

# **Animation Pédagogique 2011 2012**

## **Piscine CCPE/Carilis**

**Extrait de l'intervention de Philippe Judek,  
MNS chef de bassin**



# Un peu d'Histoire...



Jusqu'au début des années  
1920 :  
Enseignement analytique à sec.





1947 - Emile  
SCHOEBEL :  
« L'apprentissage ne  
peut se  
faire que dans l'eau et  
par l'eau. »

# **Nager, c'est quoi ?**

**1947** - Monique BERLIOUX : « Le savoir nager c'est pouvoir se tenir sur l'eau à l'aide de certains mouvements... »

**1993** - Nathalie GAL: « Savoir nager c'est créer différentes formes de déséquilibres et gérer leurs enchaînements pour propulser son corps d'une manière efficace énergiquement »

# **Brainstorming**

**Nager, c'est quoi pour vous ?**

# Définition de l'activité

Pour s'adapter aux contraintes du milieu aquatique, l'enfant doit modifier son comportement de terrien, en passant par :

- la construction d'un nouvel **équilibre**,
- l'adaptation des modes **respiratoires**,
- la mise en œuvre de nouveaux modes de **propulsion**.

# L'équilibre

## Terrien

Équilibre vertical

Tête verticale

Regard horizontal

Appuis plantaires

Effet de la pesanteur

## Nageur

Équilibre horizontal

Tête horizontale

Regard vertical

Perte d'appuis plantaires

Poussée d'Archimède

# L'adaptation sensorielle

## Terrien

**Vision nette**  
**Champ visuel large**  
**Perception de la**  
**profondeur de champ**  
**Sons clairs**  
**Peau sèche**

## Nageur

**Vision trouble**  
**Champ visuel rétréci**  
**Peu de perception de la**  
**profondeur de champ**  
**Sons assourdis**  
**Peau au contact de l'eau**

# La respiration

## Terrien

Respiration innée  
Inspiration active  
Expiration passive

## Nageur

Respiration volontaire  
par la bouche  
Inspiration brève passive  
Expiration longue active

# La propulsion

## Terrien

Appuis fixes et solides  
Bras équilibrateurs  
Jambes motrices  
Résistance de l'air  
négligeable

## Nageur

Appuis fuyants et  
mouvants  
Bras moteurs  
Jambes équilibratrices  
Résistance de l'eau non  
négligeable

# Définition des concepts de base

**Construction du corps flottant**

**Construction du corps projectile**

**Remontée Passive**

**Construction du corps propulseur**

**Sustentation**

## **Préparation de séance:**

Objectif: Pour vous...

But:

Consignes:

C Réalisation:

C Réussite:

Aménagement matériel:

# Niveaux Scolaire

GS

CP

CE1

CE2

CM1

CM2

Immersion Totale

Corps Flottant

Remontée Passive

Corps propulseur  
horizontalement

Corps propulseur position  
dorsale

**R dislocation tête tronc**

Perte d'appuis plantaires

Equilibration

Corps projectile  
Verticalement

Corps projectile horizontale

**Sustentation**

Corps projectile  
Verticalement vers l'avant et  
vers le fond

**Vers l'apprentissage des 4 nages et  
des 4 disciplines**