

## **MODE D'EMPLOI PARCOURS BRACELET**

### **PREMIERE SEANCE test**

#### **Qu'est-ce que c'est ?**

C'est un parcours d'évaluation initiale permettant de constituer les groupes de niveau pour les séances suivantes.

Le parcours est constitué de 7 ateliers (2 dans le petit bain et 5 dans le grand bain).

Le parcours 1 étant le plus facile et le 7 le plus difficile.

Des bracelets de couleurs différentes sont attribués en fonction des ateliers réussis et valident ainsi une compétence atteinte.

#### **Pour QUI ?**

Le parcours s'adresse plutôt aux enfants à partir du CP. Mais pour les écoles venant avec des maternelles sur le même créneau, il est possible de les intégrer au parcours.

#### **Comment préparer cette première séance ?**

Afin que celui-ci fonctionne correctement il est nécessaire de préparer au préalable la 1<sup>ère</sup> séance avec les enfants en classe, en regardant la vidéo (cf lien dans le mail) et d'informer les parents agréés du fonctionnement de cette séance.

**Attention, pour réaliser le parcours il faut prévoir un adulte par atelier (MNS, ETAPS, enseignants, parents agréés)**

#### **Quel est le but pour les élèves ?**

Le but est d'obtenir la couleur qui correspond à l'atelier le plus difficile.

L'enfant, en fonction des connaissances de lui-même, peut choisir d'essayer l'atelier suivant ou alors de recommencer un atelier plus facile qu'il a déjà validé.

#### **Comment se déroule cette séance ?**

Au départ les enfants sont répartis sur deux groupes (un départ petit bain et un grand bain) en fonction du niveau estimé, ils ont la possibilité de faire par la suite tout le parcours quel que soit le départ emprunté au début (circuit en boucle).

Les MNS, enseignants et parents agréés, seront placés sur les différents ateliers pour valider le niveau et délivrer les bracelets que les enfants gardent toute la séance.

Si le niveau le plus élevé est validé, l'enfant peut recommencer un atelier de son choix dans le grand bain afin de rester actif.

#### **Que faire à la fin de la séance ?**

A la fin du test d'évaluation, les MNS regroupent les enfants sur la partie haute du bassin (arrêt 5 minute avant fin de séance) et appellent les couleurs de bracelet (du violet au blanc).

L'enseignant note le prénom des enfants avec la couleur obtenue et l'élève pose les bracelets (prévoir d'amener tableau ci joint).

Les groupes de niveaux sont alors constitués selon les couleurs.

Il est bien sur possible de rassembler 2 couleurs dans le même groupe selon les effectifs.

## DESCRIPTIF DES ATELIERS

### PETIT BAIN

Atelier 1 : *j'entre par les escaliers et je sors à l'échelle (bracelet blanc)*

Je descends par les escaliers, je traverse le petit bain en sautillant et je me déplace le long de la goulotte.

Atelier 2 : *je sais mettre la tête dans l'eau (bracelet jaune)*

Je me déplace entre les 2 câbles en mettant le visage dans l'eau et je me déplace le long de la goulotte en moyenne profondeur.

### GRAND BAIN

Atelier 3 : *Je me déplace dans le grand bain (bracelet vert)*

J'entre à la ligne 1 (côté petit bain), je descends à l'échelle au couloir 1, je me déplace le long de la goulotte, puis je prends une frite pour me déplacer sans m'accrocher au mur.

Atelier 4 : *Je me déplace dans le grand bain sur le ventre sans aide et sur le dos avec aide (bracelet bleu)*

J'entre par le tapis (couloir 5), je me déplace sur le ventre sans m'accrocher au mur puis je prends une frite pour me déplacer sur le dos sans m'accrocher au mur.

Atelier 5 : *je me déplace sur 25 m et je maîtrise la grande profondeur avec aide (bracelet rouge)*

Je saute droit dans l'eau (couloir 4, sur ou à côté du plot), je me déplace sur 25 mètres sans m'accrocher et je vais chercher un anneau au fond du grand bain, avec l'aide de la cage.

Atelier 6 : *Je me déplace sur 25 mètres en changeant de positions et je maîtrise la grande profondeur sans aide (bracelet noir)*

J'entre dans l'eau par un plongeon (départ assis, accroupi ou debout) je me déplace sur le ventre jusqu'à la moitié puis sur le dos sans m'accrocher. Je termine la longueur en allant chercher un anneau sans aide

Atelier 7 : *Chute arrière et maîtrise du milieu subaquatique (bracelet violet)*

J'entre dans l'eau (à côté du plot 2) par une bascule arrière, je passe dans un cerceau situé en grande profondeur (à 5 mètres du bord) et je termine la longueur sans m'accrocher.

## Groupes de niveaux natation

Sans bracelet	BLANC	JAUNE	VERT	BLEU	ROUGE	NOIR	VIOLET