

**ENSEIGNEMENT  
DE LA NATATION A  
L'ÉCOLE**

# LA NATATION EN QUELQUES CHIFFRES

- 24 piscines dans notre département - 3 piscines en Moselle et une en Allemagne
- 1 800 professeurs des écoles enseignent la natation
- 45 000 élèves suivent une séquence d'apprentissage natation
- Près de 200 BEESAN agréés participant à la natation scolaire
- Plus de 1 500 bénévoles essentiellement des parents d'élèves sont agréés chaque année

# LA NATATION A STRASBOURG 2

- 5 piscines : La Victoire, La Robertsau, Ostwald, La Kibitzenau et Lingolsheim (pour les GS)
- 80 professeurs des écoles enseignent la natation
- 1800 élèves suivent une séquence d'apprentissage de la natation
- 200 nouveaux parents agréés chaque année

# TEXTES DE RÉFÉRENCE

- Socle commun de connaissances, compétences et de culture – décret n°2015-372 du 31 mars 2015 paru au BO n°17 du 23 avril 2015
- Programme d'enseignement de l'école primaire BO spécial n°11 du 26 novembre 2015
- Programme d'enseignement de l'école maternelle BO spécial n°2 du 26 mars 2015
- Circulaire sur la natation parue au BO n° 28 du 14 juillet 2011
- Circulaire départementale du 10 juin 2016

# ENJEUX ÉDUCATIFS

- Prévenir des noyades
- Amener le maximum d'élèves au savoir nager
- Répondre aux programmes de l'EPS

# NIVEAUX DE CLASSES

- Prioritairement au CP et CE1 voire CE2 (2 séquences d'apprentissage consécutives)
- ULIS

# FRÉQUENCE

- Une trentaine de séances réparties sur 2 ans

# ENCADREMENT

- Classe élémentaire : l'enseignant et un adulte agréé, professionnel qualifié ou intervenant bénévole
- Classe maternelle : l'enseignant et deux adultes agréés, professionnels qualifiés ou intervenants bénévoles

# ENCADREMENT

- L'enseignement de la natation est assuré sous la responsabilité de l'enseignant
- La présence de personnels de surveillance ou d'encadrement ne modifie pas les conditions de mise en jeu de la responsabilité des enseignants

# ENCADREMENT

- Les intervenants bénévoles (A1) ne peuvent être chargés d'enseignement : rappel de consignes, aide à la conduite d'un atelier en doublette, assurer le déroulement d'un atelier sous les directives de l'enseignant, venir en soutien sur un groupe à la demande de l'enseignant
- Les intervenants bénévoles pouvant prendre en charge un groupe (A2) animent les activités prévues selon les modalités fixées par l'enseignant

# CAS PARTICULIERS

- ATSEM
- AVS
- Stagiaires ESPE
- Service civique

# CONDITIONS MATÉRIELLES

➤ Surfaces

➤ aménagements

**PROJET PEDAGOGIQUE POUR LA NATATION SCOLAIRE**  
 Année scolaire ...../.....

ACTIVITE : NATATION      Lieu où se déroule l'activité : .....

ECOLE : .....      Classe : .....

CIRCONSCRIPTION : .....

Lien avec le projet d'école – de classe : .....

.....  
 .....

Objectifs poursuivis : .....

Classe	Effectif	Enseignant responsable	Organisation
			Nombre de séances prévues :
			Durée de la séance :
			Date (s) du cycle :
		Intervenants extérieurs	Qualité      Rôle      Date d'agrément

Organisation des groupes : .....

Déplacement : à pieds / autocar / bus ou tram

Plan ou des bassins (éventuellement) avec aménagement et localisation des groupes :



# SÉCURITÉ ACTIVE

- \* Communication régulière entre les enseignants et les divers intervenants
- \* Les élèves doivent être informés des tâches à effectuer: dispositifs, buts, consignes...
- \* Les élèves auront participé à la construction des règles de fonctionnement de la piscine (ne pas courir...)

# SÉCURITÉ ACTIVE

- \* Les adultes doivent compter régulièrement les groupes d'élèves.
- \* Pas de déplacements aux toilettes non accompagnés
- \* Pas de retour d'élèves vers le bassin après la séance: vigilance de l'enseignant
- \* Avec les débutants, avoir une frite ou une perche à portée de main

# SÉCURITÉ ACTIVE

- \* Voir en permanence tous les élèves du groupe
- \* Ne pas faire sauter les élèves dans les angles
- \* Utiliser une surface de travail adaptée au niveau des élèves
- \* Gérer le nombre de « débutants » sur une ligne d'eau ou sur un « rail »

# SÉCURITÉ PASSIVE

\* en rapport avec la loi:

- respect de la température de l'eau minimum 27°
- pas de croisement du public et des scolaires: bassins, vestiaires, sanitaires

\* les dispositifs:

- organisation matérielle adaptée au niveau des élèves pour que chacun agisse en sécurité maximum
- chaque enseignant doit savoir avec qui sont ses élèves

# SÉCURITÉ PASSIVE

## \* le plan de circulation:

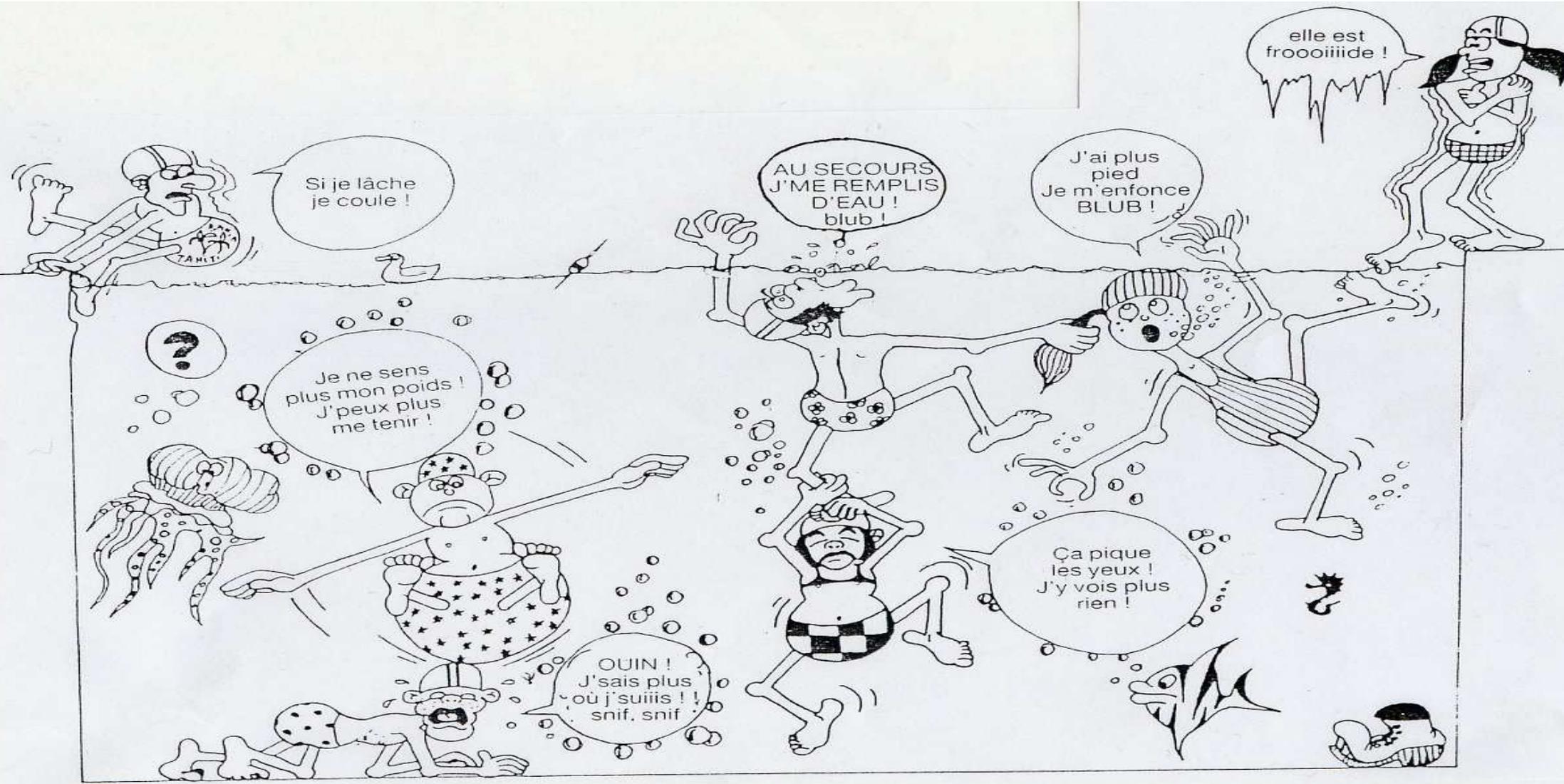
- accueil de 2 classes par vestiaire (un côté garçons, un côté fille)
- surveillance assurée par les enseignants aidés par des parents d'élèves
- après le vestiaire, le passage par les toilettes puis par la douche est obligatoire
- éviter les croisements de classes : vigilance de l'enseignant

## \* hygiène:

- vérifier et exiger la propreté des élèves

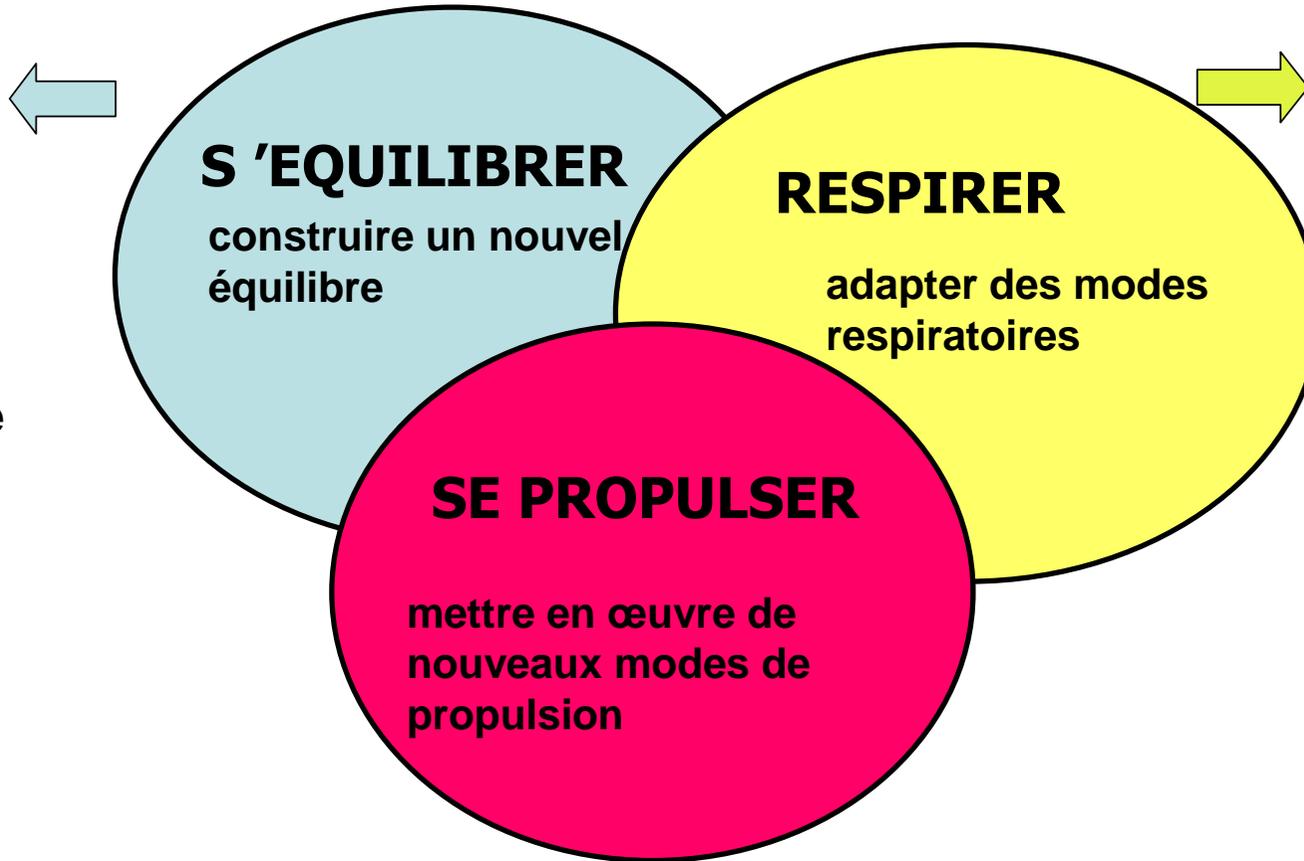
COMMENT DEFINIR LE  
« SAVOIR NAGER » ?

# LES ANGOISSES DU DEBUTANT



- Basculer la tête pour aligner à l'horizontal les segments corporels.

- Efficacité de la propulsion (plus on se déplace vite, meilleure est l'équilibre)



- Apnée contrôlée

- Inspiration brève

- Expiration longue, forcée, sous l'eau

- Rechercher le rythme adapté à la nage, au nageur (trouver le moment propice)

- Alignement tête - tronc - jambes
- Trouver des points d'appuis en tirant , poussant (paume de la main, doigts, jambes, pieds)
- Maintenir les appuis par des actions amples
- Enchaîner les appuis en coordonnant les actions

# PROBLEMES FONDAMENTAUX

- **créer un nouveau mode de déplacement fondé sur :**
  - un nouvel équilibre
  - de nouvelles coordinations motrices
- **remettre en cause la propulsion du terrien vers la construction d'une propulsion de nageur**
- **gérer un nouveau mode de respiration en lien avec les déplacements**
- **accepter la prise de risques tout en respectant les consignes de sécurité.**

MISE EN OEUVRE

## **UN PRINCIPE**

Aller à la piscine = Plaisir pour  
l'élève

# PREPARATION DE 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).

# CONCEVOIR

- 2 objectifs d'apprentissage au maximum (nouveau/ révision)
- 3 situations au maximum pour une séance de 40' (répétition)
- 1<sup>ère</sup> situation de mise en activité: critères à prendre en compte (rapide à mettre en place – réalisable par tous – dynamique)
- 2 verbes d'actions pour organiser et choisir les situations : entrer, se déplacer, s'immerger
- Possibilité d'utiliser des situations vécues lors des séances précédentes en les rendant plus difficiles

# CONCEVOIR : Proposition de plan de séance

Accueil-Prise en main (5')	Vérifier l'effectif tout au long de la séance. Annoncer contenu de la séance.
Mise en train (5')	Mettre rapidement les enfants en activité avec une situation déjà connue.
Partie principale (25')	2/3 du temps: reprise de la (ou des séances précédentes) – répétition=facteur essentiel 1/3 temps: introduction d'un nouvel apprentissage.
Réinvestissement (5')	Proposer aux élèves de réessayer certains éléments de la séance. Partie supprimée si séance plus courte.
Bilan de la séance (5')	Objectifs atteints ou non ? Pourquoi ?

# CONCEVOIR : Contenus d'une séance

**Pour des débutants** : privilégier la familiarisation et les différentes entrées dans l'eau puis lorsque les enfants n'ont plus peur de l'eau (y entrent sans problème), prévoir dans vos séances environ 50% de situations d'équilibre, 30% de situations de respiration et 20% de propulsion.

**Pour des enfants en perfectionnement** (plus à l'aise) : prévoir dans vos séances un tiers de chaque composante (équilibre – respiration – propulsion)

**Pour des nageurs experts** : prévoir 20% d'équilibre, 30% de respiration et 50% de propulsion.

# REALISER LES SITUATIONS

- Réaliser un maximum de situations en grande profondeur pour les débutants
- Réaliser plusieurs essais: découverte, action, progression
- Prévoir si possible pour chaque situation plusieurs niveaux de difficulté
- Réaliser des situations qui permettent des enchaînements d'actions
- La dernière situation peut reprendre les situations précédentes et les enchaîner

# REALISER LES SITUATIONS

- Proposer au moins une situation sans support matériel
- Varier les organisations
- Utiliser des distances adaptées à des réponses de qualité plutôt que de trop longues distances

# La construction du nageur : la part de chaque composante de la natation pour chaque étape

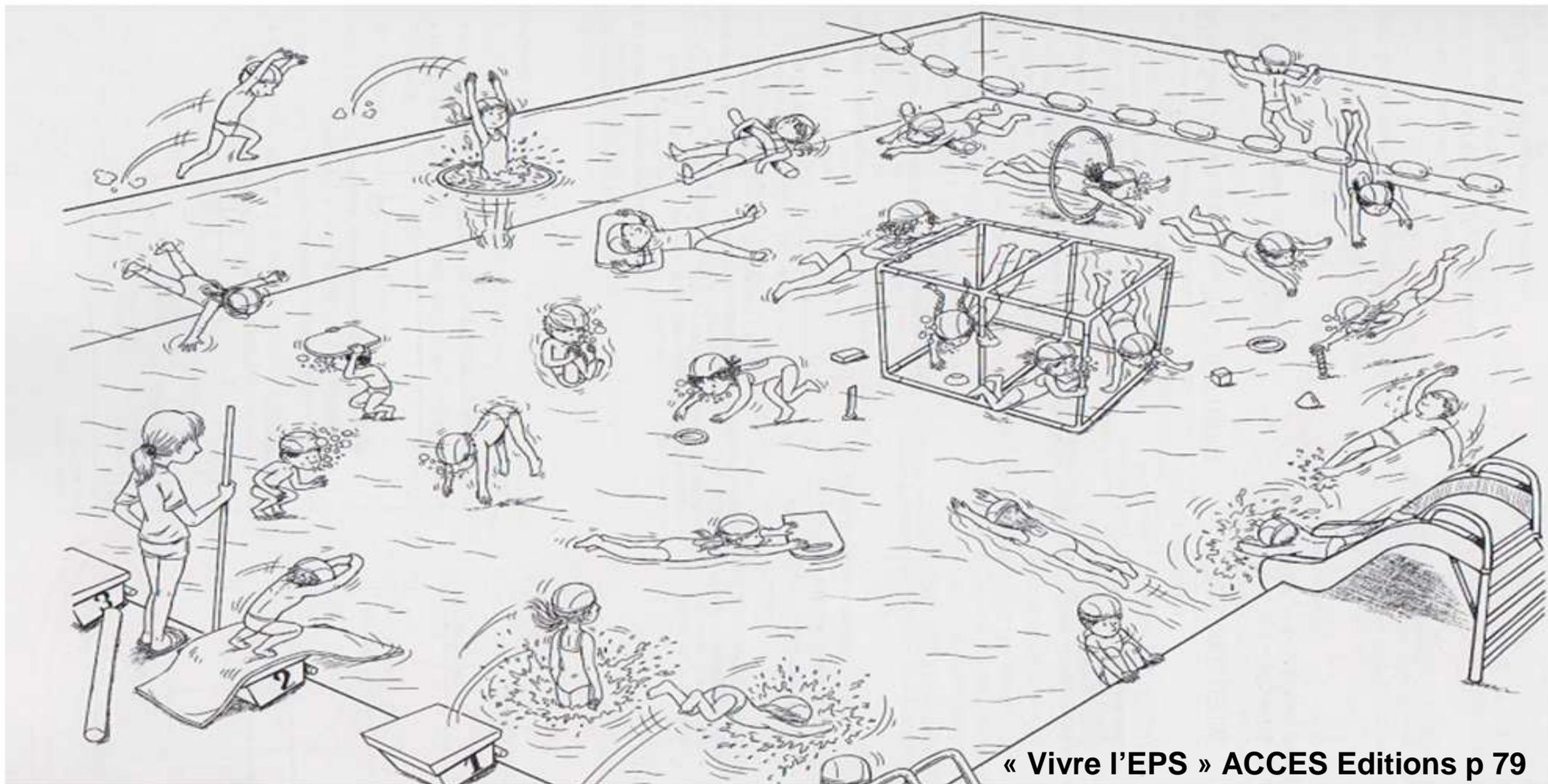
		Familiarisation	Equilibre	Propulsion	Respiration
ETAPES					
I		Première découverte du milieu (rondes, petits trains, jeux de déplacements...)			1ères actions de bras en marchant
II	Pour l'enfant qui débute....	Découverte du grand bain Premières immersions complètes	Perdre ses appuis plantaires		Actions de bras PB et jambes GB
III		Rester sous l'eau Ouvrir les yeux, la bouche Explorer la profondeur Sauter dans le grand bain	Vivre différentes situations de remontées passives		Actions de bras et jambes pour s'équilibrer
IV	Vers l'enfant qui flotte	Se laisser flotter dans l'eau dans différentes positions, vers l'allongement (ventral, dorsal)			Actions de bras et de jambes pour se redresser, s'équilibrer
V	Vers l'enfant qui glisse	Réaliser de longues glissées ventrales et dorsales (en ayant compris le rôle fondamental de la tête)			Utiliser des appuis solides pour se propulser
VI	Vers l'enfant qui nage ...15m	Rester profilé et indéformable malgré les perturbations dues aux mouvements propulsifs des bras	Prolonger la glissée grâce à des battements de jambes (en ventral et en dorsal) Ajouter le vrai moteur : les bras (ventral et dorsal)		Souffler dans l'eau, inspirer hors de l'eau plusieurs fois de suite (hors nage)
VII	Vers l'enfant qui nage vite et/ou longtemps	Rester profilé et indéformable malgré les perturbations dues à la propulsion et à la respiration Réaliser des plongeon	Améliorer l'efficacité de sa propulsion en crawl et dos pour nager plus loin		Souffler en fin de glissée Se propulser en apnées successives
		Améliorer l'équilibre de ses nages pour être plus efficace	Améliorer les trajets moteurs et l'amplitude/fréquence, pour nager plus loin et/ou plus vite		En crawl, construire une respiration aquatique et la coordonner, pour nager plus loin
					Améliorer sa respiration pour diminuer les freins (nager vite) et mieux gérer son effort (nager longtemps)

William BÉHAGUE – Patrice MICHEL – Sylvie ROST – Denis WESTRICH

Tous en nage – Conseillers Pédagogiques en EPS du Haut-Rhin – septembre 2011

# EVALUATION

- Pourquoi?
- Quoi?
- Comment?





# DOCUMENTATION

