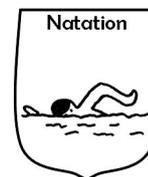




Blasons de natation



Textes officiels

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

L'éducation physique et sportive vise le développement des capacités motrices et la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. Elle contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps, et à l'éducation à la sécurité, par des prises de risques contrôlées. Elle éduque à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales (respect de règles, respect de soi-même et d'autrui).

La pratique des activités est organisée sur les trois années du cycle en exploitant les ressources locales.

Réaliser une performance mesurée (en distance, en temps)

- *Natation* : se déplacer sur une trentaine de mètres.

Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- *Activités aquatiques et nautiques* : plonger, s'immerger, se déplacer.

*B.O.E.N. Hors Série n°3 - 19 juin 2008 - p.23
Horaires et programmes d'enseignement de l'école primaire*

NB : l'acquisition de trois blasons d'une même couleur dans différentes activités sportives marque l'acquisition de la ceinture correspondante.

Compétences requises



- Connaître les règles de déplacement et d'activité dans la piscine, ainsi que l'équipement à apporter.
- Être capable de s'immerger et de mettre la tête sous l'eau.
- Se déplacer sur 15 mètres en s'aidant de la bordure du bassin.



- Être capable d'entrer dans l'eau en sautant.
- Tester sa flottabilité en faisant "l'étoile de mer" (sans prendre d'appui).
- Rejoindre la ligne flottante la plus proche (≈ 3 m) en se laissant glisser, accroupi, depuis le bord du bassin.



- Rejoindre la ligne flottante la plus proche en étant immergé et en prenant appui avec les pieds sur la paroi du bassin.
- Ouvrir les yeux sous l'eau.
- Récupérer un objet immergé (≈ 2 m) en s'aidant d'une perche verticale ou d'une échelle.



- Se déplacer sur une dizaine de mètres sans appui.
- Entrer dans l'eau en sautant depuis un plot.
- Nager sur place 30 secondes en position verticale.



- Nager 25 mètres sur le ventre sans appui.
- Entrer dans l'eau en plongeant.
- Connaître les gestes de la brasse (sur 10 mètres).
- Récupérer un objet immergé (≈ 2 m) sans aide de perche ou d'échelle (plongeon en canard).



- Nager 25 mètres sur le dos sans appui.
- Entrer dans l'eau en plongeant depuis un plot.
- Connaître les gestes du crawl (sur 10 mètres).
- Connaître le site Web de la FFN, les lieux particuliers où se baigner à proximité et leurs conditions d'accès.



- Pouvoir nager 50 mètres sans appui.
- Pouvoir nager 25 mètres en brasse.
- Pouvoir nager 25 mètres en crawl.
- Pouvoir nager 25 mètres en dos crawlé.
- Entrer dans l'eau en sautant ou plongeant depuis un plongeur.
- Connaître la technique du rétro-pédalage.