

LIVRET PEDAGOGIQUE

AISANCE AQUATIQUE



Le programme de l'aisance aquatique s'inscrit dans le cadre du **plan de prévention et de lutte contre les noyades** lancé en 2019 par le **Ministère de l'Éducation Nationale et de la Jeunesse** et le **Ministère des sports**.

L'école, de par sa politique éducative sociale et de santé en faveur des élèves, joue un rôle majeur dans le déploiement de ce programme.

L'aisance aquatique se définit comme « une expérience positive de l'eau qui fonde la capacité d'agir de façon adaptée dans une diversité de situations rencontrées en milieu aquatique ».

Elle concerne en priorité les élèves entre **4 et 6 ans**. Néanmoins, il est possible de s'y référer à tout âge pour lever les blocages qui empêchent l'entrée ou la progression dans le savoir-nager.

L'acquisition de l'aisance aquatique sera effective lorsque l'élève :

- ✓ se sera approprié et acceptera l'action de l'eau sur son corps
- ✓ sera capable de s'orienter et d'évoluer dans le milieu pour se diriger là où il pourra s'en extraire.

Il aura construit un fonctionnement adapté au milieu aquatique contribuant à sa sécurité active sans gêne et en relative autonomie.

Les axes de situations proposées concernent : les modalités de l'entrée dans l'eau, l'immersion, l'équilibre de flottaison sans déplacement, le déplacement, la sortie autonome de l'eau.

Au travers des items travaillés, l'élève doit vivre des expériences motrices aquatiques variées pour comprendre et s'approprier les effets de l'eau sur son corps et transformer sa motricité (passer d'une organisation du corps « terrien » à une organisation du corps dans le milieu aquatique) pour bénéficier des propriétés physiques du milieu.

Ces transformations et acquisitions vont lui permettre de dépasser les peurs profondes qui font obstacle à son engagement dans le milieu et à sa progression.

Ce n'est qu'à cette condition que l'élève pourra ensuite poursuivre son parcours d'apprentissage de l'élève nageur via la maîtrise du savoir-nager.

Les situations proposées doivent se réaliser dans un espace répondant à des **conditions** :

- ✓ **Grande profondeur** (la hauteur de l'enfant + la hauteur de ses bras levés)
- ✓ **Sans matériel de flottaison**

Ces deux conditions permettent à l'élève vivant les situations de perdre les appuis plantaires et s'approprier l'immersion.

L'acquisition de l'aisance aquatique passe par **3 paliers** correspondant à la **construction du corps flottant** :

- ❖ **Palier 1** : Entrer seul dans l'eau, se déplacer en immersion complète (tête sous l'eau) et sortir seul de l'eau.
- ❖ **Palier 2** : Sauter ou chuter dans l'eau, se laisser remonter, flotter de différentes manières, regagner le bord et sortir seul.
- ❖ **Palier 3** : Entrer dans l'eau par la tête et remonter à la surface, parcourir 10 m en position ventrale tête immergée, flotter sur le dos avec le bassin en surface, regagner le bord seul et sortir seul.

Ces 3 paliers de compétences sont successivement validés en fonction de la progression individuelle de chaque élève et ne sont pas corrélés à des niveaux de classe.

Fonctionnement du livret

Au fur et à mesure de l'acquisition de nouvelles compétences, l'élève coche les vignettes correspondantes.

Les vignettes rendent compte des différentes étapes par lesquelles l'élève peut passer pour chacun des axes (entrées et sorties de l'eau, immersion, déplacement) pour atteindre progressivement les 3 paliers de l'Aisance Aquatique. Cependant, chaque étape ne constitue pas un passage obligé. Si l'objectif pour chaque palier est commun à l'ensemble des élèves, le cheminement est individuel (toutes les vignettes ne seront peut-être pas cochées).

Quand l'enseignant constate que l'élève réussit à atteindre le niveau de maîtrise du palier attendu pour chacun des axes, il valide l'acquisition du palier.

Aspects sécuritaires

Sortir seul par le bord du bassin.

Cet item constitue le **seul attendu** des 3 paliers de l'aisance aquatique.

Cependant, la configuration de certaines piscines privées (bord beaucoup plus haut que le niveau de l'eau) ne permet pas aux enfants de sortir par le bord.

Quand cet attendu est maîtrisé, et seulement à cette condition, les élèves se verront proposer des situations nécessitant de s'organiser pour trouver d'autres moyens de sortir en sécurité (ex : se déplacer en suspension à l'aide du bord du bassin pour rejoindre l'échelle ou les marches).

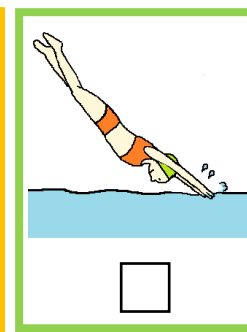
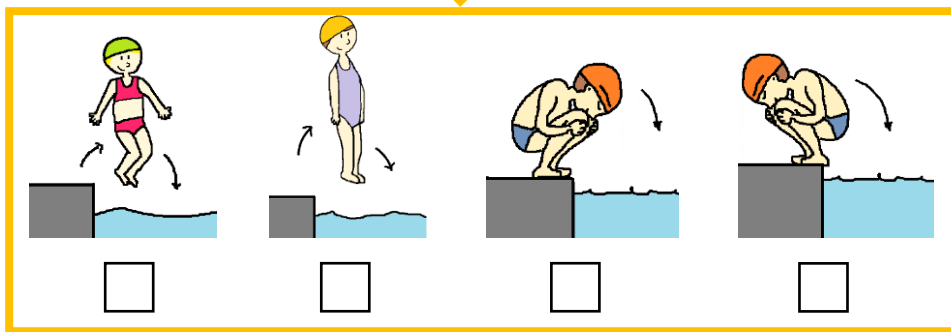
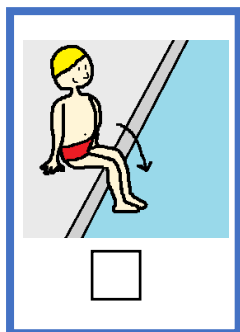
Les chutes en avant ou en arrière

Ces chutes dans le milieu aquatique font perdre les repères dans l'espace.

C'est pourquoi, les élèves vont progressivement apprendre à se rééquilibrer et se réorienter pour pouvoir se déplacer.

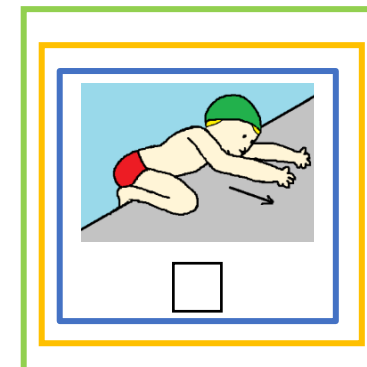
Sens du progrès **ENTREES ET SORTIES DE L'EAU****LES ENTREES DANS L'EAU**

Attendu palier 2
« Sauter ou chuter dans l'eau »



Attendu Palier 1
« Entrer seul dans l'eau »

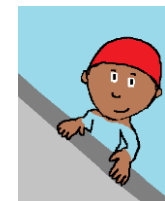
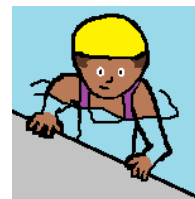
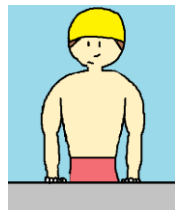
Attendu Palier 3
« Entrer dans l'eau par la tête et remonter à la surface ».

LES SORTIES DE L'EAU

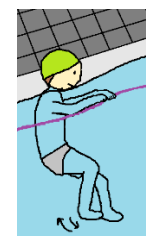
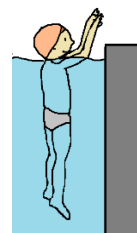
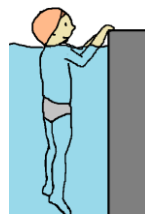
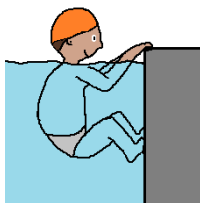
Attendu Paliers 1, 2 et 3
« Sortir seul de l'eau »

Sens du progrès **POSTURES**

Nécessité 1 : immerger les épaules.
→ Passer du corps en appui au corps en suspension.



Nécessité 2 : perdre les appuis plantaires
→ S'approprier le rôle équilibrateur des jambes en suspension.



Sens du progrès **IMMERSION**

The image displays a sequence of 18 illustrations arranged in two rows, depicting a swimmer's progression through immersion. Each illustration is accompanied by a small empty square box below it.

The first row contains 11 illustrations:

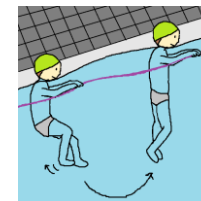
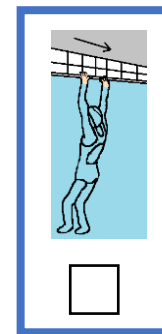
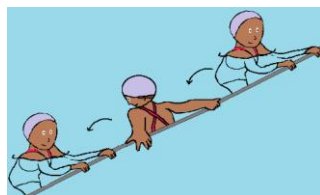
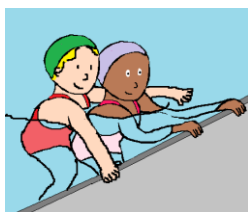
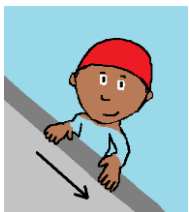
- 1. A swimmer in a starting position (dive).
- 2. A swimmer wearing an orange cap and goggles.
- 3. A swimmer wearing an orange cap and goggles, with a slightly different expression.
- 4. A swimmer wearing an orange cap and goggles.
- 5. A swimmer wearing an orange cap and goggles.
- 6. A swimmer wearing an orange cap and goggles.
- 7. A swimmer wearing an orange cap and goggles.
- 8. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '1' above the head.
- 9. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '3' above the head.
- 10. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '5' above the head.
- 11. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '7' above the head.
- 12. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '10' above the head.

The second row contains 7 illustrations:

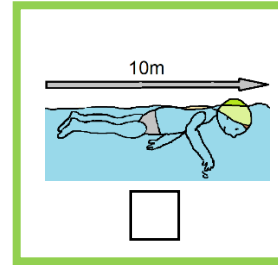
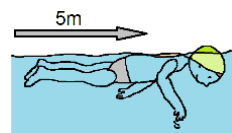
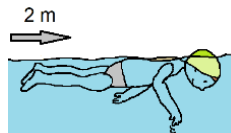
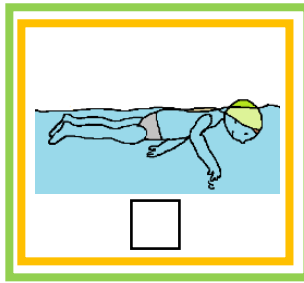
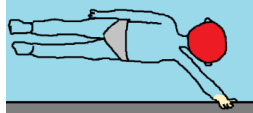
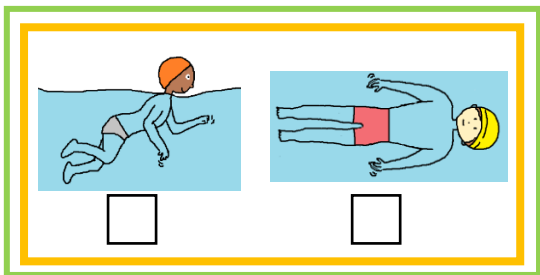
- 13. A swimmer wearing an orange cap and goggles.
- 14. A swimmer wearing an orange cap and goggles.
- 15. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '1' above the head.
- 16. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '3' above the head.
- 17. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '5' above the head.
- 18. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '7' above the head.
- 19. A swimmer wearing a green cap and goggles, with an hourglass icon labeled '10' above the head.

Sens du progrès **DEPLACEMENT**

Les déplacements horizontaux



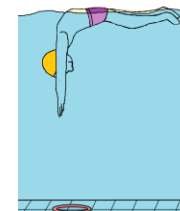
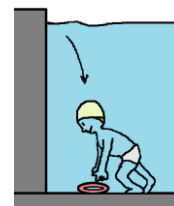
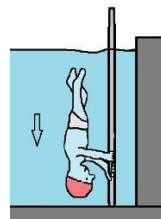
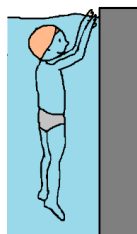
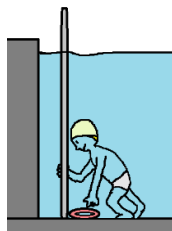
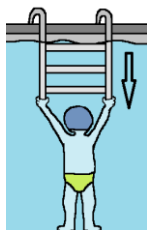
Attendu Palier 1
« Se déplacer en immersion complète »



Attendu paliers 2 et 3
« Regagner le bord seul »
→ Un seul de ces 3 comportements observables permet de valider la compétence attendue.

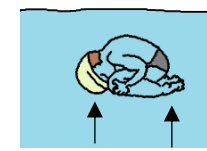
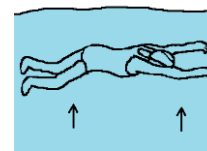
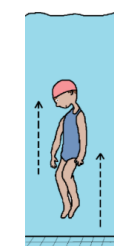
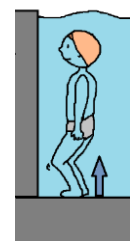
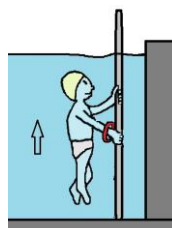
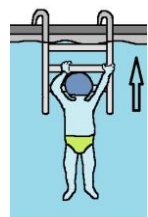
Attendu palier 3
« Parcourir 10 m en position ventrale tête immergée »

Les déplacements verticaux



S'immerger en profondeur

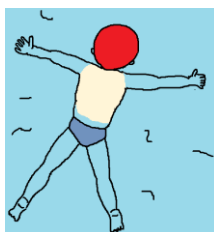
Remonter à la surface



Attendus palier 2

« Se laisser remonter » et
« Flotter de différentes manières »

La position statique



Attendu palier 3




« Flotter sur le dos
avec le bassin en
surface »

EVALUATION DE L'AISANCE AQUATIQUE

Tableau de relevé des items réussis pour valider les attendus relatifs à chacun des paliers.

Palier 1	Palier 2	Palier 3
Entrer seul dans l'eau <input type="checkbox"/>	Sauter dans l'eau <input type="checkbox"/> ou Chuter dans l'eau <input type="checkbox"/>	Entrer dans l'eau par la tête et remonter à la surface <input type="checkbox"/>
Se déplacer en immersion complète <input type="checkbox"/>	Se laisser remonter <input type="checkbox"/>	Parcourir 10m en position ventrale tête immergée <input type="checkbox"/>
	Flotter de différentes manières <input type="checkbox"/>	Flotter sur le dos avec le bassin en surface <input type="checkbox"/>
	Regagner le bord seul <input type="checkbox"/>	
Sortir seul de l'eau <input type="checkbox"/>		



..... maîtrise toutes les compétences attendues du palier 1 maîtrise toutes les compétences attendues du palier 2 maîtrise toutes les compétences attendues du palier 3
Palier 1 validé  Date : Niveau de classe :	Palier 2 validé  Date : Niveau de classe :	Palier 3 validé  Date : Niveau de classe :



.....
maîtrise l'**aisance aquatique**.

Bravo ! En route pour le « **savoir nager** » ...