

Le bassin ne doit pas permettre l'appui plantaire (profondeur de la taille plus le bras tendu vers le haut). L'activité est proposée sans matériel de flottaison
Publics : tous publics non nageurs, enfants de 4 à 6 ans pour le dispositif priorité ministérielle et les financements classe bleue et stage bleu de ANS

Palier 1		Palier 2		Palier 3	
Passages obligés*	Objectifs	Tâches	Ce que j'observe au début	Les obstacles possibles	Ce que j'observe lorsque c'est acquis
Passage obligé 1	S'engager dans le milieu aquatique et découvrir une nouvelle locomotion	<ul style="list-style-type: none"> Entrer dans le milieu aquatique en grande profondeur Se déplacer le long de la goulotte Ressorir de l'eau (par l'échelle) Ressorir de l'eau en de multiples endroits 	<ul style="list-style-type: none"> Appréhension, inquiétude voire refus d'entrer dans l'eau Le déplacement s'effectue à l'aide des bras, par ancrage successif des mains à la goulotte Le buste rigidifié verticalement Les pieds et les genoux restent en contact avec le mur en recherche d'appui Les épaules sont émergées 	<ul style="list-style-type: none"> La peur de l'engloutissement (ce qu'il y a sous l'eau, de ne pas pouvoir prendre appui sur la plante des pieds, peur que la piscine n'ait pas de fond, peur de couler sans pouvoir se rattraper) L'incertitude quant à la posture à adopter Ne pas voir l'espace dans lequel on se déplace (l'espace d'action et l'espace de vision sont distincts) 	<ul style="list-style-type: none"> L'engagement à entrer dans l'eau L'enfant sort seul de l'eau Les épaules s'enfoncent dans l'eau, Les pieds ne sont plus toujours en contact avec le mur vertical et participent à la préservation de l'orientation du corps
Passage obligé 2	Passer de l'appui à la suspension	<ul style="list-style-type: none"> Multiplier les déplacements et la forme des déplacements en utilisant la goulotte 	<ul style="list-style-type: none"> Les épaules s'enfoncent dans l'eau Les pieds ne sont plus toujours en contact avec le mur vertical 	<ul style="list-style-type: none"> La peur de s'enfoncer L'action de l'eau sur le corps perturbe l'équilibre vertical de terrien 	<ul style="list-style-type: none"> Les épaules sont immergées Les déplacements à la goulotte sont multipliés Le passage de l'appui à la suspension Lors des déplacements de plus en plus rapides l'équilibre vertical est préservé par une action des jambes s'apparentant au schéma de la course
Passage obligé 3	S'immerger	<ul style="list-style-type: none"> Se déplacer et toucher la paroi avec différentes parties du corps au-delà des genoux et des pieds S'immerger pour expérimenter l'interruption de la ventilation S'immerger face dirigée vers le fond en ouvrant la bouche et les yeux 	<ul style="list-style-type: none"> Sortie de l'immersion rapide et largement au dessus de la surface Frottement du visage 	<ul style="list-style-type: none"> Le manque d'informations pour se représenter son corps et ce milieu Le manque de repère pour utiliser les informations Le schéma corporel perturbé 	<ul style="list-style-type: none"> Le visage est détendu sans grimace L'immersion de la totalité de la tête est acceptée
Passage obligé 4	S'immerger de plus en plus longtemps	<ul style="list-style-type: none"> Se déplacer en immergeant sa tête Augmenter la durée de l'immersion jusqu'à 10 secondes en se déplaçant 	<ul style="list-style-type: none"> La tête sort de l'eau précipitamment Les déplacements sont précipités 	<ul style="list-style-type: none"> La peur du remplissage (peur que l'eau envahisse le corps par les yeux, les oreilles, le nez, la bouche) 	<ul style="list-style-type: none"> L'espace d'action et l'espace de vision sont confondus (je vois ou j'agis) Les temps d'immersion s'allongent
Passage obligé 5	Accepter l'action de l'eau sur son corps	<ul style="list-style-type: none"> Toucher le fond avec les pieds, avec les genoux, avec la main et d'autres parties du corps Se laisser remonter sans rien faire 	<ul style="list-style-type: none"> Remontée active au début 	<ul style="list-style-type: none"> La peur de rester au fond La peur de l'engloutissement ou de la disparition 	<ul style="list-style-type: none"> La remontée est faite sans rien faire (passivement). Le temps de la remontée est plus long que le temps de la descente
Passage obligé 6	Sauter et se rendre indéformable pour « passer à travers » l'eau	<ul style="list-style-type: none"> Varié les sauts dans l'eau pieds les premiers pour toucher directement le fond avec les pieds . Se laisser remonter passivement et rester en surface immobile quelques instants avant de regagner le bord 	<ul style="list-style-type: none"> L'écartement des bras et les jambes qui se replient 	<ul style="list-style-type: none"> L'effondrement postural Le refus d'être entraîné vers le fond par la vitesse acquise) 	<ul style="list-style-type: none"> Les bras restent le long du corps ou dans son prolongement Le contact avec le fond L'alignement avec la verticale L'indéformabilité
Passage obligé 7	Accepter le déséquilibre et le changement de direction	<ul style="list-style-type: none"> Face au bassin, basculer du bord dans l'eau nuque fléchie (entrée par le haut du dos) Basculer en arrière nuque fléchie depuis le bord du bassin et entrer dans l'eau par le haut du dos 	<ul style="list-style-type: none"> Le redressement lors de la chute 	<ul style="list-style-type: none"> Les reflexes de redressement qui empêchent d'accepter la rotation Le regard porté vers l'avant empêche la bascule 	<ul style="list-style-type: none"> Le regard n'est pas orienté dans la direction du mouvement La rotation se poursuit dans l'eau pour se retrouver dos au mur
Passage obligé 8	Choisir sa forme pour s'orienter de différentes façons	<ul style="list-style-type: none"> Enchaîner remontée passive et flottaison en surface S'allonger sur le ventre arrivé à la surface, bras dans le prolongement du corps, tête immergée sous le bras quelques instants. Même chose sur le dos mais beaucoup plus longtemps : le temps de plusieurs échanges ventilatoires 	<ul style="list-style-type: none"> L'action de l'eau sur le corps est acceptée 	<ul style="list-style-type: none"> Posture anti gravitaire du terrien 	<ul style="list-style-type: none"> Des variations multiples des formes et des orientations du corps en surface sont observées. La tête « pilote » les orientations du corps

*En situation il n'y a pas un ordre contraint des passages obligés