

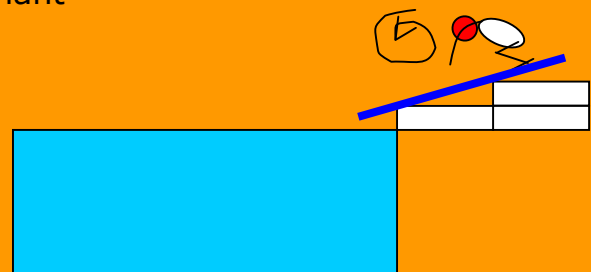
<b>Composante :</b>  <b>« Les entrées dans l'eau »</b>  <b>Niveau : 5</b> <b>Fiche 1</b>	<b>Comportements observés :</b>  - Les élèves ont du mal à entrer dans l'eau autrement que par les pieds	<b>Effet recherché :</b>  Diversifier (glisser, rouler ...) et complexifier les entrées.
---	--	--

**Dispositif :**

**Matériel :** planches, tapis (pour réaliser un plan incliné)

**But de l'exercice :** Dans le grand bain (profondeur entre 2 à 3m) complexifier les entrées, favoriser les entrées autrement que par les pieds.

**Organisation :** les élèves sont au bord, 1 adulte au bord et 1 adulte dans l'eau pour aider à la réception si nécessaire.  
Sauter 1/1 ou 2/2 au signal de l'enseignant



**Consignes :**

Au signal, vous entrez dans la l'eau en respectant la forme d'entrée demandée : en roulant (avant, arrière, sur le côté), en glissant (pieds en avants, mains en avant, tête la première)

**Evolutions :**

- Jouer sur l'inclinaison du tapis.
- Utiliser un toboggan

**En mer :**

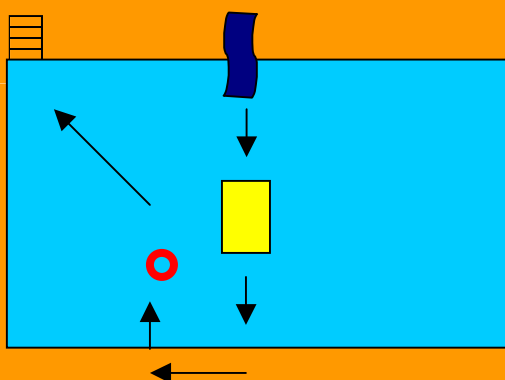
Difficile car besoin d'un point de départ fixe et solide.

<p><b>Composante :</b> Les entrées dans l'eau</p> <p><b>Niveau : 5</b></p> <p><b>Fiche 2</b></p>	<p><b>Comportements observés :</b></p> <p>Les élèves ont du mal à entrer dans l'eau autrement que par les pieds.</p>	<p><b>Effet recherché :</b> Diversifier et complexifier les entrées.</p>
--	--	--

**Dispositif :**

Parcours du pirate :

Dans le grand bassin, les élèves doivent effectuer le parcours pour aller récupérer l'anneau.



Départ du toboggan tête et bras en avant.

Nage jusqu'au tapis, monter dessus .

Descendre du tapis depuis la position à genoux, bras et tête en avant.

Rejoindre le bord, sortir du bassin avec aide si nécessaire.

Plonger depuis le bord pour aller chercher l'anneau au fond.

Rejoindre le bord opposé pour ramener l'anneau au point de départ.

**Critères de réussite :**

Entrer dans l'eau la tête en avant au moins 2 fois sur les trois fois proposées.

**Consigne :**

Vous êtes des pirates en quête du trésor. Pour cela vous devez :

1. Plonger la tête en avant depuis le toboggan.
2. Nager jusqu'à l'île, monter dessus et en descendre le plus discrètement possible toujours la tête en avant.
3. Nager jusqu'au bord et sortir de l'eau
4. Plonger la tête en avant depuis le bord pour récupérer le trésor au fond de l'eau.
5. Rejoindre le bord opposé en nageant et déposer le trésor près du toboggan

**Evolutions :**

Faire varier les positions de départ pour le plongeon, depuis le tapis et le bord : assis, accroupi, debout .

**A la mer :**

Impossible en mer.