

Entrer dans l'eau	Le béret aquatique	Niveau 2
Entrer dans l'eau en sautant accroupis du bord		Faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
<ul style="list-style-type: none"> - Oser quitter le bord - Accepter les déséquilibres 		<ul style="list-style-type: none"> - Sauter dans l'eau - Accepter d'être éclaboussé
Déroulement		
<p>A l'appel de leur numéro deux enfants sautent dans l'eau du bord(debout , assis ou accroupis). Le premier qui attrape le béret, le ramène dans son camp. Son adversaire peut le poursuivre et le toucher. Dans ce cas, c'est lui qui remporte le point.</p>		
Critères de réussite		Matériel
<ul style="list-style-type: none"> - Accepter de sauter du bord - Ramener le béret dans son camp - Toucher un adversaire 		<ul style="list-style-type: none"> - Objets flottants

Entrer dans l'eau	Les dauphins	Niveau 2
Entrer dans l'eau en sautant accroupis du bord		Faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
<ul style="list-style-type: none"> - Oser quitter le bord - Accepter les déséquilibres 		<ul style="list-style-type: none"> - Sauter dans un cerceau - Evaluer sa performance
Déroulement		
<p>Par 2. Un dauphin, un dresseur. Le dresseur est dans l'eau avec le cerceau. Le dauphin indique la distance à laquelle le dresseur doit se tenir. Tous les cerceaux ne seront pas à la même distance du bord. Au signal, tous les dauphins doivent sauter dans le cerceau tenu par leur dresseur. Le but est d'augmenter la distance du cerceau à chaque saut.</p>		
Critères de réussite		Matériel
<ul style="list-style-type: none"> - Accepter de sauter du bord - Augmenter sa distance de saut 		<ul style="list-style-type: none"> - Cerceaux

Entrer dans l'eau	Taxi !	Niveau 2
-------------------	--------	----------

Entrer dans l'eau en sautant accroupis d'un tapis	Faible profondeur
Objectifs spécifiques	
Pour le maître	Pour l'enfant
- Entrer dans l'eau à partir d'un support instable.	- Oser sauter dans l'eau malgré le déséquilibre causé par le tapis. - Sauter vite pour ne pas rater le taxi.
Déroulement	
<p>2 tapis sont poussés par les « chauffeurs de taxi » (2 ou 3 enfants). Les « clients » montent 2 par 2 sur un tapis. Les chauffeurs les emmènent vers le second tapis. Les « clients » sautent pour descendre du tapis. Les chauffeurs de l'autre tapis comptent jusqu'à 5 avant de partir à leur tour. Les clients doivent donc se dépêcher pour ne pas rater le taxi.</p>	
Critères de réussite	Matériel
- Le nombre de taxis pris.	- 2 tapis flottants.

Entrer dans l'eau	Chat - tapis	Niveau 2
Entrer dans l'eau en sautant accroupis d'un tapis	Faible profondeur	
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Entrer dans l'eau à partir d'un support instable.	- Oser sauter dans l'eau malgré le déséquilibre causé par le tapis. - Sauter vite pour ne pas se faire toucher.	
Déroulement		
<p>Disposer 3 ou 4 tapis. Les enfants prennent place dessus. Au signal, ils doivent sauter à l'eau et remonter sur un autre tapis. Le chat doit toucher les souris avant qu'elles ne remontent sur un tapis. Les souris doivent obligatoirement changer de tapis. Le chat a le droit de monter sur un tapis pour déloger une souris qui n'a pas voulu sauter. Toute souris touchée devient chat.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
- Ne pas se faire toucher. - Sauter rapidement à l'eau.	- 3 ou 4 tapis flottants.	
Entrer dans l'eau	Le béret	Niveau 2

Entrer dans l'eau en sautant debout du bord du bassin.		Faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- Oser sauter du bord		- Sauter du bord le premier
Déroulement		
A l'appel de leur numéro deux enfants sautent dans l'eau du bord. Le premier qui attrape le béret, le ramène dans son camp. Son adversaire peut le poursuivre et le toucher. Dans ce cas, c'est lui qui remporte le point.		
Critères de réussite		Matériel
<ul style="list-style-type: none"> - Ne pas se faire toucher. - Sauter rapidement à l'eau. 		- 1 objet flottant.

Entrer dans l'eau	La perche	Niveau 2
Entrer dans l'eau en sautant debout du bord du bassin.		Faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- Oser sauter du bord		<ul style="list-style-type: none"> - Oser sauter - Aller le plus loin possible.
Déroulement		
<p>Sauter au-dessus d'une perche tenue par le maître. Sauter et attraper un foulard accroché à la perche. Sauter dans un cerceau. Sauter par dessus une ligne d'eau.</p>		
Critères de réussite		Matériel
- Réaliser la tâche demandée.		<ul style="list-style-type: none"> - Perche, foulard - Ligne d'eau

Entrer dans l'eau	Le toboggan	Niveau 2
--------------------------	--------------------	-----------------

Entrer dans l'eau par le toboggan		Faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Entrer dans l'eau de différentes façons 	<ul style="list-style-type: none"> - Se laisser glisser vers l'eau. - Accepter de rentrer dans l'eau de différentes façons. 	
Déroulement		
<p>Se laisser glisser et entrer dans l'eau par :</p> <ul style="list-style-type: none"> - les pieds - la tête - sur le dos - sur le ventre 		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - accepter l'immersion partielle. - Les différentes entrées réalisées 	-	

Entrer dans l'eau	Niveau 2	
		Faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
	-	
Déroulement		
Critères de réussite	Matériel	
-	-	
S'immerger	La pêche	Niveau 2

S'immerger totalement avec un appui fixe		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Accepter l'immersion totale en prenant appui sur l'échelle ou la perche	- Aller chercher des objets lestés à l'aide de la perche ou de l'échelle.	
Déroulement		
<p>Aller récupérer un maximum d'objets répartis à deux endroits différents. A l'un des postes, les enfants s'aideront de l'échelle pour s'immerger. A l'autre poste, ils s'aideront de la perche. Possibilité de faire deux équipes de pêcheurs : l'équipe gagnante est celle qui aura ramené le plus d'objets.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Le nombre d'objets ramenés par enfant. - Regarder et s'orienter sous l'eau. 	<ul style="list-style-type: none"> - Perche - Objets lestés 	

S'immerger	Chatouilles	Niveau 2
S'immerger totalement avec un appui fixe		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Accepter l'immersion totale en prenant appui sur son camarade	- Aller chatouiller les pieds de son camarade	
Déroulement		
<p>Deux par deux. Chacun leur tour, les enfants s'immergent totalement et vont chatouiller les pieds de leur camarade. S'aider de son camarade pour descendre.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
S'immerger totalement	-	

S'immerger	Chamboule - tout	Niveau 2
------------	------------------	----------

S'immerger totalement avec un appui fixe		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- S'immerger en grande profondeur avec un appui fixe.		Parcourir le grand bassin en se tenant au bord sans renverser les objets.
Déroulement		
Des frites sont disposées perpendiculairement au bord. Elles dépassent au dessus de la surface . Déposer à l'extrémité un objet. Les enfants longent le bord et doivent passer sous les frites sans renverser l'objet posé dessus.		
Critères de réussite		Matériel
- Les objets restés en place		- Frites - Objets flottants -

S'immerger	Les phoques	Niveau 2
S'immerger totalement avec un appui fixe		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
S'immerger en grande profondeur avec un appui fixe		- accepter l'immersion en grande profondeur.
Déroulement		
Se déplacer lelong du grand bassin. A chaque repère, effectuer une tâche précise : - bouchon : mettre le visage dans l'eau . - frite : mettre les cheveux dans l'eau (basculer la tête en arrière) - planche : faire avancer une balle de ping pong jusqu'au bouchon suivant et ainsi de suite.		
Critères de réussite		Matériel
- La réalisation des différentes consignes.		- Frites - Planches - bouchons

S'immerger	Le béret bouée	Niveau 2
-------------------	-----------------------	-----------------

S'immerger partiellement avec un appui flottant		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
-S'immerger totalement le visage	- Chercher la méthode la plus efficace pour ramener rapidement la bouée : s'immerger complètement le visage et pousser avec le front.	
Déroulement		
<p>Deux équipes sont face à face. Chaque élève porte le nom d'un animal marin : les membres de l'autre équipe portent les mêmes noms. Une planche ou une bouée se trouve entre les deux équipes. A l'appel de leur nom, deux adversaires s'avancent et doivent ramener la bouée sans s'aider des mains, donc avec la tête.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
- L'efficacité de la poussée donc le degré d'immersion de la tête.	- Planche ou bouée.	

S'immerger	Les castors	Niveau 2
S'immerger partiellement avec un appui flottant		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- S'immerger en s'aidant éventuellement du support flottant.	- Passer rapidement sous les bouées pour se mettre à l'abri. -	
Déroulement		
<p>Chaque membre d'une équipe, les castors, sauf un se place dans une bouée ou un cerceau. Le castor restant est sans bouée. Deux joueurs font les loutres. Au signal, les loutres poursuivent le castor sans bouée. Celui-ci se dirige vers une bouée ou un cerceau : son camarade doit obligatoirement laisser sa place. Le castor touché devient loutre et vice/versa.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
- Passer sous la bouée rapidement -	- un cerceau /enfant moins 3.	
S'immerger	Le requin chasseur	Niveau 2

S'immerger partiellement avec un appui flottant		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- S'immerger en s'aidant éventuellement du support flottant.	- Passer rapidement sous les bouées pour se mettre à l'abri. -	
Déroulement		
<p>Un joueur est muni de la balle : c'est le requin. Les autres munis d'une planche sont les mouettes. Au signal, le requin tente de toucher une mouette avec la balle. La mouette est intouchable si elle s'immerge sous sa planche. La mouette touchée devient requin.</p> <p>On peut mettre moins de planches que de mouettes !</p>		
Critères de réussite	Matériel	
- Etre le dernier à se faire toucher.	- Un ballon - Autant de planches que d'enfants dans le groupe.	

S'immerger		Niveau 2
S'immerger totalement avec un appui flottant		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
	-	
Déroulement		
Critères de réussite	Matériel	

S'équilibrer	Le cornet de frites	Niveau 2
---------------------	----------------------------	-----------------

S'équilibrer horizontalement, se déplacer avec un appui fixe.		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Rechercher un équilibre horizontal. - Se déplacer en maintenant cet équilibre. 	<ul style="list-style-type: none"> - Remonter ses jambes à la surface pour frapper la pile de frites. - Garder l'équilibre horizontal pour ne pas perdre de temps pour la pile suivante. - Détruire les 3 piles en un minimum de temps. 	
Déroulement		
<p>Réaliser plusieurs piles de frites. Les enfants, les mains sur le bord du bassin, doivent frapper la pile de frites avec les pieds en un minimum de tentatives et en un minimum de temps. Lorsque la première pile est détruite, ils passent à la seconde en se déplaçant le long du bord puis à la troisième.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Le nombre de piles détruites. - L'amélioration du temps après plusieurs essais. 	- beaucoup de frites !	

S'équilibrer	Saute-cerceaux	Niveau 2
S'équilibrer horizontalement, se déplacer avec un appui fixe.		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer en laissant tout son corps flotter. 	<ul style="list-style-type: none"> - Passer dans les cerceaux sans les toucher. 	
Déroulement		
<p>Chaque enfant tient un cerceau verticalement à moitié immergé au bord du bassin. Un enfant passe dans les cerceaux en se déplaçant à l'aide du bord. Après le dernier cerceau, il sort de l'eau et prend la place du dernier enfant qui passe à son tour dans les cerceaux et ainsi de suite.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Rester allongé pour passer dans les cerceaux. 	- 1 cerceau par enfant moins 1 !	
S'équilibrer	L'ascenseur	Niveau 2

S'équilibrer à l'aide d'un appui flottant sur le ventre.		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- Rester allongé pour sentir son corps flotter.		- S'allonger le plus possible pour aller vite.
Déroulement		
Le maître tire l'enfant avec une perche. Pour améliorer le déplacement, remonter les jambes à l'horizontale.		
Critères de réussite		Matériel
- Rester allongé pendant la traction. - Etre le plus possible à la surface.		- perche.

S'équilibrer	Le chariot ventral	Niveau 2
S'équilibrer à l'aide d'un appui flottant sur le ventre.		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- Maintenir un équilibre horizontal sur le ventre.		Effectuer une traversée en équilibre horizontal ventral.
Déroulement		
Les enfants sont répartis par groupes de 3. Un enfant, le chariot, est appareillé d'une planche ou d'une frite au niveau des bras. Il doit maintenir un équilibre horizontal ventral. Les deux autres doivent faire progresser le chariot sans que celui-ci ne pose les pieds au sol. Après une phase d'entraînement. Cette situation peut être proposée sous forme de relais. Si le chariot pose un pied au sol, il revient à son point de départ. Changer les rôles à chaque manche. Varier le type d'appui : frites, planches, pain de mousse, ...		
Critères de réussite		Matériel
- Equilibre horizontal maintenu un certain temps. - Le nombre de traversées effectuées.		- Pain de mousse - frites - planches
S'équilibrer	Le chariot dorsal	Niveau 2

S'équilibrer à l'aide d'un appui flottant sur le dos.		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Maintenir un équilibre horizontal sur le dos.	Effectuer une traversée en équilibre horizontal dorsal.	
Déroulement		
<p>Les enfants sont répartis par groupes de 3. Un enfant, le chariot, est appareillé d'une planche ou d'une frite au niveau des bras. Il doit maintenir un équilibre horizontal ventral. Les deux autres doivent faire progresser le chariot sans que celui-ci ne pose les pieds au sol.</p> <p>Après une phase d'entraînement. Cette situation peut être proposée sous forme de relais. Si le chariot pose un pied au sol, il revient à son point de départ.</p> <p>Changer les rôles à chaque manche.</p> <p>Varié le type d'appui : frites, planches, pain de mousse, ...</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Equilibre horizontal maintenu un certain temps. - Le nombre de traversée effectuées. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pain de mousse - frites - planches 	

S'équilibrer	Le coiffeur		Niveau 2
S'équilibrer à l'aide d'un appui flottant sur le dos.		petite profondeur	
Objectifs spécifiques			
Pour le maître		Pour l'enfant	
- Maintenir un équilibre horizontal sur le dos.		- Accepter de basculer la tête en arrière.	
Déroulement			
<p>Par deux : le coiffeur soutient la tête du « client »</p> <p>Une frite sous chaque bras, les enfants basculent la tête en arrière pour se retrouver en position horizontale dorsale. Le coiffeur peut alors faire le shampoing à son client.</p>			
Critères de réussite		Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Equilibre horizontal maintenu un certain temps. - Tête suffisamment immergée pour permettre l'équilibration. 			

S'équilibrer	Les douze coups		Niveau 2
--------------	-----------------	--	----------

S'équilibrer à l'aide d'un appui fixe sur le ventre, tête immergée.		faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Prendre un équilibre horizontal avec calme et lenteur.	<ul style="list-style-type: none"> - Accepter l'immersion et la remontée « naturelle ». - Remonter lentement. 	
Déroulement		
<p>Par deux. Un enfant se tient droit le long de la paroi. Il assure la sécurité. L'autre s'enfonce dans l'eau en équilibre horizontal. Il doit toucher les pieds de son camarade.</p> <p>Il se laisse ensuite remonter à la surface sans faire de mouvements.</p> <p>Le maître décompte les secondes en frappant dans ses mains (pas plus de 12 secondes).</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Remontée sans mouvements. - Qualité de l'équilibre horizontal. 	-	

S'équilibrer	1,2,3 sous l'eau !	Niveau 2
S'équilibrer à l'aide d'un appui fixe sur le ventre, tête immergée.		faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Prendre un équilibre horizontal en immersion.	- Se cacher sous l'eau en s'allongeant sur le ventre.	
Déroulement		
<p>Les enfants sont en position horizontale ventrale le long du bord du bassin.</p> <p>Le maître compte jusqu'à 3.</p> <p>A 3, les enfants doivent avoir la tête immergée.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
- La position horizontale est conservée pendant la phase d'immersion.	-	
Se déplacer	Les crocodiles	Niveau 2

Se déplacer en équilibre horizontal sur un appui fixe.		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Mettre les jambes à l'horizontale. - S'aider des jambes pour le déplacement. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ne pas se faire croquer par le crocodile en relevant les jambes. - Se déplacer le plus vite possible. 	
Déroulement		
<p>Les enfants s'appuient au bord du bassin. Au signal, ils se déplacent le long du bord pour rejoindre un point précis du bassin. Le crocodile (le maître ou un autre enfant) s'avance et « croque » les jambes qui touchent le sol pendant le déplacement. Quand on est croqué, on devient crocodile.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Être le dernier « survivant ». 	-	

Se déplacer		Niveau 2
Se déplacer en équilibre horizontal sur un appui fixe.		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
	<ul style="list-style-type: none"> - - - 	
Déroulement		
Critères de réussite	Matériel	
	-	
Se déplacer	Les poissons béliers	Niveau 2

Se déplacer avec les jambes sur un appui flottant		moyenne profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Rechercher le battement de pieds le plus efficace. - Se déplacer à l'horizontale. 	<ul style="list-style-type: none"> - Trouver la position la plus efficace pour déplacer le tapis. 	
Déroulement		
<p>Le tapis est disposé sous une ligne d'eau qui le partage en deux. Deux équipes de 3 prennent place de chaque côté du tapis. Au signal, chaque équipe essaie de repousser le tapis au-delà de la ligne d'eau en utilisant le battement de pieds. L'équipe gagnante est celle qui a repoussé le plus le tapis au bout du temps imparti (10, 20 ou 30 secondes).</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - La qualité du déplacement dépend de la bonne horizontalité du corps. 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 tapis par groupe. 	

Se déplacer	Les planches à déménager	Niveau 2
Se déplacer avec les jambes sur un appui flottant		Moyenne profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer à l'horizontale. 	<ul style="list-style-type: none"> - Transporter des objets sur sa planche le plus rapidement possible. 	
Déroulement		
<p>Deux équipes sont disposées le long du bord à quelques mètres d'intervalle. Au signal, un joueur de chaque équipe pose un objet sur sa planche et le transporte jusqu'au camp adverse. Il le pose dans la caisse de l'équipe adverse. Lorsque le premier nageur arrive dans l'autre camp, le second nageur part à son tour. L'équipe gagnante est celle qui a le moins d'objets dans sa caisse à la fin du temps imparti .</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Transporter le plus d'objets possible, le plus rapidement possible 	<ul style="list-style-type: none"> - Objets flottants divers. 2 caisses. - 1 planche par enfant. 	
Se déplacer	L'horloge	Niveau 2

Se déplacer avec les jambes sur un appui flottant, changer de direction		faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer en appui sur une planche - Effectuer des changements de direction - S'équilibrer à l'horizontale en se déplaçant. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer le plus vite possible - Passer le ballon le plus vite possible 	
Déroulement		
<p>Jeu à faire en classe avant de le proposer à la piscine. 2 équipes : une se place en cercle et l'autre en file indienne. Au signal, l'équipe en cercle se passe le ballon le plus rapidement possible. En même temps, un membre de l'équipe adverse nage autour du cercle formé par la 1^{ère} équipe. Il se déplace à l'aide d'une planche en battant des pieds. Il revient vers son équipe, tape dans la main du suivant, qui part à son tour. L'équipe en cercle stoppe le ballon lorsque le dernier coureur est passé.</p> <p>L'équipe gagnante est celle qui a fait le plus de tours avec le ballon.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
<ul style="list-style-type: none"> - Avoir couru le plus vite possible - Avoir effectué le plus de passes. 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 planche pour 2. - 1 ballon. 	

Se déplacer	La grande pêche	Niveau 2
Se déplacer avec les jambes sur un appui flottant, changer de direction		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer en appui sur une planche - Effectuer des changements de direction - S'équilibrer à l'horizontale en se déplaçant. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer rapidement. - Anticiper les changements de direction. 	
Déroulement		
<p>Disperser le plus de frites possibles dans un espace défini. Au signal, les pêcheurs équipés d'une planche s'élancent du bord. Les enfants doivent ramasser au moins 3 frites et les disposer sur leur planche. Le but du jeu est de ramasser le plus de frites possible dans un temps donné.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
Le nombre de frites ramassées	<ul style="list-style-type: none"> - 1 planche par enfant - des frites ou objets flottants. - 	
Se déplacer	Poussée ventrale	Niveau 2

Se déplacer à l'horizontale, tête immergée avec appui flottant.		moyenne profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Immerger la tête pour améliorer l'équilibre horizontal et le déplacement.	- Trouver la meilleure position pour aller loin.	
Déroulement		
Au signal, les enfants effectuent une poussée ventrale (on pousse sur la paroi du bassin avec les pieds, tête dans l'eau) en appui sur une planche. Le but du jeu est d'aller le plus loin possible.		
Critères de réussite	Matériel	
- La distance parcourue - L'amélioration de la performance	1 planche par enfant.	

Se déplacer			Niveau 2
		grande profondeur	
Objectifs spécifiques			
Pour le maître	Pour l'enfant		
	-		
Déroulement			
Critères de réussite	Matériel		
	-		
Respirer	La bulle d'air		Niveau 2

S'immerger totalement en soufflant par la bouche.		faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
<ul style="list-style-type: none"> - Maîtriser l'expiration. - Gérer le temps d'immersion. 		<ul style="list-style-type: none"> - Elaborer des stratégies - Alternier les rôles efficacement - Faire progresser le cerceau le plus vite possible.
Déroulement		
<p>Par 2. Chaque duo est muni d'un cerceau flottant. Au signal les joueurs déplacent le cerceau à tour de rôle. On ne peut déplacer le cerceau qu'en immersion complète. Le cerceau joue le rôle de la bulle d'air dans laquelle le joueur est autorisé à venir prendre des inspirations.</p>		
Critères de réussite		Matériel
<ul style="list-style-type: none"> - Amener son cerceau de l'autre côté du bassin avant les autres équipes. - S'immerger de plus en plus longtemps. 		<ul style="list-style-type: none"> - 1 cerceau pour 2 enfants.

Respirer	Les crabes	Niveau 2
S'immerger totalement en soufflant par la bouche.		faible profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
<ul style="list-style-type: none"> - Maîtriser l'expiration. - Gérer le temps d'immersion. 		<ul style="list-style-type: none"> - Aller de plus en plus loin en immersion complète.
Déroulement		
<p>Deux équipes s'affrontent sous forme d'un relais. Chaque équipe se place de part et d'autre d'une ligne d'eau. Le premier joueur est muni d'une pince à linge. Au signal, les 2 premiers joueurs s'élancent bouche et nez immergés le long de la ligne d'eau. A la première inspiration, chacun place sa pince sur la ligne d'eau. Même chose pour les joueurs suivants qui tentent d'aller plus loin. L'équipe ayant la pince la plus éloignée du point de départ gagne la partie.</p>		
Critères de réussite		Matériel
<ul style="list-style-type: none"> - La distance parcourue en immersion complète. 		<ul style="list-style-type: none"> - Une ligne d'eau. - Des pinces à linge.