

Les lapins et les carottes

But :

Aller chercher un objet dans la ronde le plus vite possible

Aménagement :



Matériel
Autant d'objets
immergés que de
couples de joueurs
moins un

Par couple : un des partenaires donne la main aux autres pour former une ronde. Les autres sont à l'extérieur de la ronde

Consignes :

Les partenaires font le tour de la ronde et passent entre les jambes de leur camarade pour aller chercher un objet immergé qu'ils montrent hors de l'eau.
Compter un point à chaque fois que son camarade obtient un objet.
A chaque fois, on change de rôle

Critères de réussite :

Nombre de points obtenus par couple

Etape 2

Activités aquatiques

Entrée dans l'étape 2

Savoirs à construire :

Ramasser un objet en s'immergeant totalement



Comportements attendus

Se renverser pour passer entre les jambes de son camarade.
Ouvrir les yeux pour récupérer l'objet

Variantes

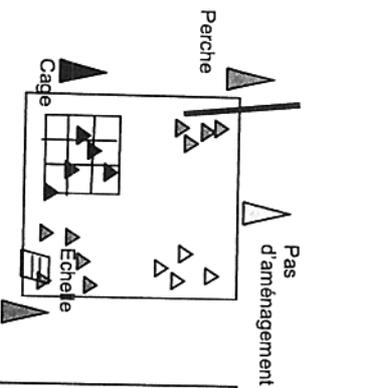
- Milieu** : Augmenter la profondeur (on peut prévoir, 2 rondes en fonction des niveaux d'habiletés dans le groupe)
- Matériel** : On peut imposer des couleurs d'objets à récupérer pour obliger l'ouverture des yeux dans l'eau
- Actions motrices** : On peut faire choisir passer entre les jambes (3 points) ou sous les bras (1 point)

Le collectionneur

But :

Ramener des objets immergés

Aménagement :



Les objets sont immergés par couleur sur chaque zone.



Matériel

- Cônes de couleur pour matérialiser les entrées.
- nombreux objets immergés de 4 couleurs ou formes différentes

Consignes :

Individuellement ou par équipes de 2 ou 3 joueurs, former une collection d'objets différents
Au signal, les participants entrent dans l'eau dans la zone qu'ils choisissent et descendent en profondeur avec ou sans aide pour aller chercher un objet.

Critères de réussite :

Individuellement, ramener 3 types d'objets.
Par équipe, ramener une collection totale (un ou 2 objets par type).

Etape 2

Activités aquatiques

Situation de référence

Savoirs à construire :

Descendre les yeux ouverts avec puis sans appui
Se déplacer en profondeur sur quelques mètres sans appui



Comportements attendus

Pour être efficaces, des élèves vont adopter des entrées par les mains (plongeon)
Ouvrir les yeux pour localiser et prendre les objets
Se renverser pour être plus efficace dans la descente (avec ou sans appui)

Variantes

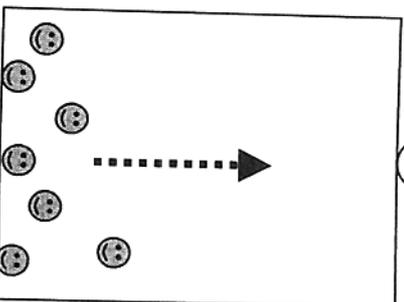
- Milieu** : Varier les profondeurs
- Matériel** :
 - Utiliser une perche inclinée (favorise le déséquilibre avant)
 - Utiliser des masques pour faciliter la prise d'information et éviter de l'eau dans le nez.
 - Jouer sur l'éloignement du matériel pour conduire à des déplacements subaquatiques plus ou moins longs.
- Les autres joueurs** :
 - Par 2 sous forme de défi
- Les exigences** : Valeurs différentes données à chaque couleur

1, 2, 3 je flotte...

But :

Se déplacer rapidement, s'équilibrer tête dans l'eau.

Aménagement :



Matériel

Une planche ou une frite par enfant

Consignes :

Pendant que l'enseignant, dos tourné aux joueurs, compte « 1,2,3 soleil », ceux-ci avancent avec la frite tenue à bout de bras. Après avoir prononcé le mot « soleil » le meneur se retourne et les joueurs doivent être corps immobile mais en glissée, tête dans l'eau sans pose de pieds au sol. Si échec, l'élève retourne au départ ou recule de 3 pas.

Critères de réussite :

Atteindre le bord opposé

Etape 2

Activités aquatiques

Savoirs à construire :

Se déplacer et construire un équilibre ventral à l'aide d'un objet flottant, tête immergée.



Comportements attendus

-Pour flotter, l'enfant doit pousser le sol avec les jambes

Variantes

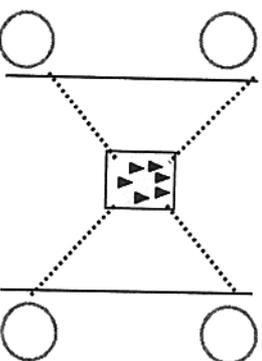
- Milieu peut se jouer en grande profondeur.
- Matériel : varier le matériel de flottaison (frites, 1 ou 2)

La corde à singes

But :

Ramener des objets en s'aidant d'une ligne d'eau

Aménagement :



4 équipes

Matériel

Petits objets
Un tapis flottant fixé à
l'aide de 4 cordes
4 cerceaux

Consignes :

Il s'agit d'un jeu de déménageurs par équipe.

Sous forme de relais (on ne part que lorsque le précédent joueur se saisit d'un objet), entrer dans l'eau en plongeant ou sautant, s'aider (si besoin) de la corde pour avancer et saisir un objet que l'on dépose dans son camp

Critères de réussite :

Nombre d'objets amassés par équipe

Etape 2

Activités aquatiques

Savoirs à construire :

Entrer dans l'eau de différentes manières
Se déplacer avec ou sans ligne d'eau



Comportements attendus

- Avec la corde, se déplacer en tirant loin et en maintenant la tête immergée (pour construire la flottaison).
- Passer d'une assistance de la corde à un déplacement en autonomie

Variantes

- Matériel :** on peut mettre des planches pour faciliter le retour. Ou bien enfiler des chouchous, pour avoir les mains libres

La descente aux couleurs

But :

Accrocher en profondeur des épingles sur la corde

Aménagement :

Plusieurs cordes lestées :

- accrochées à l'échelle
- Le long du bord proche d'une perche
- Le long du bord plus loin d'une perche



Consignes :

Prendre une pince à linge de couleur et aller l'accrocher le plus bas possible sur une des cordes que l'on choisit Remonter avec ou sans appui (se laisser remonter)

Critères de réussite :

Accrocher sa pince à linge.
Réussir sur au moins 2 cordes

Etape 2

Activités aquatiques

Savoirs à construire :

S'immerger les yeux ouverts de plus en plus profondément Souffler dans l'eau.



Comportements attendus

- Ouvrir les yeux
- Descendre à l'aide des appuis manuels sur l'échelle ou la perche
- Avec la perche se renverser pour mieux descendre
- L'élève souffle, des bulles remontent.

Variantes

- Matériel** : Proposer des masques pour les enfants qui le souhaitent.
Perche inclinée
- Les autres joueurs** : Constituer plusieurs équipes
 - Les équipes sont de couleurs : accrocher des pincettes de sa couleur et compter les points en fonction des profondeurs atteintes.
 - Ramener le plus de pincettes possibles.
- Les règles de jeu** : Autoriser un nombre d'essais



La pêche aux oursins

But :

Ramasser des objets en profondeur

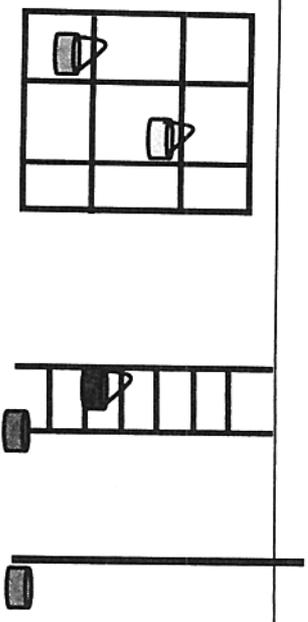
Aménagement :

Selon les conditions matérielles, des objets sont déposés dans des seaux à différentes profondeurs



Matériel

Perche et/ou cage, Seaux avec objets lestés de types ou couleurs différents



Consignes :

Par équipe de 2 ou 3 (ou individuellement), aller chercher des objets à différentes profondeurs et avec des types d'appuis différents.

Avec la perche, la tenir fermement.

Critères de réussite :

Collecter un objet de chaque seau

Etape 2

Activités aquatiques

Savoirs à construire :

Simmerger avec un appui de plus en plus profondément
Souffler dans l'eau.
Se laisser remonter



Comportements attendus

- Ouvrir les yeux
- Descendre à l'aide des appuis manuels
- Avec la perche ou la cage, se renverser pour mieux descendre
- L'élève souffle, des bulles remontent.

Variantes

- Matériel :**
 - S'il n'y a pas de cage, les boîtes lestées peuvent être disposées à différentes profondeurs.
 - Proposer des masques pour les enfants qui le souhaitent.
- Les règles de jeu :** Ramener le plus d'objets possible.

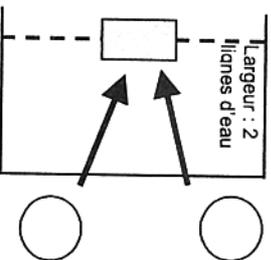
La rivière avec retour

But :

Transporter le plus d'objets possible vers son camp

Aménagement :

2 équipes de 5 à 6 joueurs



Consignes :

Sous forme de relais (on ne part que lorsque le précédent joueur se saisit d'un chouchou), entrer dans l'eau en plongeant ou sautant et saisir un chouchou pour le déposer dans son camp.

Critères de réussite :

Nombre de chouchous amassés par équipe

Etape 2

Activités aquatiques

Savoirs à construire :

Sauter ou entrer par les mains
Se déplacer rapidement sur 3 m environ sans matériel



Comportements attendus

Entrer par les mains pour être plus efficace
Déplacement la tête immergée (pour construire la flottaison)

Variantes

- Matériel** : Pour rendre la tâche plus facile, on peut ramener des planches plutôt que les chouchous

Plouf a ditde souffler

But :

Obeir aux consignes données par le meneur de jeu uniquement quand elles sont précédées de « Plouf a dit... »

Aménagement :



Enfants dispersés



Consignes :

Le meneur de jeu centre ses consignes sur la respiration

- Faire des bulles...
- Avec la bouche
- Avec le nez
- Petites bulles
- Grosses bulles

Critères de réussite :

Répondre aux consignes données par le meneur sans se tromper.

Etape 2

Activités aquatiques

Savoirs à construire :

Expirer dans l'eau volontairement , les voies aériennes immergées



Comportements attendus

- Passer rapidement d'un mode d'expiration à l'autre

Variantes

- Matériel** : on peut commencer avec un tuba plongé dans l'eau

Le défi

But :

Entrer comme son partenaire

Aménagement :

Par 4



Matériel

Toboggan,
Cerceaux
Tapis
Tapis percé

Consignes :

Chacun son tour, propose un mode d'entrée dans l'eau qu'il montre et que les 3 autres doivent également réaliser. On gagne un point quand on réalise le défi

Critères de réussite :

Nombre de points que chaque élève va gagner

Etape 2

Activités aquatiques

Savoirs à construire :

Entrer dans l'eau de différentes manières



Comportements attendus

Exemples d'entrées réalisées : sauter dans le cerceau, sauter dans un tapis percé, chute arrière, roulade sur le tapis et chute dans l'eau, Ville....

Variantes

- Milieu** : moyenne ou grande profondeur
- Les autres joueurs** :
 - Défi par 2
 - En 2 équipes, donner des défis à l'autre équipe
- Les exigences** : donner des contraintes ; par exemple obligatoirement entrer par les mains, la hauteur imposée.....

Le grand bleu

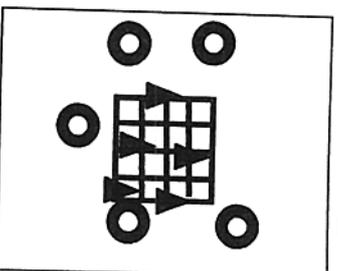
But :

Apporter le plus d'objets possibles dans sa caisse

Aménagement :

4 équipes

Demi-bassin



Matériel

De nombreux objets lestés

4 cerceaux ou tapis pour matérialiser les 4 camps.

Si possible une cage au milieu du bassin

Consignes :

Les joueurs se placent au bord du bassin. Au signal, un joueur de chaque équipe entre dans l'eau et se déplace pour saisir un objet (un seul) lesté et le ramène dans son camp.

Pour différencier : L'éleve choisit entre un objet lesté éloigné de la cage qui vaut 3 points ou un objet dans la cage qui vaut 1 point.

Critères de réussite :

L'équipe qui récolte le plus de points a gagné

Etape 2

Activités aquatiques

Savoirs à construire :

Entrer dans l'eau après une impulsion (saut ou plongeon)
S'immerger et ouvrir les yeux



Comportements attendus

- En fonction de leurs compétences, les enfants entrent dans l'eau en sautant ou plongeant.
- Passer du choix des objets dans la cage à celui des objets éloignés
- Passer d'une série d'immersions brèves pour saisir l'objet en tâtonnant (éventuellement les yeux fermés) à une immersion prolongée pour réussir plus aisément.

Variantes

- Milieu** : On peut choisir d'éloigner les camps afin de faire sortir et entrer les joueurs (pour travailler l'entrée dans l'eau)
- Matériel** :
 - Disposer des objets plus encombrants pour conduire à une plus longue immersion et/ou de l'entraide.
 - Mettre des masques à disposition pour les enfants qui hésitent encore.



La torpille

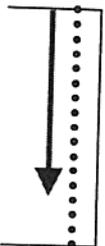
But :

Accrocher une épingle le plus loin possible.

Aménagement :

Groupe de 4 ou 5 élèves

La corde est tendue sur la largeur du bassin.



Consignes :

Pousser sur le mur avec les pieds, la tête immergée, et accrocher son épingle au niveau où on sort la tête de l'eau.

Critères de réussite :

L'épingle la plus loin désigne le vainqueur

Etape 2 ou 3 Activités aquatiques

Fin de l'étape 2 ou entrée dans l'étape 3

Savoirs à construire :

Réaliser une glissée ventrale
Se déplacer de manière autonome sur quelques mètres



Comportements attendus

Réaliser la glissée ventrale en immergeant la tête
Corps tendu

Variantes

- **Matériel** : On peut disposer un chemin de halage, la situation consiste à parcourir le plus grand chemin avec une poussée des jambes et une impulsion donnée par les mains sur les 2 cordes.
- Dans ce cas, on peut également placer des cerceaux dans lesquels il faut passer

