ANNEXE 4 FICHE PEDAGOGIQUE

Activité physique : Natation
Leçon n° : 5ème sur 10
10 élèves de la classe ULIS avec 2 groupes de niveau : 6 nageurs avec le professeur des écoles et 4 débutants avec l'enseignante d'EPS = Q.-M.-K.-T.

Compétence(s) issue(s) du socle commun
Savoir nager
Compétence(s) (issue des programmes) cycle des apprentissages fondamentaux
Accepter et utiliser l'action de l'eau sur le corps
Se déplacer sur le ventre et sur le dos sur une quinzaine de mètres
S'immerger et se déplacer sous la surface en profondeur
Se laisser flotter et se maintenir sur place
Entrer dans l'eau en sautant
Compétences méthodologiques
Construire un projet d'action : se fixer un contrat (projet écrit consistant à faire un choix d'entrée dans l'eau, d'immersion et de déplacement parmi plusieurs propositions) et le réaliser.

Objectifs opérationnels (ce que j'attends précisément des élèves)
1. Etre capable de sauter du bord du bassin dans le bassin en grande profondeur sans l'aide de la perche
2. Etre capable d'aller chercher un anneau au fond du bassin en moyenne profondeur
3. Etre capable de réaliser une planche dorsale et passer en planche ventrale en grande profondeur
4. Etre capable de quitter le bord du bassin et se déplacer avec un appui

Déroulement

Consignes	Matériel	Organisation du travail
Claires, bien articulées avec utilisation d'un vocabulaire simple compréhensible Répétitions fréquentes Consignes données face à l'enfant en fixant le regard Exiger l'exécution de la tâche avec respect obligatoire de la consigne	Planches / frites / ceintures / ligne d'eau / perche / anneaux / cerceaux /cage / masques / palmes / tapis	Découpage en séquences : - Respiration/ ventilation - Immersion - Entrée dans l'eau - Locomotion - Equilibration Diversification de l'espace : - Petite profondeur - Moyenne profondeur - Grande profondeur

Différenciation

Q.	K.	T.
Respiration Une expiration volontaire permettant de vaincre la pression de l'eau Une reprise d'inspiration calme pour vaincre l'étouffement Une immersion décontractée	**Equilibration** L'assimilation d'un équilibre nouveau Découvrir la portance de l'eau **Immersion** S'immerger dans tous les axes	**Locomotion** Trouver la force propulsive par battement des pieds **Flottaison** S'horizontaliser à la surface de l'eau et tenir la posture

Freins à l'apprentissage		
Peur Angoisse Flot de paroles Souvent en déséquilibre avant	Contraction musculaire excessive	Difficulté à accepter la position de bascule de la tête vers l'arrière et à mettre les oreilles dans l'eau Fatigabilité Manque de concentration
Objectif de leçon		
-Souffler fort par la bouche pour empêcher l'eau d'entrer Contrôler la durée de son expiration Travail sur le cycle respiratoire : 1.Inspirer à fond 2.Bloquer sa respiration 3. Expirer à fond	-Immerger la face pour s'allonger sur le ventre et immerger les oreilles pour s'allonger sur le dos -Changer de position : de la planche faciale vers la planche dorsale	-Conserver la posture allongée en surface face immergée associée à des battements de jambes pour quitter le monde solide provisoirement
Exercices		
-Souffler au ras de l'eau en poussant une balle de ping-pong puis souffler dans l'eau en poussant un ballon avec la tête -se placer sous une planche -Aller s'accroupir au fond du bassin, ouvrir grand la bouche pour envoyer un message/ crier -En descendant les mains le long de la perche, aller chercher un objet au fond -Passer entre les jambes d'un camarade	-2 planches sous les bras grouper et dégrouper les jambes, faire l'essuie-glace, tourner longitudinalement -Se laisser flotter en position verticale en tenant 2 frites -se laisser remorquer par les pieds -appuyer avec une oreille contre le bras pour tourner longitudinalement -s'équilibrer en boule	L'enseignant tracte avec une perche pour amener l'enfant à terminer en autonomie sur quelques mètres Se déplacer une main sur la ligne d'eau et l'autre tenant une planche Se déplacer le long de la goulotte et lâcher prise au niveau d'un obstacle à contourner En déplacement faire des cycles du bras libre (trajet moteur complet d'un membre supérieur) dans l'eau
Règles d'actions		
Compter les cycles respiratoires Différencier nez-bouche Souffler pour descendre	De la position verticale grouper les genoux pour se renverser	Mimer le battement des pieds avec les mains dans l'eau Faire le battement avec un appui goulotte puis en tenant la ligne d'eau puis avec une planche
Savoirs à construire		
Q. Accepter d'immerger la face et les voies respiratoires S'informer sous l'eau par la vue Se déplacer en grande profondeur avec facilité et confiance avec un appui type planche ou frite K. Maitriser le mouvement de la tête pour basculer vers le fond / accepter de perdre les appuis plantaires T. Utiliser des actions de jambes pour se déplacer / construire des appuis manuels permettant de rester sur place ou d'avancer **Parvenir à sauter du bord du bassin pour tous**		

ANNEXE 6

Evaluation et critères de réussite

Etre capable de réaliser le parcours suivant :

1. Faire une coulée ventrale en poussant le mur côté petite profondeur
2. Aller s'accrocher à la ligne d'eau et progresser sur toute la longueur du bassin
3. Passer sous un obstacle -le tapis- et poursuivre sa progression vers le plot
4. Du plot aller saisir l'échelle
5. Descendre à l'échelle pour toucher le fond et remonter à l'échelle

Etre capable de tenir 5" en planche ventrale (étoile) puis basculer en planche dorsale en petite profondeur. Faire le même exercice en grande profondeur.

Etre capable de sauter du bord de la piscine et de saisir la perche tenue par l'enseignant : accepter de se laisser couler et remonter

Remédiations

Points forts de la leçon	Points faibles de la leçon
Des acquisitions observables : - Passage sous la ligne d'eau et le tapis - Apnées de plus en plus longues - Anneaux de couleur bien récupérés - Planche dorsale - Perche un repère facilitateur et sécurisant pour le saut	L'entrée dans l'eau en grande profondeur à partir d'une position accroupie est acquise mais il y a blocage sur la position debout. La proximité du bord semble nécessaire à l'enfant et sauter loin est toujours une difficulté [attention que l'enfant ne se blesse pas en sautant près] Leur faire bien différencier le « rester tonique » à « se relâcher » Refaire le travail sur « accepter de ne rien faire pour ressentir la poussée de l'eau » car difficulté à s'allonger au fond du bassin / à descendre le long de la perche

- Systématiser les fiches individuelles plastifiées posées au bord du bassin (écrire gros)
- Ne pas les laisser tant que la tâche n'est pas essayé plusieurs fois (travail répétitif)