| Séance n°7 : Travail de dos avec poolboy |
| --- |
| Objectif de la situation | *Les mettre en situation de nage sur le dos en concentrant le travail sur le mouvement des bras*  | **Durée** | 15 min |
| Transformation visée | Passer d’un élève qui ne maîtrise pas la position de nage sur le dos et qui s’aide trop de ses jambes et pas assez de ses bras à un élève qui utilize ses bras de manière efficace pour se propulser en arrière sur le dos  |
| Attendu(s) de fin de cycle travaillé(s) | * Nager sur le dos sur une distance de 20 mètres
* Coordination sur les mouvements de bras
* Prise d’appui efficace dans l’eau pour se propulser
* Avoir une position hprizontale dans l’eau
 | **Acquisition (s) prioritaire(s)** | Acquisition d’un geste efficace des bras dans l’eau pour la nage du dos |
| But pour l’élève dans la SA | *Le but poursuivi est de faire une longueur aller-retour tout en gardant le pool boy entre les cuisses* |
| Dispositif | * un poolboy par personne
* une ligne d’eau
* respecter le sens de circulation
 | **Critères de réalisation**  | *Faire un aller-retour sans perdre le pool boy et sans s’arrêter*  |
| Variables didactiques | * Simplification : le faire à deux mains
* Complexification : le faire le plus vite possible
 | **Critères de réussite**  | *Les coups de bras se succèdent l’un après l’autre de manière coordonner et l’appui dans l’eau est pris perpendiculairement au sol avec la paume de la main orientée vers les pieds*  |
| Comportements moteurs attendus  | *Difficultés à se coordonner sur les mouvements de bras et difficultés sur la prise d’appui dans l’eau* | **Interventions Enseignant**  | *-Met ta paume de main vers tes pieds dans l’eau et pousse**- un bras au dessus de l’eau et un bras dans l’eau à la fois !**- le bras agissent comme un moulin*  |

| Séance n°7 : Travail de plongeon |
| --- |
| Objectif de la situation | *Leur permettre une entrée dans l’eau efficace et qui fait gagner de la distance*  | **Durée** | 15 min |
| Transformation visée | Passer d’un élève qui entre dans l’eau par une culbutte arrière ou un saut à un élève qui rentre dans l’eau par un plongeon la tête en avant |
| Attendu(s) de fin de cycle travaillé(s) | * Une entrée dans l’eau efficace
 | **Acquisition (s) prioritaire(s)** | Acquisition d’un geste d’entrée dans l’eau qui permet de gagner de la distance  |
| But pour l’élève dans la SA | *Le but poursuivi est de faire un saut en plongeon la tête en avant et à 45° avec le corps aligné*  |
| Dispositif | * Une rangée à droite pour plonger
* Une rangée à gauche pour remonter
* 5 plongeon par personne
* Ponton du bord de la piscine
 | **Critères de réalisation**  | *Faire un plongeon en faisant passer les bras en premier et les pieds en dernier*  |
| Variables didactiques | * Simplification : sauter dans l’eau s’immerger puis pousser sur le bord pour aller le plus loin possible
* Complexification : allez le plus loin possible
 | **Critèrede réussite**  | *Le corps est aligné et entre à 45° dans l’eau*  |
| Comportements moteurs attendus  | *Difficultés de rotation et peur de se faire mal en rentrant tête la première dans l’eau*  | **Interventions Enseignant**  | *-Regarde l’endroit où tu plonges !**- joins tes mains et tend les bras**- saute vers l’avant*  *- tes bras te protègent la tête*  |

| Séance n°7 : Relais vitesse dos  |
| --- |
| Objectif de la situation | *Mettre de la vitesse dans la nage du dos et favoriser la mixité*  | **Durée** | 5 min |
| Transformation visée | Passer d’un élève qui nage sur le dos de manière efficace à un élève qui nage sur le dos de manière efficace et rapide  |
| Attendu(s) de fin de cycle travaillé(s) | * Acquisition de Vitesse dans la nage
 | **Acquisition (s) prioritaire(s)** | Acquisition d’un geste qui permet une prise de vitesse dans l’eau |
| But pour l’élève dans la SA | *Le but poursuivi est de gagner le relais*  |
| Dispositif | * Deux rangés
* 3 élèves de chaque bord du bassin
* Chacun nage dans son côté
* Un longueur chacun
 | **Critères de réalisation**  | *Nager le plu vite possible pour gagner la course*  |
| Variables didactiques | * Simplification : sauter dans l’eau s’immerger puis pousser sur le bord pour aller le plus loin possible
* Complexification : allez le plus loin possible
 | **Critères de réussite**  | *Pousser fort sur les bras et battre des jambes de manière énergétique* |
| Comportements moteurs attendus  | *Perte de coordination du à la vitesse*  | **Interventions Enseignant**  | *-contrôle ton mouvement !* |