

# Exemples de situations répertoriées et proposées pour la natation maternelle

par les enseignantes de NICE 1 :

- madame PINIER Sylvie de l'école BISCHOFFSHEIM maternelle
- madame LECLERC Sandrine de l'école du PORT maternelle
- madame FASSIER Corinne de l'école du PORT maternelle

et le conseiller pédagogique EPS :

- monsieur MORA Raymond

## LES ENTREES DANS L'EAU

### Niveau débutant

#### A la douche

- J'accepte de me doucher aidé, seul.

#### des escaliers

- Je descends les marches debout, assis.
- J'entre tout seul dans l'eau.
- J'entre en groupe, en donnant la main.
- J'entre en groupe, en file indienne, en tenant la taille d'un camarade.

#### du toboggan

- Je glisse du toboggan aidé (main tenue ; doigts tenus ; tenu à la taille à la réception).
- Je glisse du toboggan avec une frite.

#### du tapis

- J'utilise le tapis à 4 pattes.

### Niveau intermédiaire

#### des escaliers

- Je rentre dans l'eau sans avoir peur et en ayant les épaules immergées.

#### du bord

- Je saute du bord assis avec une frite.
- Je saute du bord, accroupi, avec une frite.

- Je saute du bord, debout, avec une frite.
- Je saute du bord, assis, sans frite.
- Je saute du bord, accroupi, sans frite.
- Je saute du bord, debout, sans frite.
- Je saute du bord avec un camarade (en se tenant la main).

### du toboggan

- Je glisse du toboggan sur le ventre.
- Je glisse du toboggan sur le dos.

### du tapis

- J'utilise le tapis debout et je saute dans l'eau.

## **Niveau expert**

### du bord

- Je saute plus loin vers une cible ou dans des cerceaux (cibles - cerceaux).

### dans le grand bain

- Je rentre par l'échelle du grand bain.
- Je saute du tapis.
- Je saute du bord en grande profondeur avec une frite.
- Je saute du bord en grande profondeur sans frite.
- Je plonge dans le grand bain avec une frite.
- Je plonge dans le grand bain et je reviens au bord.

## LES IMMERSIONS

### Niveau débutant

- Je m'arrose.
- J'accepte d'être arrosé.
- J'arrose mes camarades.
- Je pousse la balle de ping-pong avec la bouche.
- Je pousse la balle de ping-pong avec le nez.
- Je mets la bouche dans l'eau 3 secondes.
- Je participe à « dansons la capucine » en mettant la tête sous l'eau à la fin

### Niveau intermédiaire

- Je mets la bouche et le nez dans l'eau pendant 5 secondes
- Je joue au « message secret » (les enfants se passent un message secret sous l'eau)
- Je joue à « passe passe petit poisson ».
- Je passe sous la ligne d'eau.
- Je passe sous un cerceau.
- Je vais chercher un anneau lesté en m'aidant de la perche.
- Je vais chercher un anneau lesté au fond du bassin.

### Niveau expert

- Je m'immerge la tête pendant 5 secondes.
- Je montre un chiffre à un camarade sous l'eau.
- Je passe dans le tapis troué.
- Je passe sous un grand tapis.
- Je passe sous la ligne d'eau plusieurs fois en un temps donné.
- Je vais ramasser plusieurs anneaux lestés.
- Je passe sous plusieurs cerceaux.

## LES DEPLACEMENTS (équilibre et propulsion)

### Niveau débutant

- Je traverser le bassin en gardant mes appuis terrestres en position verticale (grands débutants).
- Je perds les appuis terrestres grâce à une ou deux frites (équilibre).
- Je m'accroche à un gros tapis, au sein d'un groupe (tapis déplacé par l'adulte).
- Je joue à la balle brûlante (une ronde ; on se passe une balle).

### Niveau intermédiaire

- Je me laisse tracter par quelqu'un qui tire ma frite.
- Je fais la planche avec une frite en position ventrale et dorsale.
- Je passe dans un cerceau immergé.
- Je joue aux « gendarmes et voleurs » avec appuis terrestres.
- Je me déplace seul avec une frite en position dorsale.
- Je me déplace seul avec une frite en position ventrale.
- Je joue aux « balles brûlantes ».

### Niveau expert

- Je me déplace sur un tapis.
- Je fais la planche sans frite.
- Je me mets en « boule ».
- Je passe dans plusieurs cerceaux immergés.
- Je joue aux « Gendarmes et voleurs » sans appuis terrestres.