

# La natation dans les programmes 2015

## Programmes cycle 3

Equipe EPS de l'ALLIER

### Education physique et sportive (propos introductifs)

#### Développer sa motricité et construire un langage du corps

- Adapter sa motricité à des situations variées.
- Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité.
- Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente.

#### Commentaires :

- le milieu aquatique nécessite des ressources différentes de celles mobilisées en milieu terrestre.
- pour rendre efficace l'action dans le milieu aquatique, l'apprentissage pourra faire appel à quelques éléments techniques fondamentaux.

#### Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière

- Évaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école.
- Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie.
- Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger.

#### Commentaires :

- l'accès au milieu aquatique permet d'aborder le rapport à l'hygiène notamment au niveau du soin corporel.
- la prise de risque fait partie de l'activité, devra être discutée et anticipée (reconnaissance des risques).

#### Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités

- Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées.

#### Commentaires :

- le rapport à la sécurité est récurrent et doit être rappelé lorsque l'élève commence à prendre de l'aisance.

#### S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre

- Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et de celle des autres.
- Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace.

#### Commentaires :

- agir en premier lieu mais aussi gagner en efficacité par le retour réflexif sur l'action.
- le nombre de répétitions du geste est fondamental pour l'automatiser.

## Adapter ses déplacements à des environnements variés.

### Les attendus

Réaliser, seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu naturel aménagé ou artificiel. Connaître et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement. Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème. Valider l'attestation scolaire du savoir nager (ASSN), conformément à l'arrêté du 9 juillet 2015.

Commentaires : les attendus du Savoir-Nager ne font pas l'objet d'un enseignement spécifique. Ils ne sont qu'un aboutissement. Ces attendus sont un enchaînement de 14 actions en continu sur 40 mètres avec une chute arrière, des immersions, des équilibres, des déplacements en ventral et en dorsal (voir document spécifique).

### Compétences travaillées pendant le cycle

Conduire un déplacement sans appréhension et en toute sécurité. Adapter son déplacement aux différents milieux. Aider l'autre.

### Repères de progressivité

La natation fera l'objet, dans la mesure du possible, d'un enseignement sur chaque année du cycle. Le Savoir-nager ne doit pas être confondu avec les activités de la natation fixées par les programmes d'enseignement.

**Produire une performance maximale, mesurable à une échéance donnée**  
Rester horizontalement et sans appui en équilibre dans l'eau.

## Compétences annexes

### Domaine 3

#### La formation de la personne et du citoyen

L'ensemble des enseignements doit contribuer à développer la confiance en soi et le respect des autres. L'éducation physique et sportive permet tout particulièrement de travailler sur ce respect, sur le refus des discriminations et l'application des principes de l'égalité fille/garçon.

Commentaires : l'activité natation permettra de verbaliser et faire ressentir les émotions et les sensations nouvelles. L'enfant devra être mis dans des situations de réussite pour valoriser l'estime de lui-même. L'entraide sur certaines situations pourra être proposée. Le respect viendra dans l'acceptation de la différence d'autant plus visible que le corps l'est aussi.

### Domaine 4

#### Les systèmes naturels et les systèmes techniques

En éducation physique et sportive, par la pratique physique, les élèves s'approprient des principes de santé, d'hygiène de vie, de préparation à l'effort (principes physiologiques) et comprennent les phénomènes qui régissent le mouvement (principes biomécaniques).

Commentaires : la sécurité et l'hygiène, sans devenir le point central de l'enseignement prendront naturellement leur place dans l'approche de l'activité. Les principes liés aux mouvements notamment la poussée d'Archimède, les principes des appuis sur l'eau pourront être expérimentés et analysés en classe, ce qui permettra aux élèves de comprendre l'action de l'eau sur leur corps en milieu aquatique.