

## Extraits document départemental Jura 2012

### 2. PARTICULARITES DE L'ACTIVITE ET CHOIX PEDAGOGIQUES.

#### 21. Les trois fondamentaux de la natation et les contraintes du milieu.

« Nager » renvoie à savoir « se déplacer dans toutes les dimensions de manière autonome, en prenant en compte la spécificité du milieu ».

La natation est une activité qui remet en cause trois principes essentiels du comportement humain : équilibre, propulsion, respiration.

Elle modifie la plupart des sensations mises en jeu dans les déplacements terrestres et elle nécessite une prise de risque : la composante émotionnelle est donc très forte.

C'est une activité privilégiée par rapport à une éducation à la sécurité pour soi et pour les autres.

#### Enjeu :

En priorité l'enjeu est sécuritaire : l'adaptation à un nouveau milieu permet progressivement de maîtriser les déplacements, d'accéder à l'autonomie et ainsi d'assurer la sécurité de l'enfant.

Il s'agit, par ailleurs, d'une activité qui doit procurer du plaisir et donner les moyens d'accéder à la pratique d'activités nautiques de pleine nature et de loisirs.

#### Problème fondamental :

Se déplacer dans l'eau nécessite une modification fondamentale du fonctionnement habituel du terrien en étant confronté en permanence aux problèmes suivants : s'équilibrer, créer et entretenir de la vitesse en conservant l'équilibre, gérer ses ressources énergétiques notamment sur le plan respiratoire.

	Activités terrestres	Activités aquatiques
Équilibre	<u>Équilibre vertical</u> - Tête verticale - Regard horizontal - Réflexes labyrinthiques - Tonus de soutien - Réflexes plantaires - Soumission à la pesanteur	<u>Équilibre horizontal</u> - Tête horizontale - Regard vertical - Sensations labyrinthiques modifiées - Sensations toniques modifiées - Réflexes plantaires supprimés - Poussée d'Archimède
Respiration	- Respiration nasale - Expiration passive - Durées d'inspiration et d'expiration égales - Pas de résistance à l'expiration	- Respiration volontaire puis automatisme acquis par la bouche - Expiration longue et active - Inspiration brève et réflexe - Pression de l'eau à vaincre pour expirer
Propulsion	- Jambes motrices - Bras équilibrateurs - Appuis fixes et solides - Actions musculaires en force décroissante - Résistance à l'air négligeable	- Jambes équilibratrices - Bras moteurs - Appuis fuyants et mouvants - Actions musculaires en force croissante - Résistance réelle de l'eau

L'enfant sera donc confronté à la résolution de trois types de problèmes :

- L'adaptation à un nouveau mode respiratoire.
- La construction d'un nouvel équilibre.
- La mise en œuvre de nouveaux modes de propulsion.

L'enseignant proposera des situations liant les trois domaines. En effet, une mauvaise adaptation respiratoire, perturbera l'équilibre et rendra tout déplacement difficile.  
Exemple : varier les modes d'entrée dans l'eau, orientations différentes.

## 22. Recommandations pratiques.

Le **parcours d'apprentissage** de l'élève doit comprendre des moments de découverte et d'exploration du milieu aquatique - sous **forme de jeux et de parcours** soutenus par un matériel adapté -, et des moments d'enseignement progressifs et structurés souvent organisés sous **forme d'ateliers**.

**La constitution des groupes** de travail ne restera pas figée pour la durée du cycle. Elle **pourra varier** en fonction des situations proposées et des objectifs de la séance.

- Le groupe n'est pas obligatoirement toujours sous la responsabilité du même enseignant.
- L'organisation de la séance doit permettre une **quantité suffisante d'actions**.

**L'aménagement du bassin**, en vue de permettre des mises en situations variées, en surface et en profondeur (surtout pour les débutants) ne saurait se réduire à l'unique utilisation des lignes d'eau (exemple : cordes en surface, en profondeur, perches fixées...).

Quelques transformations minimales, ancrages par exemple, permettraient d'enrichir les possibilités.

### **L'utilisation du matériel :**

Les ceintures et planches doivent être considérées comme du matériel facilitant le travail de propulsion et de respiration et non pas comme des « bouées de sauvetage ». Elles doivent être utilisées à bon escient et non systématiquement.

Eviter le stockage de matériel abondant sur les bords du bassin, la surveillance peut devenir difficile.

Le matériel peut être rangé par les élèves en fin de séance.

### **L'encadrement et la gestion des groupes :**

Plusieurs organisations sont possibles dès lors que l'intervenant est agréé ou qualifié :

- L'enseignant et l'intervenant enseignent conjointement auprès du groupe classe.
- L'enseignant et l'intervenant se partagent le groupe classe et enseignent séparément.
- La classe est partagée entre plusieurs intervenants et l'enseignant circule dans les différents groupes.

### Remarques :

- Privilégier le même intervenant pour sécuriser les petits.
- Eviter de confier à un parent un groupe d'élèves dans lequel se trouve son enfant.

### **Le partage du bassin :**

La superficie de certains bassins permet à plusieurs classes de fréquenter simultanément un même bassin. Cela impose un partage de l'espace et du matériel. Cette répartition ne peut être improvisée. Elle doit être réfléchie conjointement.

C'est pourquoi il semble nécessaire que les enseignants fréquentant le même créneau se mettent en relation préalablement. Cela implique par ailleurs une anticipation des exercices qui vont être proposés aux élèves.

## 23. Différents types d'organisation de classe

	<b>Avantages</b>	<b>Inconvénients</b>
<b>Utilisation libre d'un aménagement du milieu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quantité d'actions variées</li> <li>- Diversification des actions motrices</li> <li>- Motivation</li> <li>- Respect des rythmes des enfants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestion du groupe par l'enseignant</li> <li>- Sécurité</li> <li>- Mise en place, installation, rangement</li> <li>- Place et rôle de l'enseignant</li> <li>- Observation et évaluation difficiles</li> </ul>
<b>Parcours parallèles à tâche identique</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Forte quantité d'actions</li> <li>- Consigne unique =&gt; facilité</li> <li>- Installation et rangement possibles par les élèves</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pas de différenciation possible</li> <li>- Difficulté à gérer plusieurs parcours en même temps</li> </ul>

	- Observation des élèves plus simple	- Respect de la consigne : difficile à apprécier
<b>Parcours parallèles à niveaux de réalisation différents</b>	- Autonomie liée au niveau d'apprentissage - Contrainte adaptée à la ressource de l'enfant, différenciation possible - Observation individuelle et remédiation possibles	- Difficile de gérer deux ou trois parcours en même temps - Avoir bien apprécié le niveau de ressources des élèves - Installation matérielle longue et compliquée
<b>Grand groupe à tâche identique au même moment</b>	- Vision globale par l'enseignant - Respect de la consigne - Evolution du jeu facilitée pour l'enseignant	- Pas de différenciation possible - Quantité d'action variable selon les élèves - Pas d'autonomie des élèves
<b>Ateliers tournants à tâches différentes</b>	- Autonomie complète sur les ateliers - Rotation = organisation facile - Composition des groupes à l'initiative de l'enseignant - Consignes données une seule fois - Gestion du temps	- Manque d'adultes dans les groupes - Peu d'individualisation de l'enseignement - Respect de la consigne difficile à apprécier - La rotation des groupes rompt avec la progressivité des apprentissages dans les ateliers
<b>Petits groupes de travail</b>	- Chaque groupe gère son contrat d'apprentissage - Tâche adaptée au niveau de réalisation des élèves - Enseignant = personne ressource pour faire progresser	- L'enseignant doit se fixer sur un seul groupe sinon dispersion des conseils - Effet de frustration possible chez les élèves - Durée de l'apprentissage limitée
<b>Jeux</b>	- Motivation et participation - Décentration et dédramatisation	- Perte de visibilité voire inadaptation avec les apprentissages visés

#### 24. Quelques repères pour favoriser les apprentissages.

- **L'enfant doit découvrir seul de nouvelles sensations**, éviter de le porter ou de le manipuler.
- **L'immersion de la tête** est indispensable et doit être systématiquement recherchée.
- Les élèves agiront **d'abord sous l'eau** avant d'apprendre à se déplacer en surface.
- La maîtrise de l'équilibre du corps, quelle que soit sa position dans l'eau est la première garantie de sécurité.
- L'équilibre aquatique se construit **en grande profondeur** et **sans matériel de flottaison**.
- Le travail de propulsion est associé le plus souvent possible à un rythme respiratoire adapté.
- L'apprentissage de la propulsion aquatique est global et diversifié. Tous les modes de propulsion sont abordés simultanément (nages codifiées, natation synchronisée, *sauvetage...*).
- Cet apprentissage n'est pas la reproduction d'un geste mais **la recherche de sensations justes et d'actions efficaces** par rapport à l'objectif à atteindre.
- **La quantité et la variété des actions** sont déterminantes dans les acquisitions motrices.
- **La fréquence des séances** est également primordiale dans la construction de cette motricité nouvelle.