

**Propositions de contenus d'enseignement liés aux différents profils
des élèves non - nageurs**

<i>PROFILS D'ELEVES</i>	<i>DEMARCHE</i>	<i>SITUATIONS</i>
<p>AQUAPHOBIE :</p> <p>- l'objectif principal est de <u>vaincre sa peur pour rentrer dans l'eau</u> et découvrir les caractéristiques du milieu aquatique.</p> <p>Il reste difficile de quantifier le volume horaire pour atteindre cet objectif.</p>	<p>- il s'agit d'une pathologie qui relève du corps médical (faisant l'objet d'un PAI).</p> <p>- un élève aquaphobe demanderait un <u>encadrement individualisé</u> type PPRE pratique obligatoirement en petit bain,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - prendre une douche (se mouiller les cheveux). - marcher dans l'eau, se lancer de l'eau sur son visage, se laisser arroser, prendre de l'eau par la bouche et la recracher. - faire le tour du bassin accroché à la goulotte, traverser le bassin en son milieu. - mettre la tête sous l'eau, 1 seconde puis 5...passer sous une ligne d'eau, sous une planche. - toucher le fond avec la main (1 mètre), avec le pied (<2m). - traverser bassin avec une frite sous le bras. - sauter dans le petit bain (assis, debout)... -étoile de mer.

PROFILS D'ELEVES	DEMARCHE	SITUATIONS
<p>PEUR DE L'EAU</p> <p>- l'objectif principal est la <u>découverte du milieu pour passer de l'émotionnel au rationnel.</u></p> <p>10h à 12h effectives pour atteindre l'objectif : niveau 1 (15 m en autonomie, cf circulaire du 15/10/2004)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - rechercher la cause en communiquant avec la famille pour donner des conseils ou orienter l'intervention - établir une relation de confiance pour le sécuriser affectivement - choisir le lieu de pratique : <ul style="list-style-type: none"> * pratique obligatoirement en petit bain, eau chaude, peu de monde pour éviter le bruit, * regrouper les élèves qui ont cette difficulté pour les faire travailler ensemble dans le petit bain et les sécuriser en les mettant à l'abri du regard de ceux qui sont en réussite. * la présence dans l'eau pour se placer près des élèves dans le petit bain tant que les conditions permettent « d'assurer une sécurité active et permanente » est une pratique envisageable et souhaitable. * délimiter l'espace pour matérialiser le passage vers le grand bain ou pour délimiter l'espace de travail. - maximiser l'utilisation du matériel pour rassurer et entrer dans l'activité d'une façon ludique - Possibilité d'utiliser la verbalisation pour démontrer le non fondé de certaines représentations 	<ul style="list-style-type: none"> - jeu de chasse au trésor pour aller chercher des objets tout en gérant la profondeur et la distance en fonction du degré d'appréhension des élèves. - utiliser la cage pour donner des appuis solides tout en étant dans le milieu liquide - situations en duo, jeux de miroir, jeux de mime - course dans l'eau avec ou sans ballon - par binôme : A est debout et tient B par les deux mains en le déplaçant ; A est debout et promène B qui est allongé sur le tapis - ...

Complément de proposition de situations pour profil d'élèves « PEUR DE L'EAU » :

Objectif : augmenter la distance qui sépare l'adulte (l'adulte est dans l'eau, rôle sécurisant) du nageur en le mettant progressivement en situation d'autonomie/confiance.

Tâche : Traverser le petit bain dans le sens de la largeur

- L'adulte tient l'élève par la taille ou les épaules (espace très proche)
- Traversée en tenant les 2 mains puis une seule main
- La liaison entre l'enfant et l'adulte se fait par une planche ou un pull-boy (tenue à 2 mains puis une main)
- Idem avec une frite (grande longueur, flottant, tenu à 2 mains puis une main)
- Idem avec une ceinture avec ou sans flotteurs (grande longueur, non flottant, tenu à 2 mains puis une main)
- Traversée en tirant sur une ligne d'eau, l'adulte s'éloigne au fur et à mesure de la progression
- L'adulte est accroupi sur le bord en contact physique (tenir par la ou les mains) avec l'élève et propose des déplacements en marchant (avant, arrière, côté) puis en étant allongé sur l'eau
- Idem avec une perche dont on augmente la longueur au fur et à mesure
- Idem en demandant d'imiter les mouvements faits par l'adulte au bord du bassin
- Dans l'eau : l'adulte disparaît sous l'eau et entre/reste en contact physique avec l'élève. Il remonte avec le sourire, prouve qu'il est possible de survivre et de s'amuser sous l'eau. L'adulte met de l'eau dans sa bouche et recrache, l'élève imite.
- Sous l'eau, l'élève parcourt son corps avec ses mains, se met en équilibre sur un pied, parle sous l'eau (d'abord bouche puis tête immergée)
- Entrée dans l'eau : par les escaliers, accompagné ou non de l'adulte, tenir la main d'un copain, etc. Privilégier un endroit calme et sans éclaboussure avec le fond du bassin visible (l'élève doit visualiser ses pieds clairement)
- Etc.

Variantes :

Au niveau de l'espace :

Objectif : le lieu de pratique ne doit plus être un espace d'appréhension mais un espace connu et exploré et donc sécurisant.

Traversée en diagonale, en zig-zag, en longueur, en suivant le périmètre du bassin, varier les bassins d'apprentissage (quand c'est possible)

Au niveau du nageur :

Le nageur peut faire toutes les situations sur le ventre, sur le dos, sur le côté.

Il peut également fonctionner à l'aveugle (lunettes opaques ou bandeau) à partir du moment où il est en grande confiance.

Au niveau du matériel :

Proposer à l'élève la possibilité d'évoluer avec le matériel qu'il veut puis le réduire progressivement. L'idéal est de maîtriser ces exercices sans matériel de flottaison.

Remarque :

Les pauses et les explications doivent être brèves, l'élève doit si possible ne jamais être en situation d'hypothermie (lèvres violettes, grelottements, etc.) afin de favoriser au maximum sa mise en confiance. Prévoir une serviette au bord du bassin, un endroit chaud et des séances relativement courtes.

<i>PROFILS D'ELEVES</i>	<i>DEMARCHE</i>	<i>SITUATIONS</i>
<p><i>Aucun vécu en primaire, mais pas d'appréhension de l'eau</i></p> <p>L'objectif principal est <u><i>de découvrir le milieu et passer d'un équilibre vertical à un équilibre horizontal</i></u></p> <p>10h effectives pour atteindre le niveau 1</p>	<p>- pratique en petit et grand bassins.</p> <p>- explorer le bassin dans les trois dimensions.</p> <p>- expérimenter et identifier les caractéristiques du milieu aquatique (respiration, équilibre, poussée d'Archimède...).</p> <p>- utiliser le matériel pour travailler sous forme de parcours en fonction du thème abordé.</p> <p>- banaliser l'utilisation des lunettes de natation (prévoir leur achat sur les crédits EPS)</p>	<p>- coulées ventrales, dorsales, costales...</p> <p>- déplacements variés...</p> <p>- étoile de mer, boule.</p> <p>- descendre le long de la perche, remonter dans un cerceau.</p> <p>- placer des cerceaux de couleurs différentes sous l'eau (ouvrir les yeux)</p> <p>- jeux divers</p>
<p><i>Un vécu en primaire, mais ne se déplacent pas en autonomie sur 15m</i></p> <p>L'objectif est <u><i>de se déplacer sans reprise d'appui sur 50m.</i></u></p> <p>10h à 12h effectives = atteinte du niveau 2 (50m en eau profonde)</p>	<p>- donner des repères techniques pour créer et orienter des appuis utiles à l'équilibration et la propulsion.</p> <p>- pratique dans le grand bassin.</p> <p>- utilisation de lunettes</p> <p>- moins de matériel, éviter l'utilisation systématique de la ceinture.</p> <p>- construire l'expiration aquatique.</p>	<p>- palmes et planches.</p> <p>- battements, travail ventral et dorsal.</p> <p>- coulées suivies de travail de bras. Concours avec planche en repère sur le bord.</p> <p>- mini polo</p>

Matériel pédagogique nécessaire pour l'enseignement de la natation à ces élèves :

- lunettes,
- planches,
- palmes,
- anneaux lestés,
- frites,
-

