

## Natation séance 3 groupe terrien

Sous domaine	Compétences	Objectifs
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements	Maîtriser quelques conduites motrices comme s'équilibrer, se propulser, s'immerger, entrer dans l'eau	

### Déroulement Phase 1

Echauffement

10 min.

collectif

Balles brûlantes  
Filet et poissons.

### Déroulement phase 2 Atelier 1: entrer dans l'eau

7/8 min.

par groupe 6 / 7 enfants

Dans PP,  
sauter par dessus une frite, 4 ou 5 fois.  
sauter dans un cerceau, 4 ou 5 fois.  
sauter avec un copain,

### Déroulement Phase 2 Atelier 2: s'immerger

7/8 min.

par groupe 6 / 7 enfants

1 ) Faire faire des bulles dans l'eau.  
2 ) Jeu du coupe-tête, en ronde l'adulte est au milieu de la ronde et promène la frite, il faut plonger la tête dans l'eau à l'arrivée de la frite, prendre deux frites ou une planche si désormais les élèves sont à l'aise.  
faire chercher des objets immergés.

### Déroulement Phase 2 Atelier 3: se propulser

7/8 min.

par groupe 6 / 7 enfants

1 ) Se hisser le long de la ligne d'eau avec les bras: consigne: ne pas poser les pieds par terre, 2 ou 3 fois.  
2 ) Avec frite sous les bras, idem traverser le bassin en essayant de ne pas poser les pieds par terre, 2 ou 3 fois.

### Déroulement Phase 3

10 min.

Collectif

Groupe 2 rejoint le groupe 1 et installation du grand tapis. 3 adultes qui tiennent le tapis.