

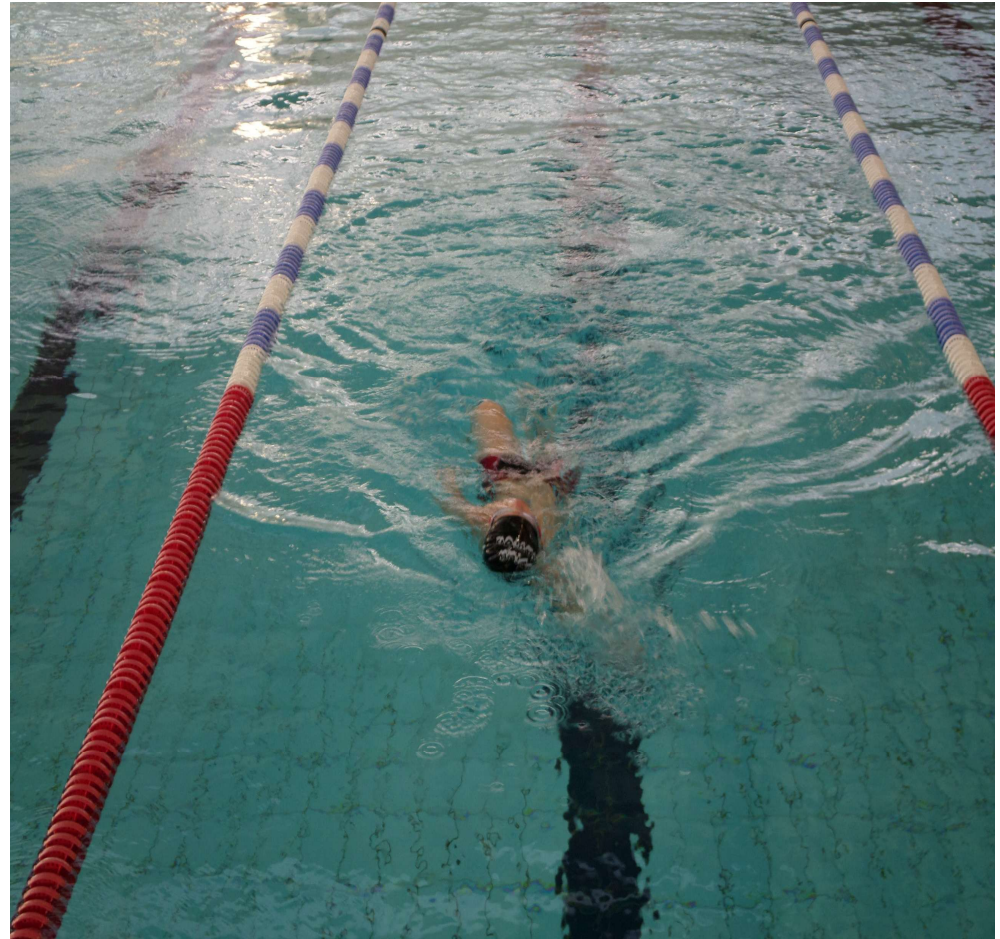
PROJET PEDAGOGIQUE

CYCLE 3

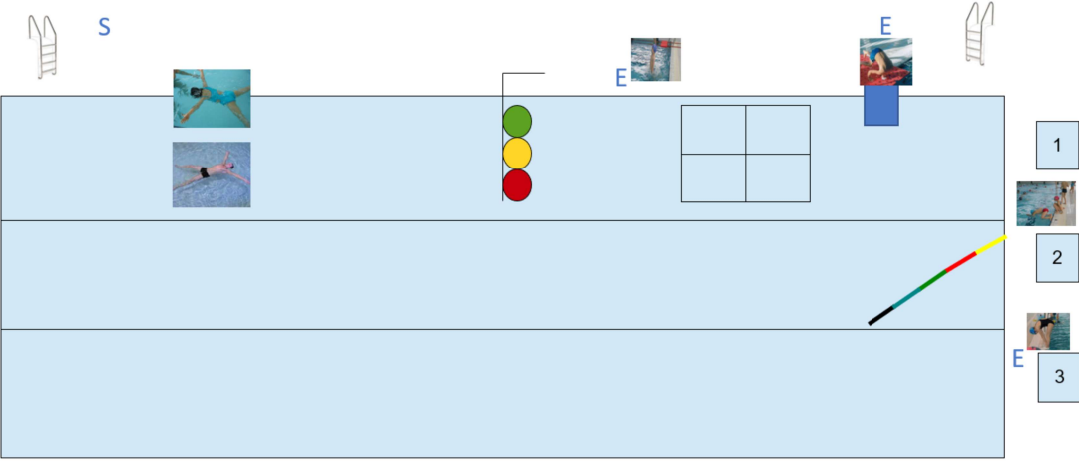
CM1-CM2

2025 – 2029

Centre Nautique de
Chassieu

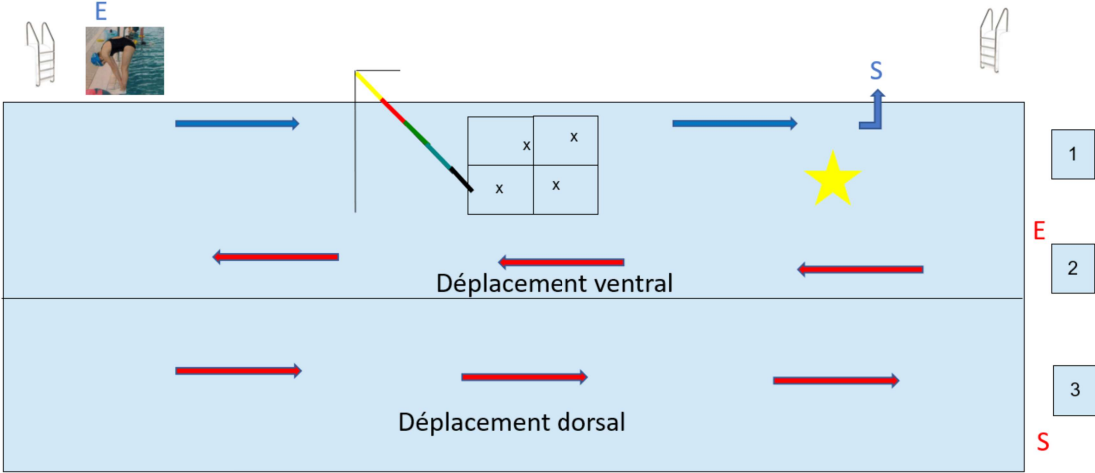


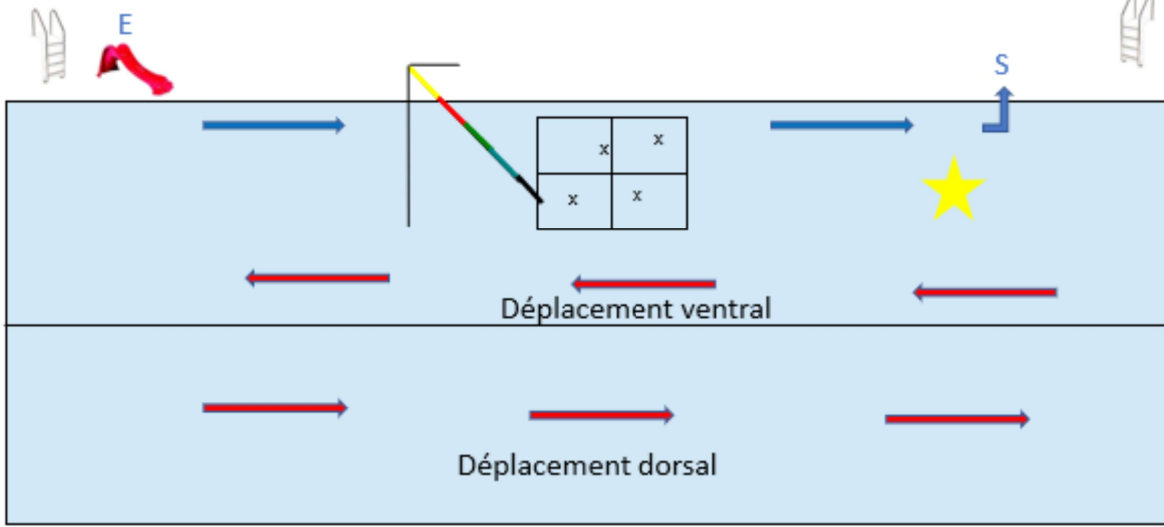
MODULE D'APPRENTISSAGE NATATION cycle 3: CM1/CM2- 11 séances			
Compétence travaillée:	Adapter ses déplacements à différents types d'environnement- Réaliser une performance		
Activité support :	NATATION		
Phase de référence	Phase d'apprentissage et de structuration + test du <<savoir nager>>	Phase de bilan	Découverte sauvetage ou natation synchronisée
Séance 1 et 2	Séances 3 à 6	Séance 7 et 8	Séance 9 à 11
Entrer dans l'activité Se situer	Apprendre, progresser et s'entraîner	Mesurer ses progrès	
Situer son niveau actuel	- S'engager lucidement dans l'action - Construire un projet d'action, en ayant pris connaissance du but, des critères de réussite et des manières de faire	- Reprise de la situation de référence - Mesurer l'écart entre les acquisitions du début et celles de la fin du module	Réutiliser ses acquis dans d'autres activités aquatiques

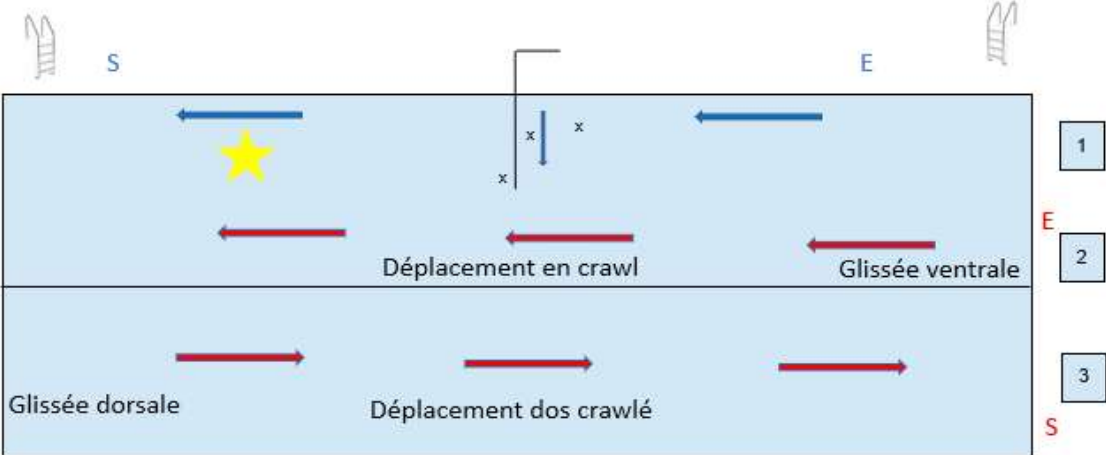
DISPOSITIF	PHASE DE RÉFÉRENCE	
L'espace, le matériel à partir desquels l'élève va évoluer. Prendre connaissance du dispositif en classe pour pouvoir choisir son parcours.		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Enchaîner plusieurs actions à partir du parcours construit par l'élève. Se fixer un projet d'actions, se confronter à sa réalisation en fonction de ses possibilités.	Chaque élève, individuellement, choisit en classe : 1 entrée 1 immersion 1 déplacement 1 flottaison qu'il est capable de réaliser. (fiche élève) Pendant la séance, l'enseignant/MNS observent les réussites et les reportent sur la fiche enseignant, préalablement remplie. Voir annexes 1 et 2.	Réussir au moins trois fois le parcours construit.

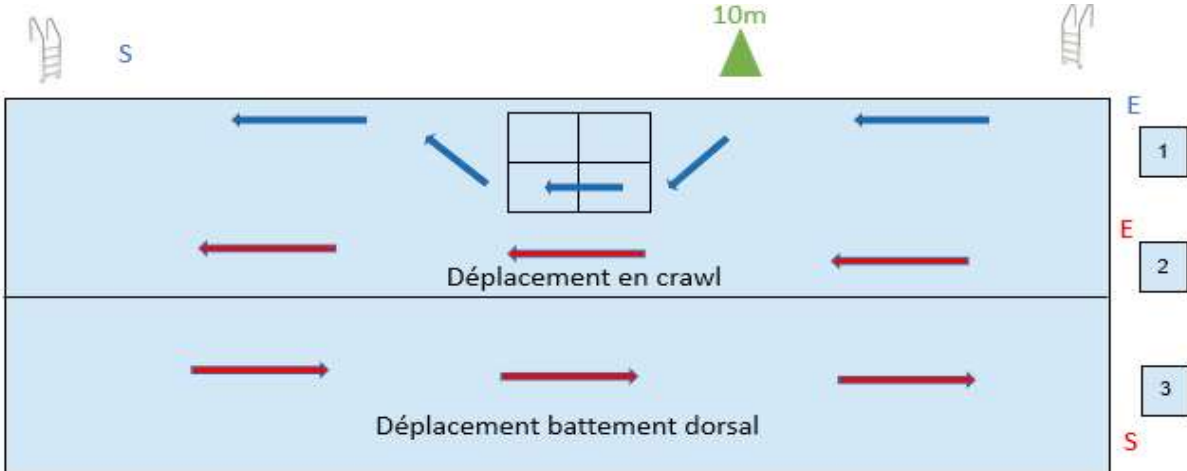
DISPOSITIF	PHASE DE RÉFÉRENCE	
- Plot - Cônes matérialisant les distances		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
S'engager dans des tâches progressivement complexes. Se déplacer en nageant le plus longtemps possible et en s'arrêtant le moins possible.	Test des 6 minutes. Voir fiche distance en annexe.	Nager 6 minutes en s'arrêtant le moins possible.

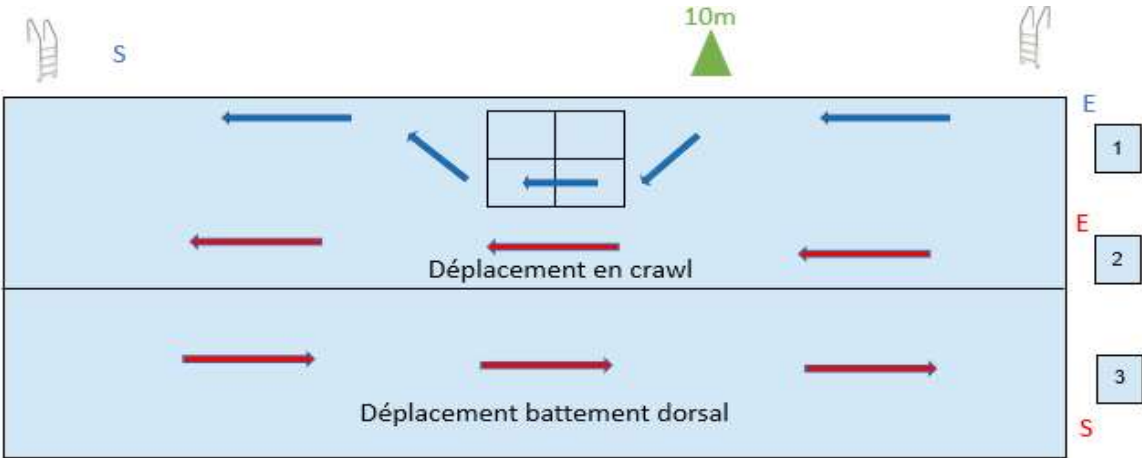
DISPOSITIF	PHASE DE STRUCTURATION	
-Toboggan -Perche oblique -Perche verticale -Cage -Objets lestés -Matériel de flottaison		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Entrer dans l'eau. S'immerger. Se déplacer et flotter. S'engager dans des tâches progressivement complexes.	<u>Parcours 1</u> : Glisser du toboggan de différentes façons, se déplacer sur le ventre le long du mur, descendre le long de la perche oblique, traverser la cage sans aide et réaliser une flottaison. <u>Parcours 2</u> : Plongeon debout, accroupi ou à genoux, suivi d'un déplacement ventral à l'aller et d'un déplacement dorsal au retour. Possibilité de passer le test du savoir nager. En classe, revoir le vocabulaire des nages codifiées crawl et dos crawlé.	Réussir 1 entrée, 1 immersion, 1 déplacement sans reprise d'appuis.

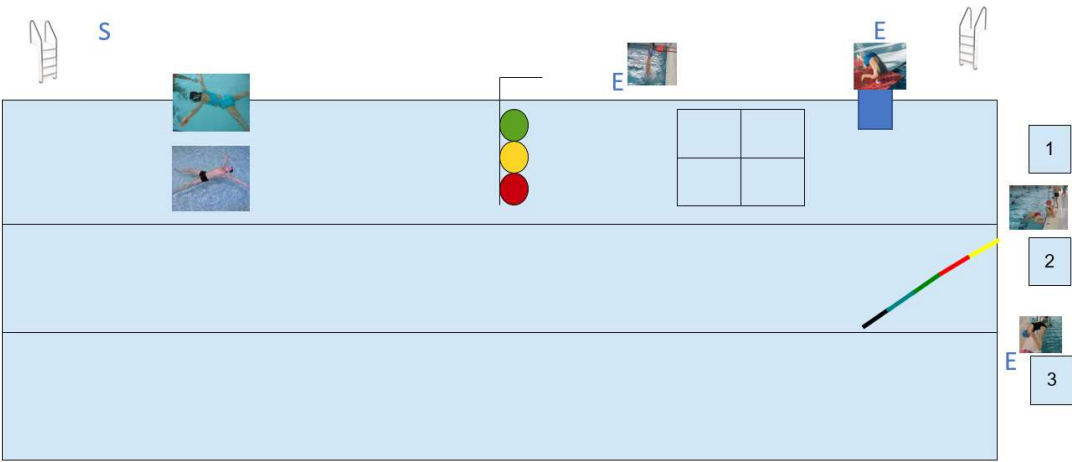
DISPOSITIF	PHASE DE STRUCTURATION	
- Perche oblique - Perche verticale - Objets lestés - Cage - Matériel flottant		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Entrer dans l'eau. S'immerger. Se déplacer et flotter. S'engager dans des tâches progressivement plus complexes.	<u>Parcours 1</u> : Chute arrière, descendre à la perche verticale. Descendre le long de la perche oblique, tête en avant, et remonter un objet en traversant la cage. Réaliser un déplacement ventral et flottaison. <u>Parcours 2</u> : Entrée dans l'eau en chute arrière. Se déplacer sur le ventre à l'aller. Glissée dorsale suivie d'un déplacement sur le dos au retour. Possibilité de passer le test du savoir nager. S'approprier le vocabulaire des nages codifiées crawl et dos crawlé.	Être capable de s'allonger de façon systématique au cours des différents déplacements. Être capable de souffler dans l'eau et d'inspirer brièvement.

DISPOSITIF	ATELIERS THÉMATIQUES	
- Perche oblique - Perche verticale - Objets lestés - Cage - Matériel flottant		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Se déplacer le plus allongé possible sur l'eau. Souffler dans l'eau et reprendre sa respiration. Les ateliers thématiques peuvent être proposés en fin de séance 3 et 4 pour répondre aux besoins des enfants.	> Se déplacer le plus loin possible en poussant au mur avec les pieds, les bras en avant, sans bouger et le visage dans l'eau. > Se déplacer sur le ventre, la tête hors de l'eau sur 12,5 mètres, puis le visage dans l'eau sur 12,5 mètres : faire un retour sur la position du corps. > Se déplacer en nage ventrale en faisant des bulles (souffler), se mettre sur le dos pour reprendre de l'air, puis de nouveau souffler en nage ventrale...	S'allonger pour se déplacer. Souffler dans l'eau. Développer une automatisation de la respiration en déplacement ventral.

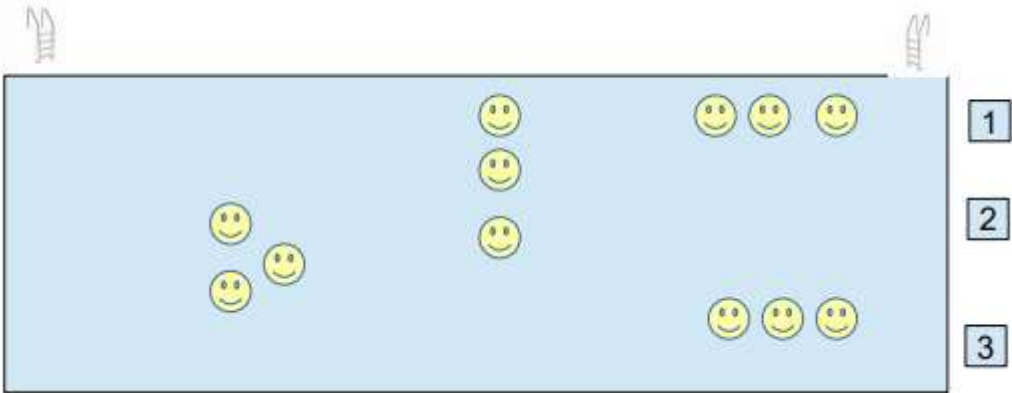
DISPOSITIF	PHASE DE STRUCTURATION	
- Perche verticale - Objets lestés - Matériel de flottaison		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Entrer dans l'eau. S'immerger. Se déplacer et flotter. S'engager dans des tâches progressivement plus complexes.	<u>Parcours 1</u> : Plongeon à genoux, déplacement sous l'eau environ 2 mètres. Descendre le long de la perche verticale, tête en avant, et ramener un objet. Se déplacer en battement sur le dos. Réaliser une flottaison dorsale. <u>Parcours 2</u> : Chute arrière, se déplacer en crawl à l'aller, se mettre sur le dos pour respirer si besoin. Glissée dorsale, puis se déplacer en dos crawlé au retour. Possibilité de passer le test du savoir nager.	Enchaîner des déséquilibres dans différents plans (ventral, dorsal...). Réaliser des actions sans reprise d'appuis. Souffler sous l'eau longtemps.

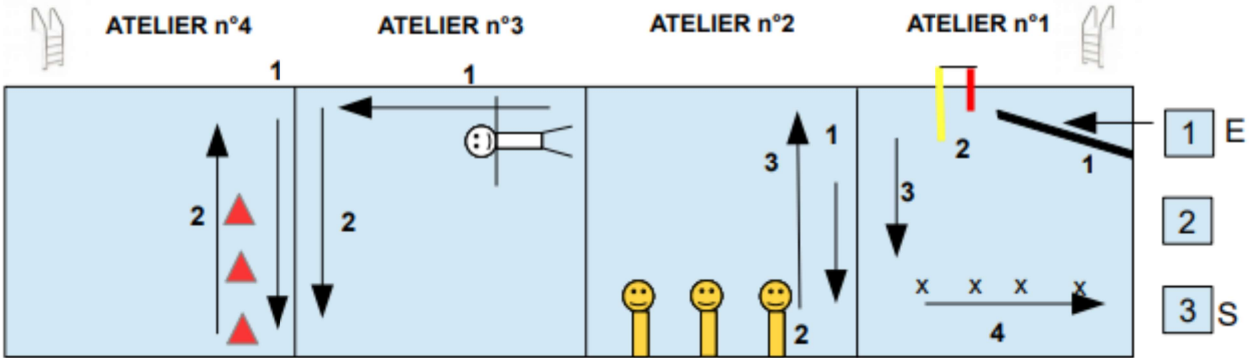
DISPOSITIF	PHASE DE STRUCTURATION	
- Cage - Objets lestés - Matériel de flottaison		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Entrer dans l'eau. S'immerger. Se déplacer et flotter. S'engager dans des tâches progressivement plus complexes.	<u>Parcours 1</u> : Chute arrière, déplacement en crawl sur 10 mètres. Réaliser un plongeon canard et slalomer dans la cage. Terminer le parcours en se déplaçant en crawl. <u>Parcours 2</u> : Plongeon, se déplacer en crawl à l'aller, se mettre sur le dos pour respirer si besoin. Glissée dorsale, puis se déplacer en battement dorsal, bras collés aux oreilles au retour. Possibilité de passer le test du savoir nager.	Nager en faisant le moins de mouvements possible sur 25 mètres. Réaliser des actions sans reprise d'appuis. (Ex: plongeon canard). Souffler longtemps sous l'eau.

DISPOSITIF	ATELIERS THÉMATIQUES	
-Cage -Objets lestés - Matériel flottant		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Se déplacer le plus allongé possible sur l'eau. Souffler dans l'eau et reprendre sa respiration. Progresser sur les nages crawl et dos crawlé. Les ateliers thématiques peuvent être proposés en fin de séance 5 et 6 pour répondre aux besoins des enfants.	> Se déplacer sur le ventre sur 25 m avec du matériel flottant en tournant les bras vers l'avant et en respirant sur le côté tous les 3 mouvements de bras, sans arrêter les battements de jambes. (crawl) >Travail par 2 : 1 nageur, 1 observateur Compter le nombre de mouvements de bras sur 25 m en crawl. > Se déplacer sur le dos sur 25 m avec du matériel flottant, regard au plafond, en tournant les bras en arrière sans arrêter les battements de jambes.	Se déplacer le corps allongé à l'horizontale. Se déplacer en crawl en plaçant le cycle de respiration.

DISPOSITIF	PHASE DE BILAN	
L'espace, le matériel à partir desquels l'élève va évoluer.		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Enchaîner plusieurs actions à partir du parcours construit par l'élève. Se fixer un projet d'actions, se confronter à sa réalisation en fonction de ses possibilités.	Chaque élève, individuellement, choisit en classe : 1 entrée 1 immersion 1 déplacement 1 flottaison qu'il est capable de réaliser. (fiche élève) Pendant la séance, l'enseignant/MNS observent les réussites et les reportent sur la fiche enseignant, préalablement remplie. Voir annexe 4 et 5.	Réussir au moins trois fois le parcours construit. Se rendre compte de ses réussites ou ses échecs.

DISPOSITIF	PHASE DE BILAN	
- Plot - Cônes matérialisant les distances		
BUT	OPÉRATIONS OU CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
S'engager dans des tâches progressivement complexes. Se déplacer en nageant le plus longtemps possible et en s'arrêtant le moins possible.	Test des 6 minutes. Voir fiche distance en annexe.	Nager 6 minutes en s'arrêtant le moins possible. Comparer et analyser le résultat obtenu lors de la séance 2.

DISPOSITIF	NATATION SYNCHRONISÉE	
L'espace, le matériel à partir desquels l'élève va évoluer.		
BUT	CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Réaliser différents déplacements, des entrées, des figures seul ou en groupe, Travailler ensemble, présenter un enchaînement par groupe avec au moins une entrée, 2 déplacements, 2 figures différentes et une fin.	<u>Exemples d'exercices :</u> A deux, à 3 ou plus, trouver différentes manières de se déplacer (en ligne, en colonne, en ronde....) d'entrer dans l'eau (en plongeant, en sautant...), trouver des figures individuelles (le tonneau, l'étoile...)et collectives (le soleil, une lettre de l'alphabet...).	Réaliser un enchaînement synchronisé, par groupe : 1 entrée dans l'eau, 2 déplacements, 2 figures différentes, tenues entre 3 et 5 sec et 1 fin.

DISPOSITIF	SAUVETAGE	
L'espace, le matériel à partir desquels l'élève va évoluer.		
BUT	CONSIGNES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
Savoir plonger, savoir plonger en canard, aller en grande profondeur (2 m) pour chercher un objet, remonter le mannequin, remorquer un camarade, un mannequin et un enchaînement d'actions avec un plongeon + une nage + un plongeon canard + la remontée du mannequin + son transport sur 12,5 m.	<u>Exemple d'exercices :</u> <u>Atelier n°1</u> : Réaliser le parcours 1) Descendre tête la 1ère à la perche oblique 2) Descendre tête la 1ère à la perche droite 3) et 4) Se déplacer et récupérer un objet. <u>Atelier n°2</u> : Sauter dans l'eau, ramener l'objet/mannequin. <u>Atelier n°3</u> : Déplacer un élève sur la plus grande distance possible. (par binôme). <u>Atelier n°4</u> : Plonger et revenir.	1. Expirer pendant le plongeon canard 2. Ramener le mannequin hors de l'eau 3. le visage de l'enfant doit-être hors de l'eau. 4. Atteindre au moins 3 fois la ligne d'eau.

ANNEXES

SITUATION DE RÉFÉRENCE CM

Nom :

Prénom :

Je construis un parcours que je suis capable de réaliser :

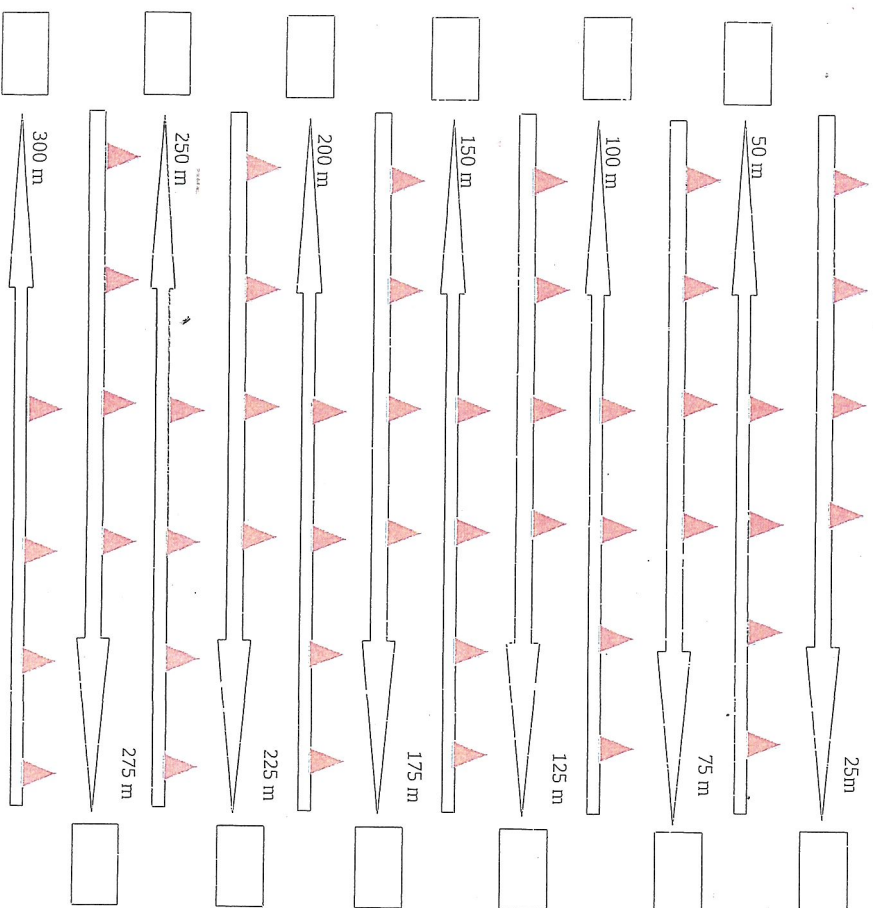
	ENTRÉES	IMMERSION	DÉPLACEMENT	FLOTTAISON 10secondes
	☐ Sauter en allumette	Passer dans les cerceaux ☐ vert ☐ jaune ☐ rouge	☐ 10 mètres ventral ou dorsal ☐ 15 mètres ventral ou dorsal	☐ Flottaison ventrale
	☐ Plonger à genoux	Passer dans la cage ☐ premier niveau ☐ deuxième niveau	☐ 20 mètres sur le ventre ou sur le dos	☐ Flottaison dorsale
	☐ Plonger du bord debout	☐ Descendre à la perche oblique	☐ 25 mètres sur le ventre ou sur le dos	☐ Rester sur place 15sc
	☐ Faire une chute arrière	☐ Ramasser un objet sans aide	☐ 50 mètres ventral ou dorsal	☐ Flottaison enchaînée 15sec ☐ ventre/dos ☐ dos/ventre ☐ boule/dos

Fiche distance CM1/CM2

Nageur :
Observateur :

Date :

But : Le nageur doit nager 6 min sans s'arrêter ou en s'arrêtant le moins possible.



Dans les cases vides au bout de la flèche, l'observateur écrit l'initiale de la nage utilisée :

Y pour une nage ventrale D pour une nage dorsale AM pour une nage avec matériel

L'observateur met une croix chaque fois que son camarade s'arrête. S'arrête, cela veut dire s'accrocher au mur ou à la ligne pour respirer un moment assez long.

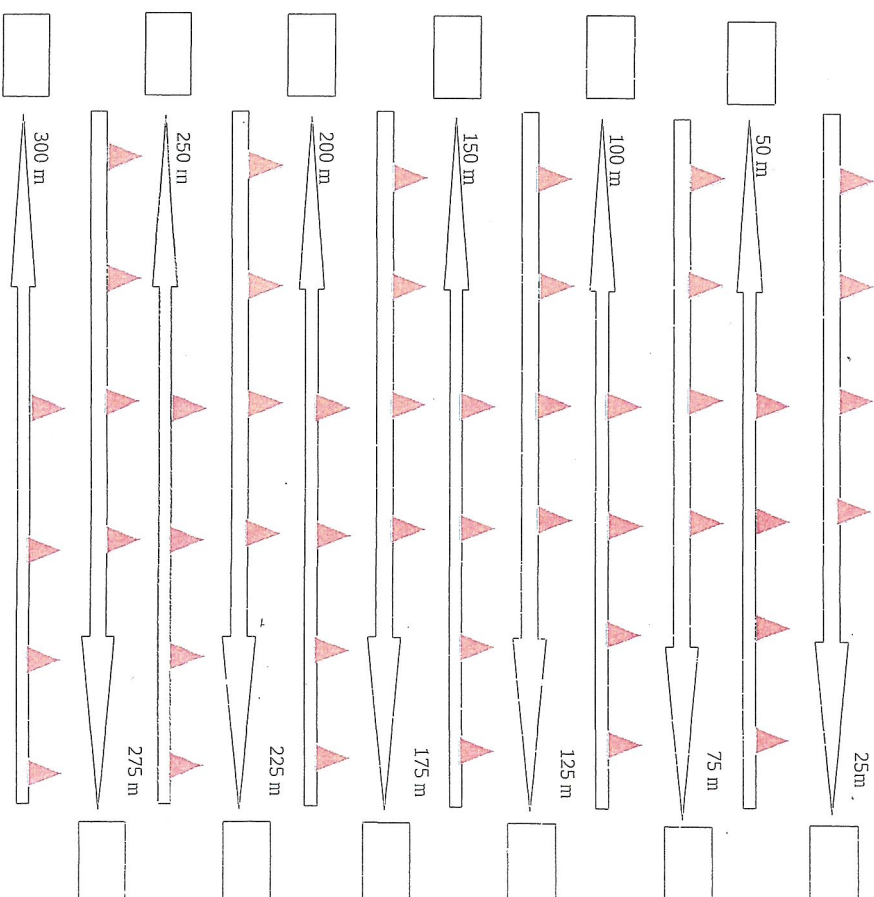
Il met un rond à l'endroit où se trouve son camarade quand il entend le signal de fin des 6 min.

Fiche distance CM1/CM2

Nageur :
Observateur :

Date :

But : Le nageur doit nager 6 min sans s'arrêter ou en s'arrêtant le moins possible.



Dans les cases vides au bout de la flèche, l'observateur écrit l'initiale de la nage utilisée :

Y pour une nage ventrale D pour une nage dorsale AM pour une nage avec matériel

L'observateur met une croix chaque fois que son camarade s'arrête. S'arrête, cela veut dire s'accrocher au mur ou à la ligne pour respirer un moment assez long.

Il met un rond à l'endroit où se trouve son camarade quand il entend le signal de fin des 6 min.

SITUATION DE BILAN CM

Nom :

Prénom :

Je construis un parcours que je suis capable de réaliser :

	ENTRÉES	IMMERSION	DÉPLACEMENT	FLOTTAISON 10secondes
	☐ Sauter en allumette	Passer dans les cerceaux ☐ vert ☐ jaune ☐ rouge	☐ 10 mètres ventral ou dorsal ☐ 15 mètres ventral ou dorsal	☐ Flottaison ventrale
	☐ Plonger à genoux	Passer dans la cage ☐ premier niveau ☐ deuxième niveau	☐ 20 mètres sur le ventre ou sur le dos	☐ Flottaison dorsale
	☐ Plonger du bord debout	☐ Descendre à la perche oblique	☐ 25 mètres sur le ventre ou sur le dos	☐ Rester sur place 15sc
	☐ Faire une chute arrière	☐ Ramasser un objet sans aide	☐ 50 mètres ventral ou dorsal	☐ Flottaison enchaînée 15sec ☐ ventre/dos ☐ dos/ventre ☐ boule/dos

TEXTES OFFICIELS DU SAVOIR NAGER EN SECURITE

NOR : MENE2129643N /Note de service du 28-2-2022/MENJS - DGESCO A1-2

Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes :

Capacités	Indications pour l'évaluation
À partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière.	L'élève, à partir d'une position accroupie, entre par les fesses, ou le dos orienté vers la surface de l'eau, et reste dans l'axe de la chute.
Se déplacer sur une distance de 3,5 m en direction d'un obstacle.	Déplacement libre.
Franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 m.	L'immersion du corps doit être complète. Aucune partie du corps du nageur ne doit toucher l'obstacle
Se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 m.	Déplacement libre sans contrainte temporelle.
Au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 20 m.	Position verticale statique ou dynamique ; visage et voies respiratoires émergées.
Faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale.	Ne pas toucher le fond ou le mur. Sans reprise d'appui solide (fond du bassin, bord, ligne d'eau ou objet flottant).
Se déplacer sur le dos sur une distance de 20 m.	Déplacement libre sans contrainte temporelle.
Au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 20 m.	Position horizontale dorsale statique avec ou sans action de stabilisation ; voies respiratoires émergées.
Se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète.	L'immersion du corps doit être complète. Aucune partie du corps du nageur ne doit toucher l'obstacle.

Connaissances et attitudes :

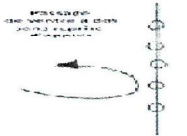
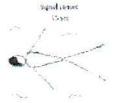
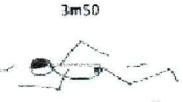
- savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème.
- connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé.
- savoir identifier les environnements et les circonstances pour lesquels l'ASNS permet d'évoluer en sécurité

FICHE D'EVALUATION INDIVIDUELLE DU SAVOIR NAGER

NOM/PRENOM DE L'ELEVE :

ANNEE :

FICHE D'EVALUATION INDIVIDUELLE DU
« Savoir-Nager en sécurité »

NOM DE L'ACTION	DESCRIPTION DE L'ACTION	IMAGE	VALIDATION
N° 1 Chute arrière	Depuis le bord , se laisser tomber en chute arrière groupée		
N° 2 Mini déplacement	Se rééquilibrer pour parcourir 3m50		
N° 3 immersion	Passer sous un obstacle large de 1m50 sans le toucher		
N° 4 Long déplacement	Se déplacer en position ventrale sur 20m		
N°5 Sustentation verticale	Au signal sonore effectuer un surplace vertical pendant 15 secondes		
N°6 Demi-tour	Passage de la position ventrale à la position dorsale sans reprise d'appui		
N°7 Long déplacement	Se déplacer en position dorsale sur 20m		
N°8 Flottaison sur le dos	Au signal sonore effectuer une étoile de mer sur le dos pendant 15 secondes		
N°9 Immersion	Passer sous un obstacle large de 1m50 sans le toucher		
N°10 Mini déplacement	Se rééquilibrer pour parcourir 3m50		
N°11 sortie	S'ancrer sur un point fixe et stable		

EVALUATION DU SAVOIR NAGER

S.N.S. (Savoir Nager en Sécurité) / Grille de validation du test pratique

Entourer le n° de l'élève au départ / écrire E en cas d'échec à un item
→ Pas de E sur la ligne => mettre un Oui dans la colonne « test validé »
→ Un ou plusieurs E sur la ligne => écrire Non dans la colonne « test validé »

Ecole :	Classe :	Aller					Demi-tour et passage sur le dos	Retour				s'ancrer de manière sécurisée sur un élément fixe et stable	Test Validé ? Oui / Non
		Chute arrière	Déplacement 3,50m ventral	Immersion sous obstacle 1,50m	20 m ventral	Surplace vertical 15"		20 m dorsal	Surplace horizontal dorsal 15"	Immersion sous obstacle 1,50m	Déplacement 3,50m ventral		
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
TOTAL													

Signature de l'enseignante :Signature du MNS :Tampon :

Date :

DIPLÔME DU SAVOIR NAGER



Attestation du savoir-nager en sécurité (ASNS)

L'ÉLÈVE

Nom :

Prénom :

Date de naissance : / /

ÉCOLE / COLLÈGE

.....
.....

Le professeur des écoles et le professionnel agréé / le professeur d'éducation physique et sportive⁽¹⁾ certifient que l'élève : maîtrise le savoir-nager en sécurité défini par l'arrêté du 28 février 2022 (capacités, connaissances et attitudes).

Le / /

Nom et signature du professeur

Le / /

Nom, titre et signature du professionnel agréé

Cachet de l'établissement

Date et signature du directeur d'école

ou du chef d'établissement