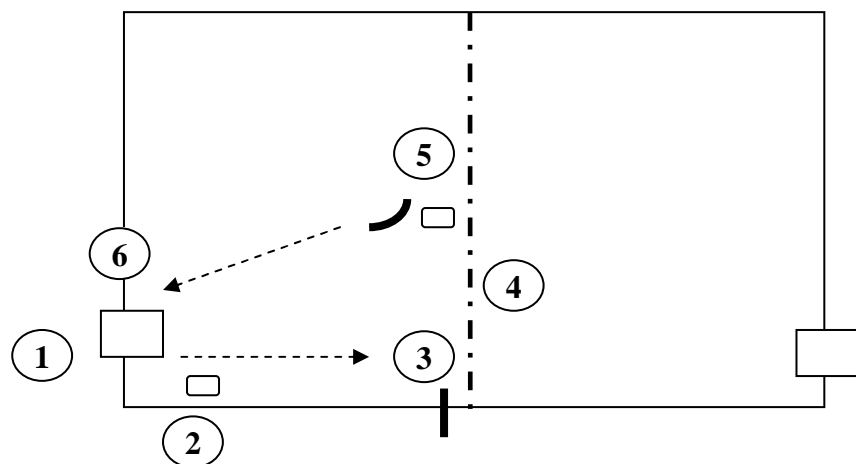


## CYCLE 2 Capacités à construire

			Capacités	Aménagements	Situations jeux
EE	Entrer dans l'eau	EE1	J'entre dans le bassin par l'échelle	2 3 4	
		EE2	J'entre dans le bassin par le bord	2 3 4	
		EE3	Je saute du bord avec une aide	5 6 7	
		Pal.1	Je saute du bord sans aide	8 9 10	
IM	s'immerger	IM 1	Je mets mon visage dans l'eau.	2 3 4	
		IM2	Je fais des bulles avec ma bouche et pas avec le nez.	2 3 4	
		IM3	Je passe sous la ligne d'eau sans la soulever.	5 6 7	
		IM4	Je m'aide de l'échelle pour m'immerger	2 3 4 5 6 7	
		IM5	Je vais chercher des objets à différentes profondeurs et me laisse remonter.	5 6 7	
		IM6	Je passe sous un tapis	8 9 10	
		Pal.1	Je passe dans un cerceau immergé.	8 9 10	
		IM7	Je mets mon visage sous l'eau pour aller chercher des objets.	2 3 4	
EQ	S'équilibrer	EQ1	Je tiens en équilibre vertical avec appui	2 3 4	
		EQ2	Je tiens un équilibre horizontal avec appui.	2 3 4 5 6 7	
		EQ3	Je pousse sur le mur avec un appui flottant	5 6 7	
		EQ4	Je m'immobilise sur le dos avec appui (oreilles dans l'eau).	5 6 7	
		EQ5	Je m'immobilise sur le ventre avec aide visage dans l'eau).	8 9 10	
		Pal.1	Je me laisse flotter	8 9 10	
		EQ8	Je tiens un équilibre horizontal sans appui	8 9 10	
DP	Se déplacer	DP1	Je me déplace verticalement(avec appuis plantaires)	2 3 4	
		DP2	Je me déplace allongé(e) en me tenant le long du mur.	2 3 4	
		DP3	Je me déplace allongé(e) en me tenant à une ligne d'eau	2 3 4 5 6 7	
		DP4	Je me déplace allongé avec un appui flottant	5 6 7	
		DP5	Je me déplace seul(e) sur 4 m en variant la profondeur.	8 9 10	
		Pal.1	Je me déplace seul(e) sur une quinzaine de mètres sans appuis et sans aide à la flottaison.	8 9 10	

# CYCLE 2

# Séances 2,3,4



## Capacités à construire

EE1	J'entre dans le bassin par l'échelle
EE2	J'entre dans le bassin par l'échelle
EE3	Je saute du bord avec une aide
IM 1	Je mets mon visage dans l'eau.
IM2	Je fais des bulles avec ma bouche et pas avec le nez.
IM3	Je passe sous la ligne d'eau sans la soulever.
IM4	Je m'aide de l'échelle pour m'immerger
IM5	Je vais chercher des objets à différentes profondeurs et me laisse remonter.
IM7	Je mets mon visage sous l'eau pour aller chercher des objets.
EQ1	Je tiens en équilibre vertical avec appui
EQ2	Je tiens un équilibre horizontal avec appui.
DP2	Je me déplace allongé(e) en me tenant le long du mur.
DP2	Je me déplace allongé(e) en me tenant à une ligne d'eau
DP3	Je me déplace allongé avec une frite

- 1- Entrer dans l'eau en sautant, par l'échelle.
- 2- Saisir une planche ou le bord et faire des bulles.
- 3- Passer sous la ligne d'eau ou sous une frite.
- 4- Se déplacer en s'aidant de la ligne d'eau.
- 5- Se déplacer avec une frite ou une planche.
- 6- Aller chercher des pinces à linge de plus en plus profond (pinces accrochées à un fil à linge lesté fixé sur l'échelle).  
Sortir de l'eau et revenir au départ.

- Matériel**
- Ligne d'eau
  - Frites
  - Planches
  - Fil à linge
  - Pinces à linge
  - Objets lestés

## Jeux aquatiques collectifs

	Suggestion de jeux	Autres choix
<b>Entrer dans l'eau</b>	Relais-cerceaux	
<b>S'immerger</b>	La ronde des crabes	
<b>S'équilibrer</b>	1,2,3 je flotte	
<b>Se déplacer</b>	Les déménageurs aquatiques	

### Variantes :

- 1- Imposer 3 entrées dans l'eau différentes (en sautant le plus droit possible, en sautant avec l'aide de la perche, dans un cerceau, ...)
- 2- faire des bulles sans appui flottant.
- 3- Passer dans un cerceau immergé fixé à la ligne d'eau.
- 4- Utiliser de moins en moins l'appui sur la ligne d'eau.
- 5- Parcourir la plus grande distance possible sans appui flottant.
- 6- Remplacer les pinces à linge par des objets lestés.

Entrer dans l'eau	Relais cerceau	Niveau 1
<b>Objectif : Entrer dans l'eau par le bord</b>		<b>Faible profondeur</b>
<b>Objectifs spécifiques</b>		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Entrer dans l'eau par le bord Trouver différentes façons d'entrer dans l'eau	Chercher des solutions pour entrer dans le cerceau : en avant, dos à l'eau	
<b>Déroulement</b>		
Descendre dans un cerceau en partant du bord. Transporter ce cerceau à l'autre bout du bassin et sortir du cerceau. A ce moment un autre enfant saute dans le cerceau et le transporte au point de départ.		
<b>Critères de réussite</b>		<b>Matériel</b>
Entrer dans l'eau face à l'eau, dos à l'eau, debout, assis, accroupis.		Plusieurs cerceaux

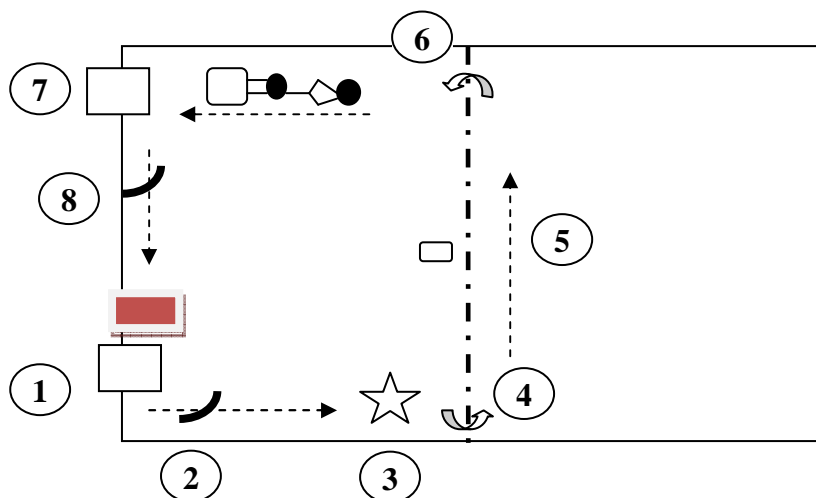
S'immerger	La ronde des crabes	Niveau 1
Mettre le visage dans l'eau		Faible profondeur
<b>Objectifs spécifiques</b>		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Accepter de s'immerger le visage.	Mettre la bouche, le nez et les yeux dans l'eau. Contrôler sa respiration.	
<b>Déroulement</b>		
Faire une ronde. Au signal d'un enfant, chacun met le visage dans l'eau.		
<b>Critères de réussite</b>		<b>Matériel</b>
Oser s'immerger le visage.		

Se déplacer	Les déménageurs aquatiques	Niveau 1
Se déplacer en marchant		faible profondeur
<b>Objectifs spécifiques</b>		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Sentir la résistance de l'eau Accepter les déséquilibres Oser traverser le bassin	Transporter le plus d'objets possible Accepter de quitter le bord	
<b>Déroulement</b>		
Pour chaque équipe, transporter le plus d'objets possible du camp adverse vers son camp en un temps donné. Chaque joueur quitte son camp, va chercher un objet dans la caisse adverse et le ramène dans la sienne.		
<b>Critères de réussite</b>		<b>Matériel</b>
Chaque joueur doit ramener au moins un objet. Son équipe doit avoir plus d'objets que l'autre.		Objets divers Planches pour favoriser la position horizontale 2 caisses

S'équilibrer	1,2,3, je flotte !	Niveau 1
S'équilibrer en position horizontale sur un appui fixe		Faible profondeur
<b>Objectifs spécifiques</b>		
Pour le maître	Pour l'enfant	
S'allonger en position ventrale avec perte des appuis plantaires	- Etre à plat ventre pour laisser flotter ses jambes.	
<b>Déroulement</b>		
Les bras sur les marches, les genoux ou les pieds au fond, l'enfant doit se retrouver en position horizontale lorsque le maître ayant compté jusqu'à 3 (dos tourné) se retourne pour les regarder.		
<b>Critères de réussite</b>		<b>Matériel</b>
Les jambes doivent être remontées vers la surface.		

# CYCLE 2

# Séances 5,6,7



- 1- Entrer dans l'eau en sautant du bord (avec aide) ou en glissant sur le tapis (alterner)
- 2- Effectuer une poussée ventrale avec une planche
- 3- Réaliser une étoile dorsale avec appui flottant.
- 4- Passer sous la ligne d'eau.
- 5- Se déplacer avec l'aide de la ligne d'eau.
- 6- Par 2 : faire une brouette en prenant appui sur une planche.
- 7- Aller chercher des pincettes de plus en plus profond (pincettes accrochées à un fil à linge lesté fixé sur l'échelle).
- Sortir de l'eau et revenir au départ.
- 8- Se déplacer avec une frite.

**Matériel**  
 Ligne d'eau  
 Frites  
 Planches  
 Fil à linge  
 Pincettes à linge  
 Objets lestés  
 Tapis  
 Pains de mousse  
 (ceinture)

**Variantes :**  
 Intégrer les tâches progressivement : par exemple : 1 2 4 5 8 puis 1 2 3 4 5 8 puis le parcours en totalité.  
 1 : perche ou sans aide, 2: planche ou 2 pains 5 : parcourir la plus grande distance sans appui sur la ligne d'eau 8 : sans frite

## Capacités à construire

<b>EE3</b>	Je saute du bord avec une aide
<b>IM3</b>	Je passe sous la ligne d'eau sans la soulever.
<b>IM4</b>	Je m'aide de l'échelle pour m'immerger
<b>IM7</b>	Je mets mon visage sous l'eau pour aller chercher des objets.
<b>EQ2</b>	Je tiens un équilibre horizontal avec appui.
<b>EQ3</b>	Je pousse sur le mur avec un appui flottant.
<b>EQ4</b>	Je m'immobilise sur le dos avec appui (oreilles dans l'eau).
<b>DP3</b>	Je me déplace allongé(e) en me tenant à une ligne d'eau
<b>DP4</b>	Je me déplace allongé avec un appui flottant.

## Jeux aquatiques collectifs

	Suggestion de jeux	Autres choix
<b>Entrer dans l'eau</b>	Le béret aquatique	
<b>S'immerger</b>	Le requin-chasseur	
<b>S'équilibrer</b>	La course des traîneaux	
<b>Se déplacer</b>	La grande pêche	

Entrer dans l'eau	Le béret aquatique		Niveau 2
Entrer dans l'eau en sautant accroupis du bord	Faible profondeur		
Objectifs spécifiques			
Pour le maître	Pour l'enfant		
Oser quitter le bord Accepter les déséquilibres	Sauter dans l'eau du bord Accepter d'être éclaboussé		
Déroulement			
A l'appel de leur numéro deux enfants sautent dans l'eau du bord (debout, assis ou accroupis). Le premier qui attrape le béret, le ramène dans son camp. Son adversaire peut le poursuivre et le toucher. Dans ce cas, c'est lui qui remporte le point.			
Critères de réussite		Matériel	
Accepter de sauter du bord Ramener le béret dans son camp Toucher un adversaire		Objets flottants	

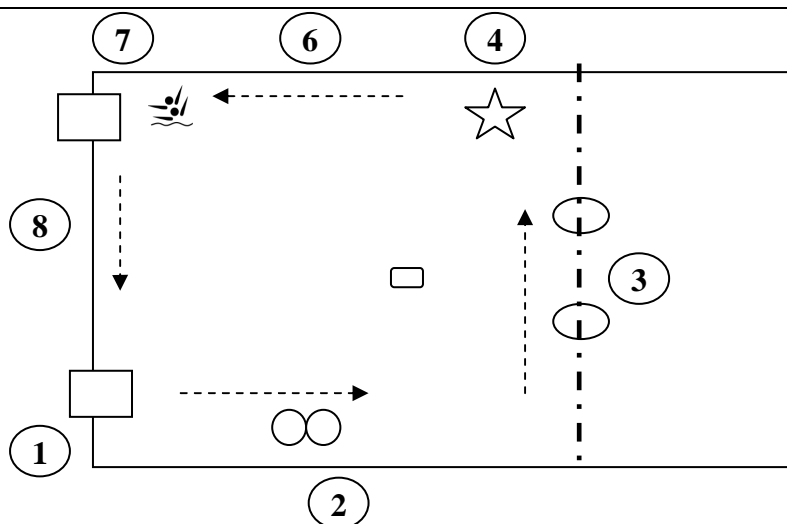
S'immerger	Le requin chasseur		Niveau 2
S'immerger partiellement avec un appui flottant	petite profondeur		
Objectifs spécifiques			
Pour le maître	Pour l'enfant		
- S'immerger en s'aidant éventuellement du support flottant.	Passer rapidement sous les bouées pour se mettre à l'abri.		
Déroulement			
Un joueur est muni de la balle : c'est le requin. Les autres munis d'une planche sont les mouettes. Au signal, le requin tente de toucher une mouette avec la balle. La mouette est intouchable si elle s'immerge sous sa planche. La mouette touchée devient requin. On peut mettre moins de planches que de mouettes !			
Critères de réussite		Matériel	
- Etre le dernier à se faire toucher.		Un ballon Autant de planches que d'enfants dans le groupe.	

S'équilibrer	La course des traîneaux		Niveau 1
S'équilibrer en position horizontale sur un appui	Faible profondeur		
Objectifs spécifiques			
Pour le maître	Pour l'enfant		
S'allonger en position ventrale avec perte des appuis plantaires	Se déplacer le plus rapidement possible par 2 avec l'un des 2 sans appui plantaire.		
Déroulement			
L'un tire son partenaire par l'intermédiaire d'une frite (placée sous les aisselles) ou d'une planche. Le partenaire peut être sur le ventre ou sur le dos. Peut se faire sous forme de relais.			
Critères de réussite		Matériel	
Pour l'élève traîné, ne pas poser les pieds au sol.		Planche, frite	

Se déplacer	La grande pêche		Niveau 2
Se déplacer avec les jambes sur un appui flottant, changer de direction	grande profondeur		
Objectifs spécifiques			
Pour le maître	Pour l'enfant		
Se déplacer en appui sur une planche. S'équilibrer à l'horizontale en se déplaçant.	Se déplacer rapidement. Anticiper les changements de direction.		
Déroulement			
Disperser le plus de frites possibles dans un espace défini. Au signal, les pêcheurs équipés d'une planche s'élancent du bord. Les enfants doivent ramasser au moins 3 frites et les disposer sur leur planche. Le but du jeu est de ramasser le plus de frites possible dans un temps donné.			
Critères de réussite		Matériel	
Le nombre de frites ramassées		1 planche par enfant des frites ou objets flottants.	

# CYCLE 2

# Séances 8,9,10



- 1- Entrer dans l'eau en sautant du bord sans aide.
- 2- Passer sous les 2 cerceaux
- 3- Passer dans les cerceaux immergés
- 4- Réaliser une étoile ventrale.
- 5- Se déplacer avec l'aide de la ligne d'eau.
- 6- Par 2 : faire une brouette en prenant appui sur une planche.
- 7- Aller chercher des pinces à linge de plus en plus profond (pinces accrochées à un fil à linge lesté fixé sur l'échelle).  
Sortir de l'eau et revenir au départ.
- 8- Se déplacer avec une frite.

**Matériel**  
 Ligne d'eau  
 Frites  
 Planches  
 Fil à linge  
 Pinces à linge  
 Objets lestés  
 Tapis  
 Pains de mousse  
 (ceinture)

**Variantes :**  
 Intégrer les tâches progressivement : par exemple : 1 2 4 5 8 puis 1 2 3 4 5 8 puis le parcours en totalité.  
 1 : perche ou sans aide, 2: planche ou 2 pains 5 : parcourir la plus grande distance sans appui sur la ligne d'eau 8 : sans frite

## Capacités à construire

<b>Pal.1</b>	Je saute du bord sans aide
<b>IM6</b>	Je passe sous un tapis
<b>IM8</b>	J'ouvre mes yeux dans l'eau
<b>Pal.1</b>	Je passe dans un cerceau immergé.
<b>EQ5</b>	Je m'immobilise sur le ventre avec aide (visage dans l'eau).
<b>Pal.1</b>	Je me laisse flotter
<b>DP5</b>	Je me déplace seul(e) sur 4 m en variant la profondeur .
<b>Pal.1</b>	Je me déplace seul(e) sur une quinzaine de mètres sans appuis et sans aide à la flottaison.

## Jeux aquatiques collectifs

	Suggestion de jeux	Autres choix
<b>Entrer dans l'eau</b>	Le béret aquatique	
<b>S'immerger</b>	Le requin-chasseur	
<b>S'équilibrer</b>	La course des traîneaux	
<b>Se déplacer</b>	La grande pêche	

Entrer dans l'eau	Le béret aquatique	Niveau 2
Entrer dans l'eau en sautant accroupis du bord		Faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Oser quitter le bord	Sauter dans l'eau du bord	
Accepter les déséquilibres	Accepter d'être éclaboussé	
Déroulement		
A l'appel de leur numéro deux enfants sautent dans l'eau du bord(debout , assis ou accroupis). Le premier qui attrape le béret, le ramène dans son camp. Son adversaire peut le poursuivre et le toucher. Dans ce cas, c'est lui qui remporte le point.		
Critères de réussite		Matériel
Accepter de sauter du bord	Objets flottants	
Ramener le béret dans son camp		
Toucher un adversaire		

S'immerger	Le requin chasseur	Niveau 2
S'immerger partiellement avec un appui flottant		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- S'immerger en s'aidant éventuellement du support flottant.		Passer rapidement sous les bouées pour se mettre à l'abri.
Déroulement		
Un joueur est muni de la balle : c'est le requin. Les autres munis d'une planche sont les mouettes. Au signal, le requin tente de toucher une mouette avec la balle. La mouette est intouchable si elle s'immerge sous sa planche. La mouette touchée devient requin. On peut mettre moins de planches que de mouettes !		
Critères de réussite		Matériel
- Etre le dernier à se faire toucher.		Un ballon Autant de planches que d'enfants dans le groupe.

S'équilibrer	La course des traîneaux	Niveau 1
S'équilibrer en position horizontale sur un appui		Faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
S'allonger en position ventrale avec perte des appuis plantaires	Se déplacer le plus rapidement possible par 2 avec l'un des 2 sans appui plantaire.	
Déroulement		
L'un tire son partenaire par l'intermédiaire d'une frite (placée sous les aisselles) ou d'une planche. Le partenaire peut être sur le ventre ou sur le dos. Peut se faire sous forme de relais.		
Critères de réussite		Matériel
Pour l'élève traîné, ne pas poser les pieds au sol.	Planche, frite	

Se déplacer	La grande pêche	Niveau 2
Se déplacer avec les jambes sur un appui flottant, changer de direction		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
Se déplacer en appui sur une planche. S'équilibrer à l'horizontale en se déplaçant.		Se déplacer rapidement. Anticiper les changements de direction.
Déroulement		
Disperser le plus de frites possibles dans un espace défini. Au signal, les pêcheurs équipés d'une planche s'élancent du bord. Les enfants doivent ramasser au moins 3 frites et les disposer sur leur planche. Le but du jeu est de ramasser le plus de frites possible dans un temps donné.		
Critères de réussite		Matériel
Le nombre de frites ramassées		1 planche par enfant des frites ou objets flottants.