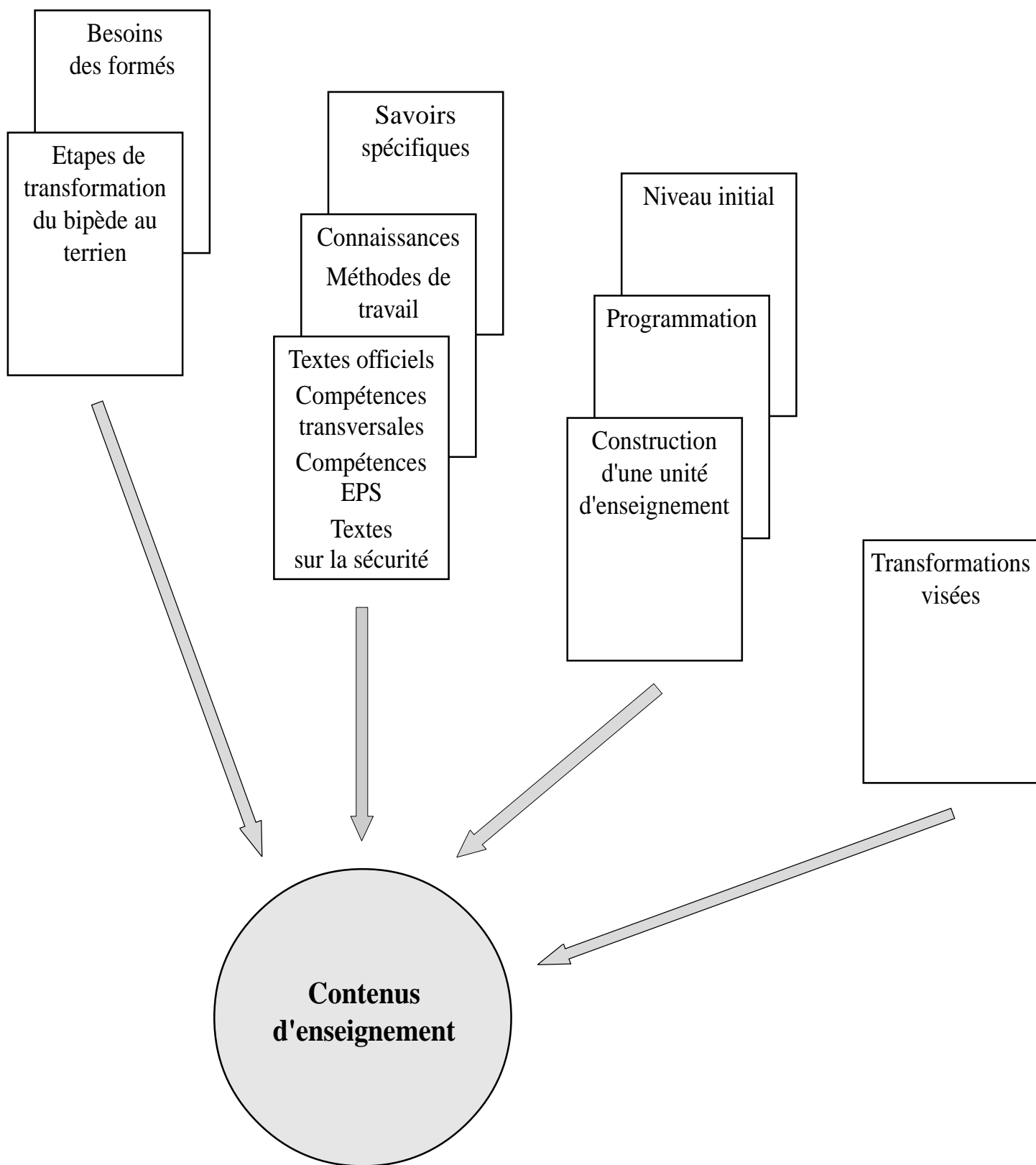
- Un traitement différent de l'activité à partir d'un registre fonctionnant sur 5 composantes :
 - Entrée dans l'eau.
 - Immersion.
 - Equilibre.
 - Déplacement.
 - Respiration.
- Une identification de niveaux d'expertise exprimés en terme de tests de difficulté croissante :
 - Ces tests sont à l'usage des enseignants.
 - Ils sont aussi à l'usage des élèves. Ils doivent permettre à ceux-ci de repérer ce qu'ils savent déjà faire, mais ils dressent en projet ce qui est attendu d'eux à l'étape suivante.
- Une proposition de contenus d'enseignement conçus autour d'une analyse systématisée des tâches.
- Une exploitation de jeux en terme de situations d'apprentissage.

NUANCES

Même si l'équipe départementale maintient comme visée ultime pour tous les enfants ardennais l'atteinte et la maîtrise du niveau IV, dans la constitution de groupes à la piscine seront considérés comme nageurs les enfants ayant satisfait au niveau III (castor) du présent document.

Ce fichier n'a bien entendu qu'une portée limitée. Il ne prétend aucunement cerner l'ensemble de la natation ; tout au plus peut-on espérer qu'il incitera les collègues à développer le type de démarche proposée, et à l'adapter au contexte local qui est le leur (type de bain, population scolaire, type de cycle, projet d'école, ... Ne pas hésiter à contacter le conseiller pédagogique de la circonscription). La réflexion actuellement engagée sur la polyvalence du maître est d'une grande richesse. Elle permet d'affiner progressivement la mise en réseau des éléments nécessaires à la construction de contenus d'enseignement adaptés : compétences transversales, compétences disciplinaires, besoins des enfants, niveau initial, transformations visées, programmation des contenus.

PLANIFICATION



ANNEXE 1 :

Activités terrestres	Activités aquatiques
<ul style="list-style-type: none"> • Equilibre vertical • Tête verticale - Regard horizontal • Réflexes labyrinthiques • Tonus de soutien • Réflexes plantaires • Soumission à la pesanteur 	<ul style="list-style-type: none"> • Equilibre horizontal • Tête horizontale - Regard vertical • Sensations labyrinthiques modifiées • Sensations toniques modifiées • Réflexes plantaires supprimés • Poussée d'Archimède
<ul style="list-style-type: none"> • Respiration réflexe par le nez • Expiration passive • Durée de l'inspiration égale à la durée de l'expiration • Pas de résistance à l'expiration 	<ul style="list-style-type: none"> • Respiration volontaire, puis automatique, acquise par la bouche • Expiration active longue. Inspiration passive et brève • Pression de l'eau à vaincre pour l'expiration
<ul style="list-style-type: none"> • Jambes motrices • Bras équilibrateurs • Appuis fixes et solides • Actions musculaires en force décroissante • Résistance de l'air négligeable 	<ul style="list-style-type: none"> • Jambes équilibratrices • Bras moteurs • Appuis fuyants et mouvants • Action musculaire en force croissante • Résistance réelle de l'eau

ANNEXE 2 : étapes de transformation du bipède au terrien -circulaire du 27 avril 1987-

Etapes	Actions observables	Niveau de fonctionnement
<p>Du bipède</p> <p>l'enfant</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>se déplace grâce à des appuis solides</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> • Passe d'un milieu à l'autre, saute, descend les marches, ... • Crée des modes de déplacement à partir de la marche, de la suspension • Accepte d'être totalement dans l'eau 	<p>En utilisant des équilibres connus du terrien</p> <p>↕</p> <p>En utilisant des solutions respiratoires spontanées</p> <p>↔</p> <p>En utilisant des points d'appui pour se tirer, se propulser, se pousser</p>
<p>À l'enfant "flottant"</p> <p>s'immerge flotte se déplace</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Accepte l'absence de mouvements dans l'eau : étoile, boule, ... • Se déplace de manières diversifiées à partir de positions • Se déplace dans toutes les dimensions en changeant de plan et de direction 	<p>En maintenant des équilibres nouveaux sans appuis solides dans les différents plans grâce aux informations visuelles tactiles labyrinthiques</p> <p>↕</p> <p>En s'appropriant des solutions orientées vers :</p> <ul style="list-style-type: none"> • inspiration aérienne • expiration aquatique <p>↔</p> <p>En se maintenant et en se déplaçant par des actions diversifiées bras-jambes dans tous les plans</p>
<p>VERS "l'homme aquatique"</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>Recherche efficacité et maîtrise dans les différentes activités aquatiques codifiées ou non</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> • Construit des formes de déplacement adaptées à l'espace et à la durée de l'activité • Améliore ses qualités physiques et physiologiques 	<p>En passant délibérément d'un équilibre à un autre</p> <p>↕</p> <p>En recherchant l'efficacité des appuis</p> <p>↔</p> <p>En utilisant une respiration aquatique adaptée en durée, en volume, en intensité</p>

COMMENT CONSTRUIRE UNE UNITÉ D'ENSEIGNEMENT

PREMIÈRE ÉTAPE :

Le plus tôt possible déterminer le niveau de sa classe à l'aide des fiches de tests puis constituer les groupes en fonction des niveaux relevés à la première séance, ou lors de la dernière de l'unité précédente.

DEUXIÈME ÉTAPE :

Présentation de l'unité d'enseignement retenue :

- ◆ SOIT ◀ du héron au caneton
- ◆ OU ◀ du caneton au pingouin
 - ◀ du pingouin au castor
 - ◀ du castor à l'otarie

et de sa place par rapport à la construction du savoir nager (cf. tableau général).

Chaque élève reçoit la fiche individuelle qui lui permettra de reporter ses progrès, de mesurer ce qu'il lui reste à apprendre avant la fin de l'unité, et d'informer ses parents de ce qu'il fait à la piscine.

TROISIÈME ÉTAPE

Phase d'apprentissage à l'aide des fiches de situations pédagogiques proposées (ou d'autres).

Pour éviter les pertes de temps dues à des pointages systématiques de la part de l'enseignant, les **élèves** seront mis à contribution grâce à la mise en place d'**auto** ou de **co-évaluation**. Et ceci tout au long de l'unité d'enseignement.

Report des progrès dès le retour en classe.

QUATRIÈME ÉTAPE

Évaluation finale des acquis **par le maître** à l'aide des fiches de tests.

Puis regrouper les résultats de la classe sur la fiche récapitulative de classe page 12 et la retourner à son IEN, de manière à photographier le niveau natation du moment et à envisager les remédiations nécessaires au niveau de la circonscription ou du département.

CINQUIÈME ÉTAPE

Comparer les résultats des fiches élèves et l'évaluation du maître.

- ◆ En profiter pour repréciser les critères de réussites des tests.
- ◆ Remettre les diplômes aux enfants qui ont réussi 5/5. En cas de réussite partielle, fournir une attestation correspondant aux différents repères atteints (2/5, 3/5 ou 4/5).
- ◆ Préparer les groupes de l'année suivante : pour passer dans le niveau supérieur, il faut avoir réussi 4 composantes sur 5. Chaque composante posant problème sera plus particulièrement travaillée l'année suivante.

REMARQUE

Pour faciliter la manipulation des fiches et le rangement du document natation, les fiches d'une même unité d'enseignement seront toutes de la même couleur.

UN EXEMPLE DE MISE EN PLACE D'UNE SÉANCE

PREPARATION A LA SEANCE :

Les problèmes acoustiques des piscines sont tels que toute explication préalable à la séance gagne à être donnée dans un milieu plus approprié (en classe par exemple ou dans le vestiaire). Il faut éviter de mettre d'emblée l'enfant en situation difficile, les formes jouées permettent à l'enfant de s'échauffer physiquement mais aussi psychologiquement (choisir un jeu en relation avec la séance).

MISE EN PLACE DE LA PREMIERE SITUATION PEDAGOGIQUE :

1. Commencer par la situation centrale en précisant le BUT, les CRITERES DE REUSSITE et l'ORGANISATION PEDAGOGIQUE du groupe (en parcours, en vague, etc.).

2. Après un temps d'observation suffisant :

- les élèves réussissant facilement se voient proposer des situations plus complexes (placées au dessus de la situation centrale)
- ceux qui réussissent parfois restent sur la même tâche pour disposer du temps nécessaire à la stabilisation de l'apprentissage. **Ne pas oublier d'utiliser les critères de réalisation**
- ceux qui sont en échec passent sur les situations plus simples (situées en dessous).

3. Comme toutes ces situations sont très proches, qu'elles ne varient que par la modification d'une variable (profondeur de l'eau, utilisation d'un objet de flottaison, position du corps, ...), la conduite en parallèle reste gérable sur le plan de la gestion pédagogique.

4. Choix d'un jeu ou d'une compétition en fonction du niveau moyen du groupe.

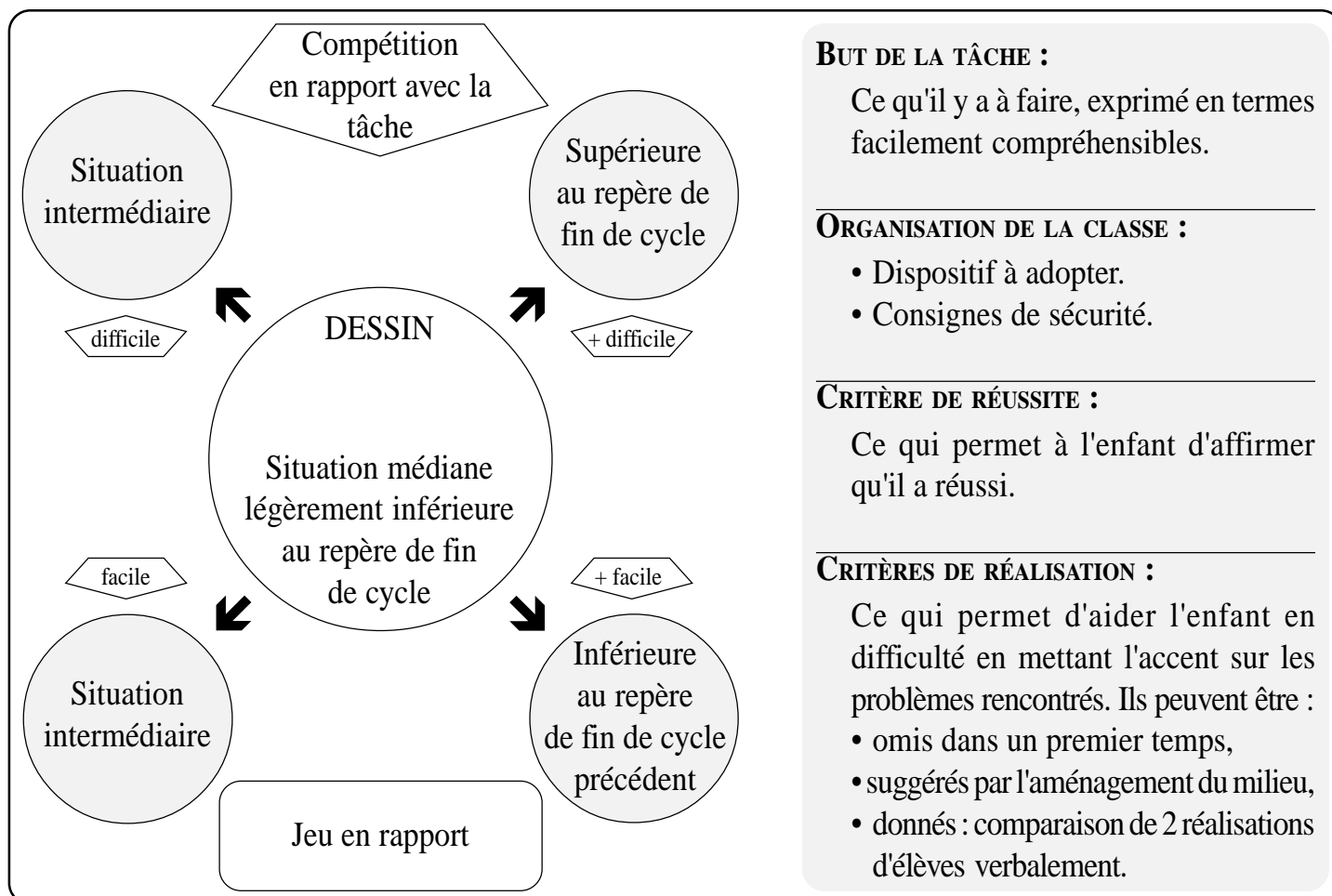
MISE EN PLACE D'UNE SECONDE SITUATION PEDAGOGIQUE :

Déroulement identique à la 1^{ère}.

REGROUPEMENT DES ENFANTS ET BILAN DE LA SÉANCE :

Qu'est-ce qu'on a appris aujourd'hui ? Que reste-t-il à travailler et que fera-t-on la prochaine fois ?

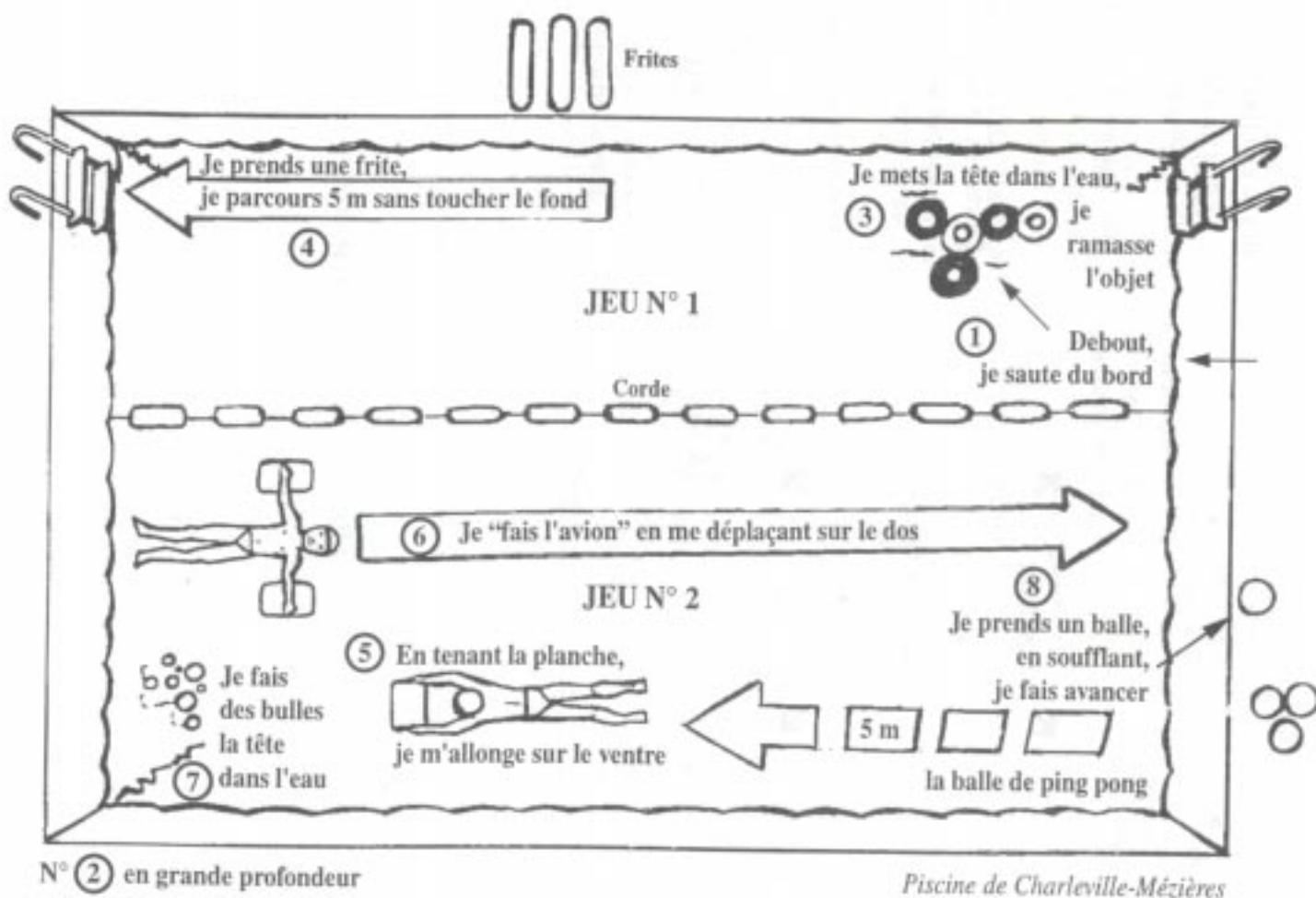
COMMENT UTILISER UNE FICHE ?



Evaluation

EXEMPLE D'ORGANISATION DU TEST

“DU HÉRON AU CANETON” + test n° 2 en grand bain :



GRILLE DES CRITÈRES DE RÉUSSITE

NIVEAU	CANETON	PINGOUIN	CASTOR	OTARIE
ENTRÉE	J'ai sauté dans l'eau sans aide.	J'ai réalisé au moins 3 sauts différents.	J'ai réalisé effectivement le type saut demandé par l'enseignant.	J'ai réussi le plongeon, la tête est rentrée la première et le corps était allongé.
IMMERSION	J'ai ramassé l'objet désigné, la tête immergée.	J'ai ramassé l'objet désigné.	J'ai touché le fond et passé dans le cerceau sans le déplacer.	J'ai rapporté le cerceau désigné en nageant sur le fond et en remontant près du bord.
DÉPLACEMENT	J'ai effectué le parcours sans toucher le fond.	J'ai effectué le parcours sans m'arrêter.	J'ai effectué 12,5 m en nage ventrale et 12,5 m en nage dorsale sans tenir le bord, sans m'arrêter.	J'ai effectué 25 m en nage ventrale et 25 m en nage dorsale sans tenir le bord, sans m'arrêter.
RESPIRATION	J'ai fait des bulles la tête entièrement sous l'eau. J'ai soufflé au moins 5 s.	J'ai soufflé (bulles visibles) dans l'eau, en respectant les 5 s.	J'ai soufflé (bulles visibles) je me suis assis sur le fond sans aide des membres.	J'ai soufflé dans l'eau à chaque expiration pendant les 2 s du test.
EQUILIBRE	Bassin en surface, oreilles immergées.	Bassin en surface, oreilles immergées.	Mon corps était bien à plat sur l'eau. Distance minimale parcourue 5 m.	Je suis passé d'une coulée ventrale à une coulée dorsale sans reprise d'élan et en ligne droite.

Contre-indications à la pratique

Le contrôle médical est une démarche indispensable en amont de toutes pratiques corporelles liées à l'enseignement de l'EPS, et en particulier à l'enseignement de la natation.

Les conventions du département rappellent toutes que "le cas des élèves dispensés doit avoir fait l'objet de mesures prises en conseil d'école ; ils ne peuvent être emmenés à la piscine où aucune structure d'accueil ni de surveillance n'existe pour eux (sauf pour les classes uniques)".

CONTRE-INDICATIONS PERMANENTES :

Epilepsie non contrôlée par traitement.

Toute autre contre-indication à la pratique de l'EPS en général.

CONTRE-INDICATIONS TEMPORAIRES :

➤ Cas des maladies infectieuses :

D'une manière générale, on attendra le moment de la guérison plus 15 jours, pour retourner en piscine. Pour les maladies suivantes, la période d'exemption est plus importante :

- scarlatine : fin + 30 jours
- appendicectomie : fin + 30 jours
- hépatite : fin + 60 jours
- mononucléose : fin + 60 jours.

➤ Cas des maladies ORL :

- rhino-pharyngites, bronchites, angines, sinusites : guérison + 15 jours
- otites : guérison + 30 jours.

➤ Dermatoses :

Exemption jusqu'à guérison totale (avec production d'un certificat médical de non contagion) :

- impétigo
- verrues plantaires et autres
- mycoses.

Exemption seulement lors des phases actives :

- eczéma
- psoriasis.

➤ Cas particuliers :

Pas de contre-indication après un vaccin, sauf pour le BCG (phase purulente).

Le cas des maladies pulmonaires et cardio-vasculaires mérite un examen médical approfondi au préalable, afin de déterminer si la contre-indication est nécessaire.

Les cas de diabète doivent être signalés.

LA PRATIQUE DE LA NATATION EST NOTAMMENT INDIQUÉE POUR LES CAS SUIVANTS :

◆ Scolioses, lordoses : les nages avec extension du rachis sont particulièrement bénéfiques, notamment les nages dorsales. Par contre la brasse provoquant une cambrure importante est à éviter pour les pathologies lombaires.

◆ Obésité : les enfants obèses, généralement en difficulté en EPS, sont particulièrement en situation de réussite en natation (flottabilité).

◆ Hémophilie : le risque de saignement par blessure étant pratiquement nul.

◆ Épilepsie stabilisée : mais ce cas impose d'avoir en permanence un adulte chargé de la surveillance spécifique de cet enfant.

◆ Sauf pour quelques formes particulières, l'asthme n'est pas une contre-indication. Au contraire, l'environnement chaud et humide est favorable pour les bronches.

HYGIÈNE ALIMENTAIRE :

Ne pas décaler les heures de repas et prévoir un goûter après les séances.