

CE1 Séance 1	Séance 2 à 7	Séance 8 à 11	Séance 12
<p>Organisation de l'atelier dans le module 2, faire 2 groupes avec entrée commune (centre du bassin) mais déplacement opposé</p> <ul style="list-style-type: none"> - Groupe 1 : saut avec frite direction GB, immersion dans un cerceau en surface - Groupe 2 : saut avec ou sans frite, déplacement vers le PB, puis passage dans un cerceau à 0,80 	<p><i>Entrée :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Saut ou glissade sur tapis avec ou sans frite 	<p><i>Entrée :</i></p> <p>Complexifier les entrées :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saut tendu - Roulade PB - Tête la 1ère dans un tapis à trou 	<p>Faire un enchaînement d'action :</p> <p>Savoir Nager palier 1</p>
	<p><i>Déplacement :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sur le ventre ou sur le dos en diversifiant le matériel 	<p><i>Déplacement :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Coordonner les déplacements avec la respiration : je mets ma tête dans l'eau et je souffle tout en continuant de faire mes battements 	
	<p><i>Immersion :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Passer dans un cerceau du PB au GB, engager la tête en 1er 	<p><i>Immersion :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Etre capable de s'immerger à différentes profondeur : perche, cage à écureuil, cerceaux - L'enfant cherche à « plonger » la tête la 1ère → approche du plongeur canard 	
	<p><i>Equilibre :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Soit en mouvement à travers les déplacements sur le ventre ou le dos (avec matériel) - Soit en statique avec les étoiles de mer 	<p><i>Equilibre :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Etoile de mer sur le ventre/dos - Equilibre statique 	