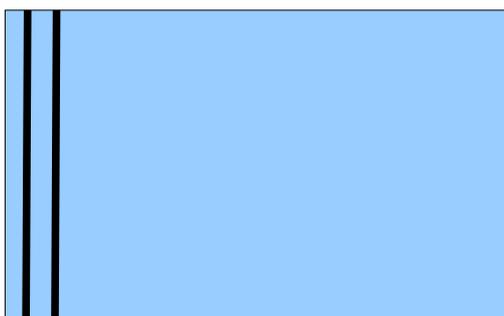


**FICHE ATELIER**

**Objectifs : s'équilibrer et se déplacer entre les câbles dans le petit bassin**

***DISPOSITIF***

*Matériel : le câble*



***BUTS DE LA TACHE***

*- se déplacer entre les câbles en se tirant alternativement avec les bras*

**Critères de réussite :**

- Les élèves se déplacent en prenant appui sur les câbles avec un bon rythme.
- Ils se déplacent avec une bonne propulsion des jambes
- Ils acceptent de mettre la tête dans l'eau.

**Opérations à conduire :**

- ne pas appuyer sur les câbles
- bien alterner les bras
- se propulser par les jambes
- contrôler la respiration

**Réponses et comportements observables :**

- n'avance pas
- avance trop lentement
- coule

**Interventions possibles :**

- bien alterner les bras
- coordonner les battements de jambes
- s'allonger le plus possible

**Variables pour simplifier :**

- l'aider avec une perche
- mettre des flotteurs
- réduire la distance
- aller plus lentement

**Variables pour complexifier :**

- mettre la tête dans l'eau
- chronométrer
- varier le sens de déplacement (marche arrière)
- laisser les câbles par moments voire totalement

FICHE ATELIER

Objectifs : Abandonner le monde solide

**DISPOSITIF:** en grand bain

**MATERIEL :** le bord du bassin, une perche, un tapis ou cerceau



**BUTS DE LA TACHE**

*- se déplacer le long du bassin, passer au-dessus de la perche, contourner le tapis , faire un tour sur soi*

-.....

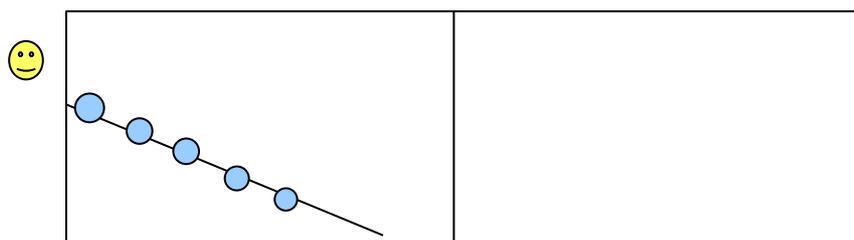
<p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Je me déplace jusqu'au repère</li> <li>-</li> <li>-</li> </ul>	<p>Opérations à conduire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-se déplacer bras tendus au-dessus de la tête, pieds sans appuis</li> <li>-lâcher le bord</li> </ul>
<p>Réponses motrices et comportements observables :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-se déplace mais les épaules sont hors de l'eau</li> <li>-ne lâche pas le bord</li> <li>-</li> </ul>	<p>Interventions possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-se déplacer le long de la ligne d'eau ou des cordes</li> <li>-avec le gros tapis, une frite</li> <li>-avec l'aide d'une perche</li> <li>-</li> </ul>
<p>Variables pour simplifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-avec une ceinture ou la perche</li> <li>-</li> <li>-</li> </ul>	<p>Variables pour complexifier :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-allonger la période de lâcher de mains</li> <li>-un relais par équipe</li> <li>-</li> </ul>

FICHE ATELIER

Objectifs : Se déplacer loin du bord en suivant une trajectoire

**DISPOSITIF**

**Matériel** : des anneaux de deux couleurs différentes que l'on peut immerger  
 une perche rigide \_\_\_\_\_  
 un seau



**Consignes** : Traverse le bassin en ramenant le plus d'objet possible : les anneaux rouges valent 2 points et les anneaux noirs 1 point.

**BUTS DE LA TACHE** : passer plusieurs fois pour améliorer son score et se détacher de plus en plus des différentes aides.

<p>Critères de réussite :</p> <p>L'élève a ramassé plusieurs objets</p>	<p>Opérations à conduire :</p> <p>Se propulser</p> <p>Se repérer dans l'espace</p> <p>Ouvrir les yeux</p> <p>Combiner plusieurs actions ( avancer et attraper)</p>
<p>Réponses et comportements observables : _</p> <p>-Je lâche tout, je m'arrête</p> <p>je ne ramasse pas d'objet</p> <p>je tiens la perche des deux mains</p> <p>je n'ouvre pas les yeux</p> <p>je mets du temps à arriver au bout</p>	<p>Interventions possibles :</p> <p>-lier les actions : essayer de ne pas s'arrêter</p> <p>contrôler sa respiration</p> <p>je lâche une main</p> <p>essai sous la douche ou lunette</p> <p>un contrat avec l'élève : se servir de ses jambes pour se propulser</p>
<p>Variables pour simplifier :</p> <p>-Mesurer sa performance seul</p> <p>Ne pas mettre de point</p> <p>Ne s'attacher qu'à une action (avancer ou aller chercher des objets)</p>	<p>Variables pour complexifier :</p> <p>Incliner la perche</p> <p>Lester les objets</p> <p>Limiter les prises d'aire</p> <p>Donner un temps limité</p>

**FICHE ATELIER**

**Objectifs : s'équilibrer et accepter de perdre les appuis terrestres dans le grand bassin**

**DISPOSITIF**

Matériel : des frites, des planches

**BUTS DE LA TACHE**

- se déplacer sur le ventre avec l'aide d'objets flottants dans le grand bassin-.....  
-décider du plot atteint.....

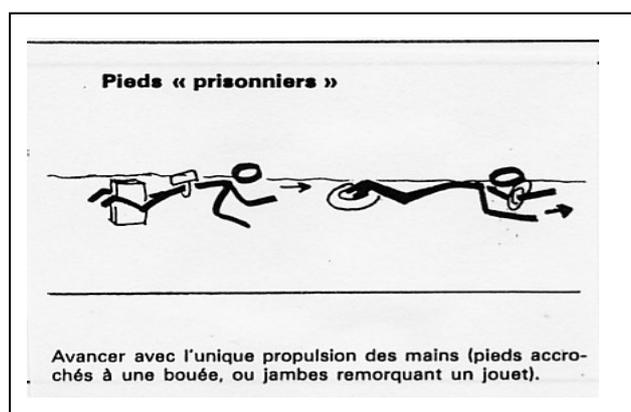
<p><b>Critères de réussite :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les élèves acceptent d'être dans le grand bassin</li> <li>- Ils se déplacent le plus allongés possibles</li> <li>-</li> </ul>	<p><b>Opérations à conduire :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tenir les frites sans appuyer trop fort</li> <li>- se propulser par les jambes</li> </ul>
<p><b>Réponses et comportements observables :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- n'avance pas</li> </ul>	<p><b>Interventions possibles :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- modifier la tenue des frites</li> <li>-coordonner les battements de jambes</li> <li>-donner des palmes</li> </ul>
<p><b>Variables pour simplifier :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- l'aider avec une perche</li> <li>- tirer par un camarade</li> <li>- réduire la distance</li> <li>- mettre des flotteurs</li> </ul>	<p><b>Variables pour complexifier :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>--essayer des objets différents (frites, planches, briques...)</li> <li>- avoir une seule planche</li> <li>- varier le sens de déplacement (marche arrière)</li> <li>- allonger la distance</li> </ul>

## Fiche séance de structuration

### Pieds prisonniers

Entrée dans l'eau/immersion/propulsion

Niveau 1/2/3



#### **Objectif :**

Travailler le déplacement par propulsion des bras.

#### **Matériel :**

⇒ Planches ou tout autre objet pour accrocher les jambes.

#### **Consigne(s) :**

Tu dois avancer en te servant de tes bras seulement. Durant tout le déplacement, tes jambes restent accrochées à la planche.

#### **Critères de réussite :**

- ⇒ Distance réalisée sans l'aide des jambes.
- ⇒ Il n'y a pas de perte d'objet au cours du déplacement.

#### **Variable(s) éventuelle(s) :**

- ⇒ Distance départ/arrivée.
- ⇒ Type d'objet à remorquer (plus ou moins lourd).
- ⇒ Aide pour se déplacer (se tenir au bord, brassard...niveau 1).
- ⇒ Course, parcours.