

TROIS PARCOURS SUBAQUATIQUES

Aborder la profondeur constitue un enjeu fondamental de l'acquisition du savoir-nager.



La démarche

L'aménagement de situations attractives, c'est-à-dire qui ont du sens pour l'enfant, est un élément favorisant l'engagement de tous. En permettant d'investir la profondeur par des situations variées¹, on enrichit le répertoire moteur et on incite les élèves à mobiliser de nouvelles capacités.

Lors de situations globales et complexes, les élèves apprécient leur réussite selon le but fixé (j'ai atteint le bord opposé, j'ai transporté 3 objets, j'ai touché tous les plots, etc.), alors que pour l'enseignant, c'est la qualité de l'action et les modalités de la réalisation qui focalisent son attention.

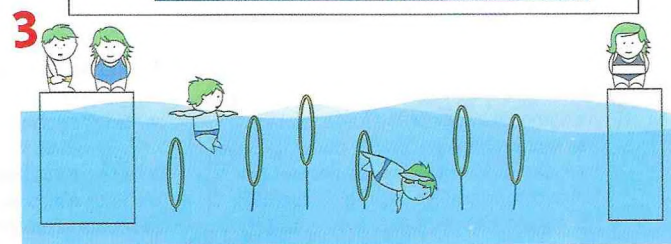
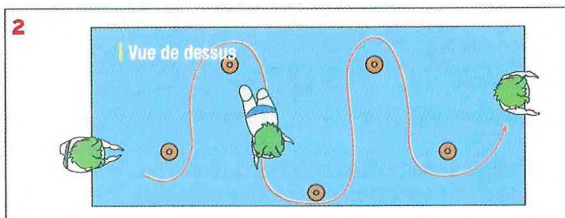
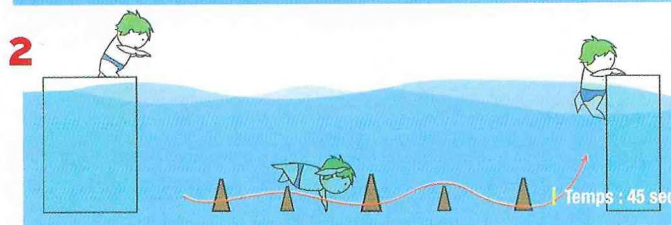
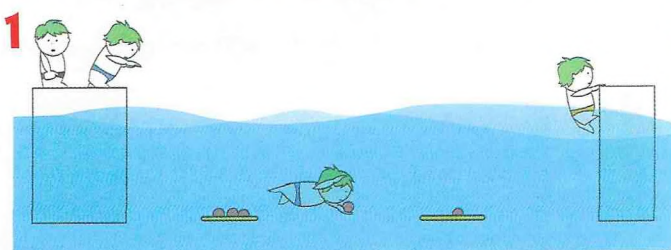
La situation

Le déménageur aquatique

Dispositif: 2 cerceaux sont immergés, posés au fond du bassin; dans le premier sont placés des objets lestés.

Consignes: s'immerger pour aller chercher un objet, le transporter jusqu'au second cerceau, puis atteindre le bord opposé (dessin 1).

Critère de réussite: la respiration est contrôlée (prise d'air, apnée, expiration progressive).



Le slalom subaquatique

Dispositif: des plots lestés sont disposés en slalom au fond du bassin.

Consignes: s'immerger, se déplacer en allant toucher chaque plot avant d'atteindre le bord opposé (dessin 2).

Critère de réussite: les yeux sont ouverts pour avoir une vision subaquatique.

Le parcours multi-hauteur

Dispositif: des cerceaux lestés sont immergés verticalement, à des profondeurs variées.

Consignes: réaliser le parcours en traversant les différents cerceaux, sans les toucher (dessin 3).

Critère de réussite: la tête est mobile pour prendre des informations nécessaires au déplacement (direction, profondeur).

Les prolongements

Jouer sur les variables didactiques

Les différents parcours sont simplifiés ou complexifiés, selon les réussites et les difficultés des élèves (profondeur d'évolution, éloignement des objets, combinaison des actions, durée d'immersion, etc.). Ne pas hésiter à proposer des options (objets ou plots de couleurs différentes), les élèves pouvant réaliser la tâche avec des degrés de difficulté différents (transporter les objets rouges pour certains, ou tous les objets pour d'autres).

Varié les mises en œuvre

Lorsque les différents parcours sont organisés sous forme de relais (en équipe, le second commence lorsque le premier a réalisé la tâche), la pression temporelle ajoute une difficulté supplémentaire.

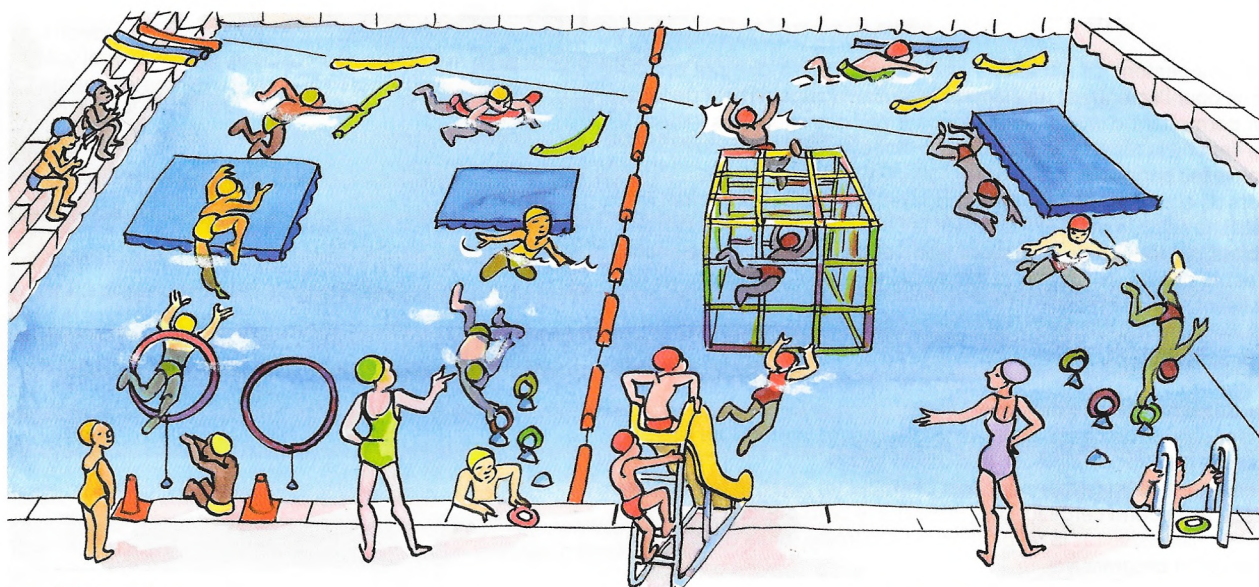
Réinvestir les progrès

Intégrer ces différents parcours, en les enchaînant puis, en les combinant avec des éléments déjà acquis (reprises d'appui, déplacements en surface, etc.) à réaliser avant ou après chaque situation d'immersion. ■

1. Ces 3 parcours sont extraits de « Ticket sauveteur », disponible sur www.vert-marine.com.

POUR NAGER LONGTEMPS

Une utilisation réfléchie du matériel et des aménagements permet de proposer des situations pertinentes et abordables même lorsque les élèves ne maîtrisent que partiellement les techniques.



La démarche

L'apprentissage de la natation à l'école primaire doit viser l'acquisition des capacités à nager longtemps. L'identification des trois composantes fondamentales (respirer, s'immerger, se propulser) ne doit pas faire perdre de vue que c'est la capacité à réaliser des déplacements importants (durée, distance) qui est recherchée. Le travail décomposé autour des différentes tâches permet aux enfants d'en identifier les règles d'action, de les explorer et d'ancrer les savoirs en jeu. Il se prolonge, dans la réalisation de parcours, pour favoriser un temps d'action important, facteur de transformations, de réinvestissement potentiel des acquis, garant d'une motivation soutenue.

La situation : le dauphin

Objectif : se propulser en variant les modalités (recherche d'efficacité) et en gérant sa respiration pour réaliser un long trajet.

Dispositif : aménager un parcours sur la largeur du bassin en moyenne ou grande

profondeur avec différents supports flottants (cage sous l'eau, tapis, planches ou frites) éparpillés sur les trajets aller et retour ; positionner un toboggan ou mettre des plots pour l'entrée dans l'eau.

Consigne : réaliser un aller-retour après un départ dynamique (depuis le bord, assis ou par le toboggan) avec ou sans support.

Critère de réalisation : effectuer plusieurs fois le circuit pour utiliser progressivement de moins en moins de supports ou de reprises d'appui.

Variantes

- les modes de départ : sauter dans l'eau à partir d'une position assise, à genoux, debout ou à partir du toboggan ;
- l'aménagement : positionner différents éléments d'aide possible (élan, traction, aire de repos, demi-tour, impulsion) ;
- les positions de déplacement : en ventral ou dorsal ;
- les modes respiratoires : tête hors ou dans l'eau.

Prolongements

En reprenant ce parcours lors de différentes séances, chaque enfant peut apprécier l'autonomie acquise en utilisant différents outils élaborés en classe :

- fiche d'observation sur laquelle le nombre d'arrêts est noté,
- fiche-bilan où les sensations perçues sont décrites,
- projet personnel annonçant le nouveau défi,
- chronométrage par un pair du parcours ou des arrêts, etc.

Les évolutions successives de l'aménagement permettront :

- avec des non-nageurs, de rechercher un accès à une autonomie de déplacement de plus en plus importante en jouant sur le positionnement et des supports (la succession),
- avec des apprentis nageurs, d'évoluer progressivement vers les parcours-tests validant les compétences du « savoir-nager » à l'école élémentaire (nager 25 m, aller chercher un objet à 1,50 m de profondeur, se laisser flotter 5 sec.). ■