



Activité : **NATATION**

Cycle : **2**

[Retour Sommaire](#)



Niveau : **2**

Compétence spécifique :
Réaliser une performance mesurée

Compétence
Agir en fonction d'un risque reconnu et apprécié et de la difficulté de la tâche.

Situation n°21

Objectifs :

déplacement :

a) aller le plus loin possible.

b) idem mais sur le dos et sans bouger.

- Faire des glissées et sentir l'eau les ramener à une position d'équilibre.

Organisation

LIEU : grand ou moyen bain.

DEROULEMENT : - Le maître est avec huit enfants.

- 4 enfants font l'exercice et 4 autres servent de but à atteindre.

DUREE : 5 mn.

Matériel

- perche - planches.

Consignes

a) allez le plus loin possible en poussant le mur avec les pieds, les bras étant tendus en avant.

b) idem sur le dos mais sans bouger les pieds ni les bras

VARIANTES : - Bras le long du corps

- Utilisation de planche, de boudin pour ceux en réelle difficulté.

Critères de réussite

atteindre leurs camarades

Critères de réalisation

- Ne pas avoir peur.

- Expirer lentement pour durer.

- bien fléchir les jambes pour une bonne poussée.

- tête dans l'axe du corps.

Comportements des enfants

Impulsion mal faite ou faible.

Interventions du maître

Retenir sa respiration, dans petit bain prendre appui sur le fond avec les mains.

- accompagnement du maître dans moyen bain pour exercice sur le dos et le ventre.

