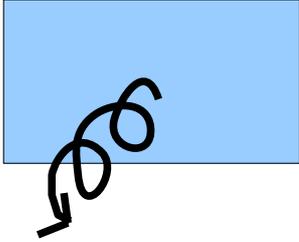
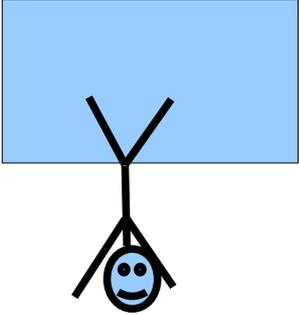
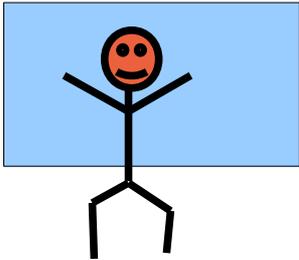


FICHE ATELIER

Objectifs : Entrer dans l'eau de différentes façons

| | |
|--|--|
| <p>DISPOSITIF</p> <p><i>Matériel :</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>BUTS DE LA TACHE</p> <p style="text-align: center;">-</p> <p><i>.Entrer dans l'eau depuis un tapis (d'au moins 3 façons)</i></p> | |
| <p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entrer dans l'eau - Mettre la tête sous l'eau - Varier les entrées | <p>Opérations à conduire :</p> <ul style="list-style-type: none"> - (voir variables) - Se mettre au bord du tapis et entrer dans l'eau |
| <p>Réponses et comportements observables :</p> <ul style="list-style-type: none"> - N'ose pas entrer dans l'eau - Ne met pas la tête sous l'eau - Propose une seule forme d'entrées | <p>Interventions possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Imposer une contrainte pour « obliger » les différences. - Enrichissement des possibilités grâce aux autres |
| <p>Variables pour simplifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - se laisser glisser du bord du tapis sans mettre la tête sous l'eau. - Se situer à « faible profondeur » | <p>Variables pour complexifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Imposer les entrées - Surélever - Augmenter la profondeur de réception - Enlever les tapis |

Différentes entrées possibles :

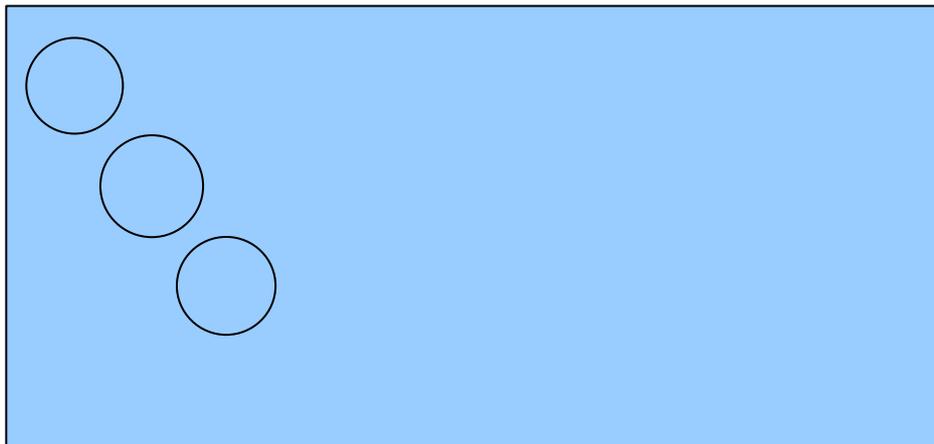
- sauter en avant, en arrière
- rouler en avant, en arrière, sur le côté...
- plonger assis, accroupi, debout

FICHE ATELIER

Objectifs : *Entrer dans l'eau*

DISPOSITIF

Matériel : cerceaux flotteurs



BUTS DE LA TACHE

Sauter dans le cerceau depuis le bord -

Critères de réussite :

- Passer dans un cerceau

-

Opérations à conduire :

- Sauter en avançant (ou plonger)
- Revenir au bord

Réponses et comportements observables :

- Ne saute pas
- N'entre pas dans le cerceau
- Ne choisit pas le cerceau + loin
- plusieurs sauts (tête ou pieds en premier)

Interventions possibles :

- possibilité adulte dans l'eau
-
-

Variables pour simplifier :

- perche / frite
- adulte vers le cerceau
- moins de profondeur

Variables pour complexifier :

- plus de profondeur
- diversifier les sauts
- éloigner le cerceau
- départ surélevé
- instaurer un système de points (éloignement du cerceau / pieds ou tête en 1er)

FICHE ATELIER

Objectifs : *Entrer dans l'eau*

DISPOSITIF

Matériel : toboggan bi-glisse / petit toboggan / tapis

BUTS DE LA TACHE

Entrer dans l'eau par le toboggan -

| | |
|---|--|
| -..... | |
| <p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Glisser sur le toboggan - Entrer dans l'eau | <p>Opérations à conduire :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Glisser |
| <p>Réponses et comportements observables :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ne monte pas sur le toboggan - Retient la glissade - glisse de différents façons (assis, sur le ventre, sur le dos, en avant, en arrière) | <p>Interventions possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - possibilité adulte dans l'eau - - |
| <p>Variables pour simplifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - frite - départ dans l'eau - profondeur | <p>Variables pour complexifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - départ du bord - départ sur un tapis - imposer la position |

FICHE ATELIER

Objectifs : *Se déplacer*

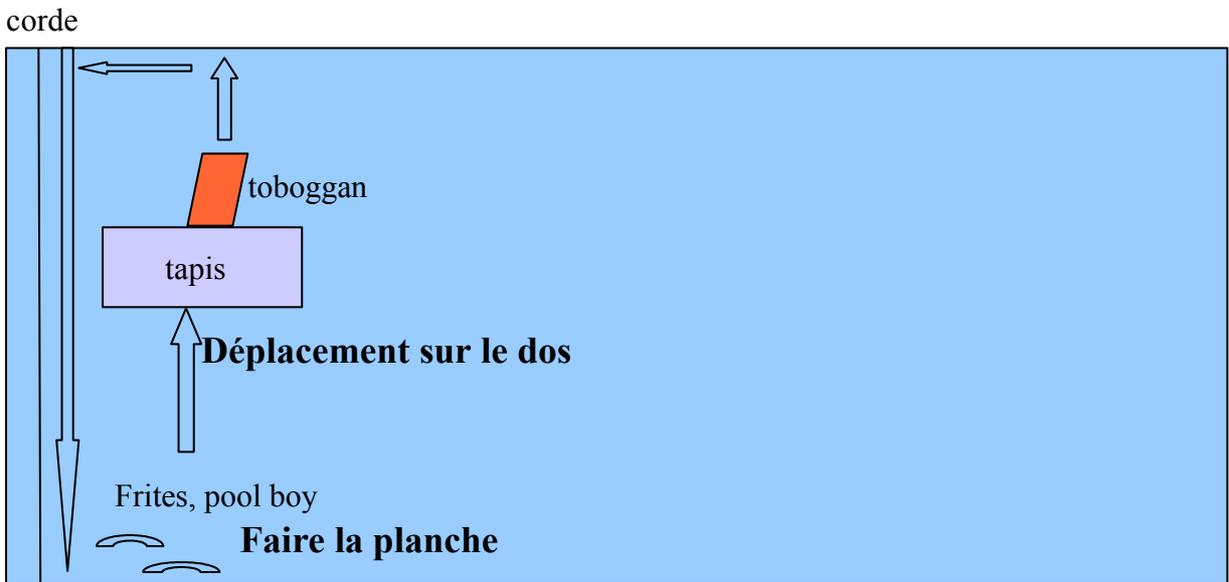
DISPOSITIF
Matériel : tapis, frites
déplacements possibles : →

BUTS DE LA TACHE
Se déplacer sans appuis d'un point à un autre sur une distance > 15 m

| | |
|---|--|
| <p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aller d'un point à un autre sans appuis | <p>Opérations à conduire :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Choix du parcours et des objets d'aide - se lancer sur le parcours et le réaliser |
| <p>Réponses et comportements observables :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ne lâche pas la ligne d'eau ou le tapis | <p>Interventions possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - frites à disposition - - |
| <p>Variables pour simplifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - aide matérielle : frites / ligne d'eau | <p>Variables pour complexifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - faire le parcours sur le dos - la tête dans l'eau en faisant des bulles |

FICHE ATELIER

Objectifs : *Se déplacer*

| | |
|--|--|
| <p>DISPOSITIF</p> <p><i>Matériel :</i></p>  <p style="text-align: center;">BUTS DE LA TACHE</p> <p style="text-align: center;"><i>- Se déplacer sur le dos dans un parcours</i></p> | |
| <p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> - déplacement sur le dos - | <p>Opérations à conduire :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer en regardant le plafond avec les oreilles dans l'eau. - |
| <p>Réponses et comportements observables :</p> <ul style="list-style-type: none"> - tête hors de l'eau - essaie de regarder derrière - | <p>Interventions possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regarder les lignes du plafond - oreilles dans l'eau - |
| <p>Variables pour simplifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 planches à la place d'une frite - - | <p>Variables pour complexifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - sans matériel - détendre ou enlever la corde - |

FICHE ATELIER

Objectifs : S'immerger

DISPOSITIF

Matériel : 1 objet coulant + plots pour matérialiser les distances

Par 2, le premier élève va déposer un objet le plus loin possible, le second tente d'aller le chercher. S'il réussit, il va le poser plus loin .

L'élève qui dépose un objet sans que le second ne puisse aller le chercher, marque un point.

BUTS DE LA TACHE

-

aller chercher un anneau lesté ou le déposé

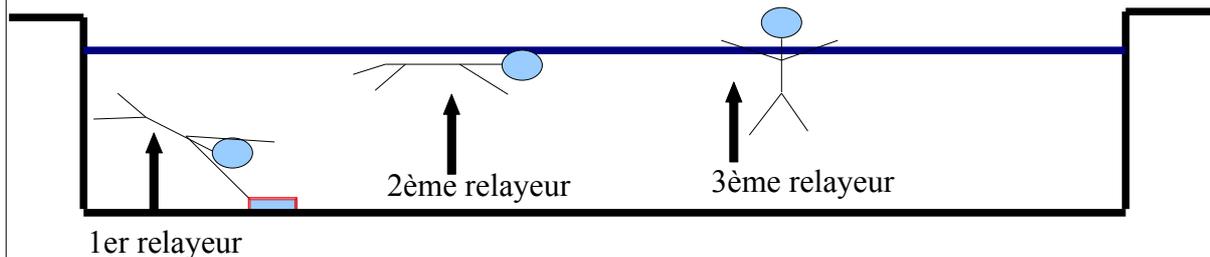
| | |
|---|---|
| <p><u>Critères de réussite :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Déposer son anneau - Ramener l'anneau de l'autre | <p><u>Opérations à conduire :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - S'immerger, se déplacer sous l'eau - Ouvrir les yeux sous l'eau - contrôler son apnée |
| <p><u>Réponses et comportements observables :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -propulsion initiale inefficace - chemin plus ou moins direct - apnée trop courte | <p><u>Interventions possibles :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - travail d'entrée dans l'eau (plongeon) - jeu de prise d'indices visuel sous l'eau - travail de l'apnée |
| <p><u>Variables pour simplifier :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - aide matériel à l'immersion : cage, perche, corde - Aide à la propulsion : mini palmes - Travail en petite profondeur | <p><u>Variables pour complexifier :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Travail en grande profondeur - aller et retour sous l'eau - parcours imposé |

FICHE ATELIER

Objectifs : S'immerger, se déplacer

DISPOSITIF

Matériel : palets ou objets coulants



Variantes :

- *relai au temps : qui va le plus loin en X minutes*
- *relai distance : qui va le plus loin en X essais*
- *hockey subaquatique, vide terrain subaquatique*

BUTS DE LA TACHE

-

- Faire progresser en équipe un objet sous au fond de la piscine

| | |
|--|--|
| <p><u>Critères de réussite :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - individuel : faire progresser l'objet - collectif : aller le plus loin possible | <p><u>Opérations à conduire :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -s'immerger - se déplacer sous l'eau yeux ouverts - coopérer |
| <p><u>Réponses et comportements observables :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - difficulté de descendre depuis la surface. - difficulté à rester en surface sans appui - apnée courte | <p><u>Interventions possibles :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - enchaînement coulée + canard - travail d'équilibre immobile (planche, étoile) - |
| <p><u>Variables pour simplifier :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - réduire la profondeur - matériel d'aide à l'immersion (perche), départ du bord par saut ou plongeon - matériel de soutien (frite, ilot...) - déplacer l'objet à l'aide d'une petite barre | <p><u>Variables pour complexifier :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - imposer un parcours - profondeur |

FICHE ATELIER

Objectifs : contrôler sa respiration

DISPOSITIF

Matériel : cerceaux, ligne d'eau ou cordes



BUTS DE LA TACHE

- *Effectuer un des parcours subaquatique en ne prenant de l'air que dans les cerceaux*

Critères de réussite :

- faire des bulles entre les cerceaux
- ne sortir la tête que dans les cerceaux

Opérations à conduire :

- se déplacer
- expirer dans l'eau entre les cerceaux
- inspirer dans les cerceaux

Réponses et comportements observables :

- n'expire pas
- sort la tête entre les cerceaux

Interventions possibles :

- jouer à faire des bulles en statique
- jeu du miroir par deux sous l'eau
- faire des coulées en poussant le mur et en expirant dans l'eau

Variables pour simplifier :

- s'aider de la corde pour se déplacer.
- rapprocher les cerceaux

Variables pour complexifier :

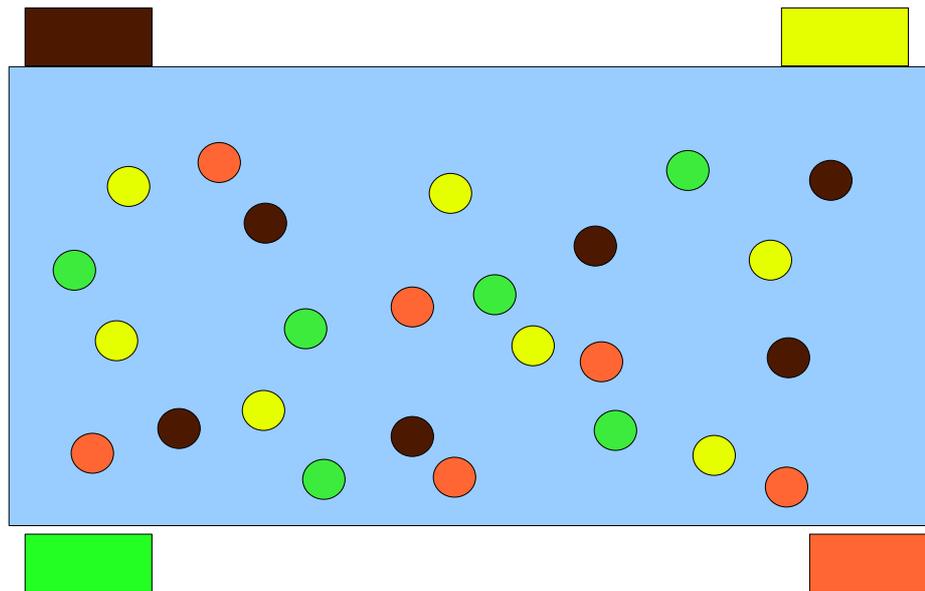
- écarter les cerceaux
- matérialiser un chemin par des objets lestés
- réaliser les parcours en utilisant le moins de cerceaux possible.

FICHE ATELIER

Objectifs : s'immerger

DISPOSITIF

Matériel : anneaux ou objets lestés de 4 couleurs différentes, caisses ou autres servant de maison



BUTS DE LA TACHE

-

- Trier les objets par couleur pour les ramener dans la bonne maison

critères de réussite :

- récupérer tous les objets d'une couleur
-

Opérations à conduire :

- s'immerger et se déplacer les yeux ouverts
-

Réponses et comportements observables :

- ramène des objets au hasard
- ne va pas loin
- ne parvient pas à aller au fond

Interventions possibles :

- travail des jeux de miroir pour ouvrir les yeux
- donner un objet d'aide à la flottaison
- travail de l'immersion avec aide (cage, perche, plongeon..)

Variables pour simplifier :

- réduire la profondeur
- grouper les objets de même couleur près de la maison
-

Variables pour complexifier :

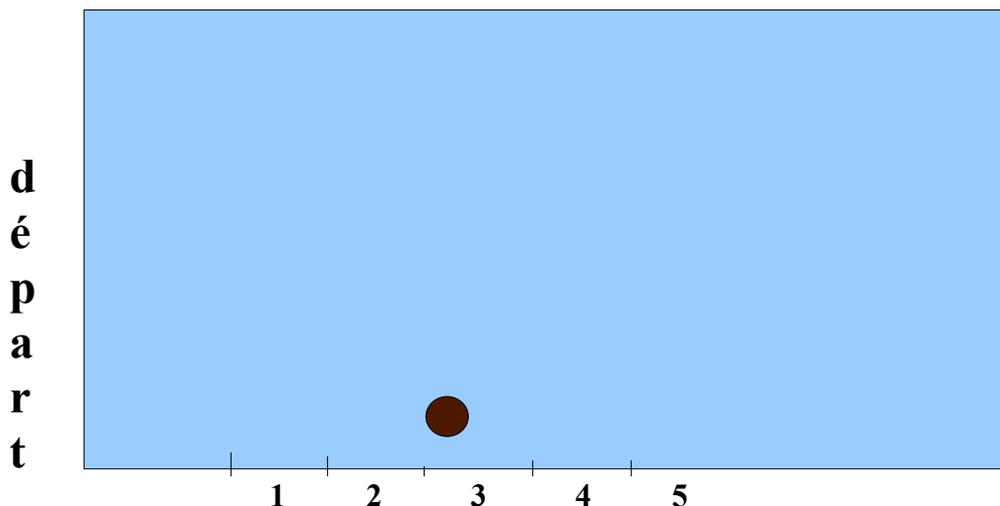
- augmenter la profondeur
- ramener plusieurs objets à la fois
- obstacles (adversaires, objets cachés)
- chronomètre

FICHE ATELIER

Objectifs : s'immerger

DISPOSITIF

Matériel : anneaux ou objets lestés , cônes ou repère de mesure



BUTS DE LA TACHE

- Ramener un objet qu'on a au préalable immergé dans une zone choisie ; marquer le plus de point possible en X essais.

| | |
|---|---|
| <p><u>critères de réussite</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - récupérer l'objets que l'on a déposé | <p><u>Opérations à conduire</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Déposer l'objet dans une zone choisie - s'immerger et se déplacer les yeux ouverts pour récupérer l'objet |
| <p><u>Réponses et comportements observables</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - choix de zone difficile (trop près ou trop loin) - ne voit pas l'objet - ne parvient pas à aller au fond | <p><u>Interventions possibles</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - mètre ses capacités - travail des jeux de miroir pour ouvrir les yeux - travail de l'immersion avec aide (cage, perche, plongeon..) |
| <p><u>Variables pour simplifier</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - réduire la profondeur - faire zone après zone | <p><u>Variables pour complexifier</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - augmenter la profondeur - ramener plusieurs objets à la fois - chronomètre |