Enseignants et parents : retrouvez toutes les fiches de natation sur i-profs.fr

Matériel : planche, Pull – boy, frite

Fiche 1

Objectifs	Situation proposée	Remarques
Vaincre ses réticences à entrer dans L'eau	S'arroser entièrement le corps en étant : - Assis au bord du bassin - Debout dans le petit bain	**Petit bain**
Déplacement dans le petit bain	Seul ou à deux, effectuer un déplacement dans le petit bain en sautillant d'un bord à l'autre du bassin. Inventer d'autres déplacements….	En avant, en arrière, sur un pied, en se tenant par les épaules …
Découverte du matériel de natation	Inventer des jeux avec le matériel proposé : planche, pull-boy, frite	**Petit bain**
Déplacement dans le petit bain	Se déplacer dans le petit bain : - en avant - en arrière - le plus vite possible - en s'aidant des bras - à cloche pied	**Petit bain**
Vaincre ses réticences à entrer dans L'eau	Faire une ronde chantée en se tenant par les mains. Tourner et s'immerger à la fin de la chanson.	**Petit bain**
Déplacement dans le petit bain	Jeu consistant à récupérer le plus d'objets flottants possibles et les ramener dans son camp.	**Petit bain**
Evaluation 1	Traverser le petit bain : En avant Retour en arrière	**Petit bain**

Matériel : planche, Pull – boy, frite, objets lestés, tubas,

Fiche 2

Objectifs	Consignes	Remarques
Déplacement dans le petit bain	Course : Traverser le petit bain de plusieurs manières. En avant, en arrière, sur un pied ….	**Petit bain**
Accepter l'immersion	Enfants regroupés en ronde : Asperger les autres au signal.	**Petit bain**
Déplacement dans le petit bain	Après avoir déposé divers objets lestés au fond du petit bain, se déplacer librement en les évitant.	**Petit bain**
Accepter la perte des appuis plantaires	Même exercice mais cette fois, sauter au dessus des objets lestés sans les toucher.	Sauts pieds joints
Souffler dans l'eau	Tout en se déplaçant, souffler dans l'eau à l'aide d'un tuba ou tube en plastique en laissant le nez hors de l'eau.	**Petit bain**
Accepter la perte des appuis plantaires	A l'aide de différents objets flottants, se déplacer dans le grand bain.	**Grand bain**
Evaluation 2	Faire des bulles en soufflant dans l'eau à l'aide du tube en plastique ou du tuba	**Petit bain**

http://www.i-profs.fr