

Natation à l'école

Recueil

de JEUX

PLOUF A DIT (Jacques a dit)**Prendre confiance
Se déplacer****Descriptif**

Les pirates se déplacent en marchant dans l'eau (espace délimité).
Au signal, « Plouf » (le meneur de jeu) formule une consigne à haute voix que tous les enfants doivent effectuer « *Plouf a dit : on marche en arrière* ».
Si la phrase ne commence pas par « *Plouf a dit...* », la consigne ne doit pas être effectuée.

Les consignes peuvent être :

- collectives « *on fait le petit train* », « *on fait une ronde* » ...
- individuelles « *on s'accroupit* », « *on saute* », « *on fait demi-tour* » ...

Les consignes peuvent porter sur :

- l'équilibration (« *tenir sur un pied* », « *sauter sur un pied* », « *faire l'étoile de mer sur le dos* »)
- l'immersion (« *souffler dans l'eau* », « *ouvrir les yeux, sous l'eau* », « *attraper un objet, sous l'eau* » ...)
- les déplacements (« *en marche arrière* », « *à pieds joints* » ...)

**Evolutions**

Au départ l'enseignant donne les consignes, puis un enfant prend le relais.
Avec ou sans matériel d'aide à la flottaison (frite, ceinture).

DISPERSÉS - RÉUNIS**Prendre confiance
Se déplacer****Descriptif**

Dans un espace délimité. Des duos ont été constitués au préalable.

Au signal (dit à haute voix par l'adulte) :

- « *DISPERSES* » : les duos se séparent. Individuellement, chaque enfant se déplace sans porter attention à son partenaire.
- « *REUNIS ...* » : chaque enfant doit vite retrouver son partenaire et s'accrocher à lui, selon l'indication de l'enseignant :
« *PAR LA MAIN / PAR LE PIED / PAR L'ÉPAULE / DOS A DOS ...* »

Enchaîner les actions en variant la manière de s'accrocher.

Evolutions

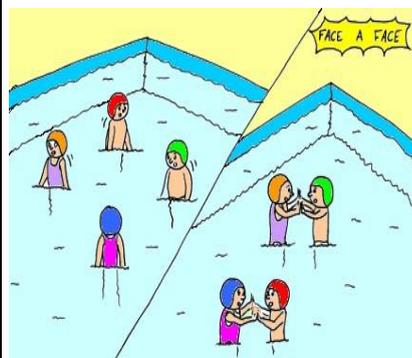
1^{er} temps : juste indication « *DISPERSES* » - « *REUNIS* »

2^{ème} temps : introduire la manière de s'accrocher à son partenaire.

Varié la profondeur.

Conseils

Insister sur la rapidité du déplacement.



1, 2, 3, SOLEIL**Se déplacer
S'équilibrer****Descriptif**

Les pirates doivent se déplacer dans l'eau pour rejoindre le trésor qui se situe au bord du bassin. Pour ne pas être repérés, ils se déplacent la nuit !
Départ au niveau d'une ligne d'eau à 5 ou 6 mètres du mur.
Le gardien du trésor (un enfant) tourne le dos au groupe et dit à haute voix « 1, 2, 3, SOLEIL » en frappant sur le bord du bassin, puis il se retourne.
Tous les pirates doivent alors être immobiles.
Aidé de l'adulte, le gardien du trésor donne le prénom des pirates toujours en mouvement lorsqu'il s'est retourné (après « SOLEIL »).
Les enfants nommés repartent aussitôt au point de départ.
Le pirate qui touche le premier le bord du bassin remporte le trésor et prend la place du gardien. Une nouvelle partie peut alors commencer.

Evolutions

Profondeur de déplacement.
Position de départ : derrière la ligne d'eau. La franchir pour rejoindre le bord.
Nouvelle immobilisation : sur le dos, faire l'étoile de mer.

Conseils

A « 1, 2, 3 » : vous avancez. A « SOLEIL » : faites la statue.

**LA CHAÎNE DES PIRATES****Se déplacer****Descriptif**

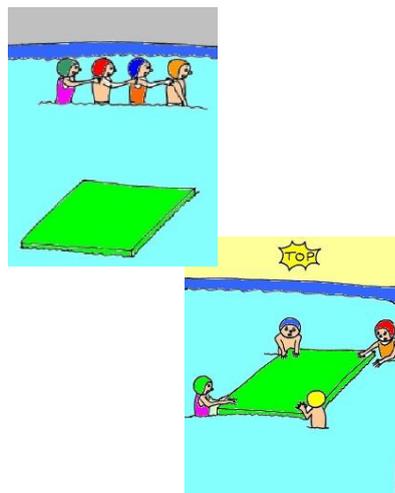
2 équipes de 4 pirates se déplacent en file indienne, les mains sur les épaules, dans une zone délimitée.
Au signal, les pirates doivent regagner leur bateau (tapis flottant) : ils doivent s'accrocher sur les 4 coins d'un tapis flottant, à quelques mètres, en utilisant les mains et les bras.
L'équipe au complet qui a rejoint son bateau le plus vite a gagné.
On change de chef de file à chaque partie.

Evolutions

Augmenter ou réduire la distance entre les pirates et leur bateau.
Passer sous une ligne d'eau avant de rejoindre le bateau.

Conseils

Faire sentir la résistance de l'eau. Faire remarquer les meilleures stratégies de déplacement.

**LA TOILETTE DES PIRATES****Prendre confiance
S'immerger****Descriptif**

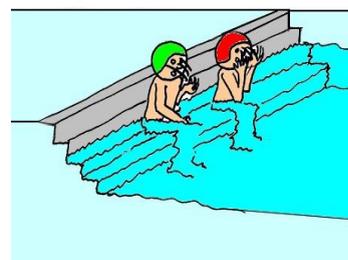
L'enseignant indique les différentes parties du corps que l'enfant doit mouiller ou immerger.
Les indications peuvent ensuite être données par un enfant pour tout le groupe ou se faire par petits groupes avec chaque enfant qui devient à son tour un donneur de consignes.

Evolutions

Utilisation d'objets pour s'asperger doucement.
Se déplacer en effectuant ces immersions.

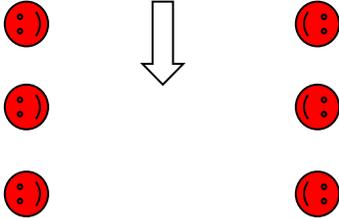
Conseils

« Je mouille mon bras, mon épaule, mon ventre... »
Les enfants peuvent, au départ, être assis sur les marches du bassin.



LE SOUFFLEUR		Se déplacer S'immerger
Descriptif		
<p>Par groupe de 4 ou 5, les élèves sont côte à côte. La bouche au raz de l'eau, ils doivent souffler sur leur balle de ping pong pour la faire progresser jusqu'à la ligne d'arrivée (bord ou ligne d'eau). Interdiction de faire avancer la balle en la touchant. Le 1^{er} joueur qui voit sa balle atteindre la ligne d'arrivée remporte la partie.</p>		
Evolutions		
<p>Varié la distance à parcourir ; la profondeur. Jouer en 1 contre 1, face à face : être le 1^{er} à rapporter la balle de l'adversaire dans son camp.</p>		

LE JEU DES ÉCLABOUSSURES		S'immerger
Descriptif		
<p>Par équipe de deux. 1 ballon souple pour 2. Un joueur tient le ballon à trois doigts au-dessus de l'eau. D'une distance donnée (ligne d'eau ...), son partenaire (face à lui) essaie d'éclabousser assez fort pour faire tomber le ballon.</p>		

LES PILLEURS ARROSÉS		Prendre confiance Se déplacer / S'immerger
Descriptif		<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">Bateau des pilleurs</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Trésor des arroseurs</div> </div> </div>
<p>Constituer 2 équipes de même nombre : « les pilleurs » ; « les arroseurs ».</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Pour les pilleurs : rapporter le trésor le plus vite possible sur le bateau. ✓ Pour les arroseurs : gêner la progression des pilleurs en les éclaboussant. <p>Au signal de départ, les pilleurs doivent rapporter tous les éléments du trésor (caisse contenant des objets – cf. représentation) le plus rapidement possible. Chaque pilleur ne peut rapporter qu'1 seul objet à la fois.</p> <p>De leur côté, les arroseurs, immobiles, cherchent à gêner la progression des pilleurs en les éclaboussant.</p> <p>Comptabiliser le temps mis par l'équipe de pilleurs pour rapporter tous les objets du trésor dans leur bateau (autre caisse ou tapis sur l'eau).</p> <p>Inverser les rôles pour la 2^{ème} manche.</p> <p>A l'issue de la 2^{ème} manche, l'équipe gagnante sera celle qui aura mis le moins de temps pour rapporter tous les éléments du trésor à bord du bateau.</p>		
Evolutions		
Le trésor est maintenant au fond de l'eau.		
Conseils		
<p>Faire ce jeu sous forme de relais pour les pilleurs. Les pilleurs partent seuls ou par 2 (dans ce cas le 2^{ème} joueur de la colonne peut partir lorsque le 1^{er} est revenu et lui a tapé dans la main).</p> <p>Nombre d'objets à rapporter = nombre de pilleurs x 2 à 3.</p>		