

Entrer dans l'eau	Le grand bleu (équipe EPS)		Niveau 3
Entrer dans l'eau à partir d'un appui fixe.		grande profondeur	
Objectifs spécifiques			
Pour le maître		Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Descendre dans l'eau en grande profondeur. Se déplacer en surface.		<ul style="list-style-type: none"> - Oser affronter la grande profondeur - Rapporter le plus d'objets possible. 	
Déroulement			
<p>2 équipes dans leur camp. Au signal, chaque joueur quitte son camp à partir de l'échelle, du bord (en position assise) ou entre les câbles . Il se déplace jusqu'à la zone du trésor. Sur place, il saisit un objet flottant et le pose sur le tapis ou dans un cerceau matérialisant son camp.</p>			
Critères de réussite		Matériel	
L'équipe qui a rapporté le plus d'objets l'emporte.		2 tapis ou 2 cerceaux. Des objets flottants Un câble double.	

Entrer dans l'eau			Niveau 3
Entrer dans l'eau à partir d'un appui fixe.		grande profondeur	
Objectifs spécifiques			
Pour le maître		Pour l'enfant	
		-	
Déroulement			
Critères de réussite		Matériel	

Entrer dans l'eau	Chat -tapis		Niveau 3
Entrer dans l'eau à partir d'un tapis.	grande profondeur		
Objectifs spécifiques			
Pour le maître		Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Descendre rapidement du tapis - Accepter le déséquilibre induit par le tapis. 		<ul style="list-style-type: none"> - Ne pas se faire toucher - Sauter vite du tapis 	
Déroulement			
<p>Les enfants sont par 4 sur un tapis. Au signal, l'équipe adverse tente de toucher les souris réfugiées sur le tapis avec un ballon mou. Les souris doivent sauter du tapis pour échapper aux ballons. Tout joueur dans l'eau est intouchable.</p> <p>Les enfants qui le souhaitent sont appareillés avec une ceinture.</p>			
Critères de réussite		Matériel	
L'équipe ayant eu le moins de souris touchées est gagnante.		<ul style="list-style-type: none"> - 1 tapis - Des ballons mous (éviter les ballons de water polo, trop durs) - Ceintures de flottaison. 	

Entrer dans l'eau			Niveau 3
Entrer dans l'eau à partir d'un tapis.	grande profondeur		
Objectifs spécifiques			
Pour le maître		Pour l'enfant	
		-	
Déroulement			
Critères de réussite		Matériel	

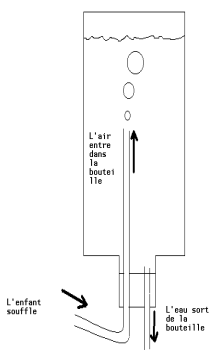
Entrer dans l'eau	Les sumos	Niveau 3
Entrer dans l'eau en chutant		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
<ul style="list-style-type: none"> - Accepter de chuter dans l'eau, quelque soit la position. - Chuter « par surprise » 	<ul style="list-style-type: none"> - Pousser son adversaire hors du tapis 	
Déroulement		
<p>Les enfants sont 2 par 2 sur un tapis. Ils sont équipés de ceintures ou de brassards. Au signal chaque enfant tente de faire chuter son adversaire du tapis. Il est interdit de frapper, de pincer. On peut saisir, sauf la tête, et pousser. Le jeu peut se faire accroupis, ou debout.</p> <p>INSTALLER LE TAPIS LOIN DU BORD AFIN D'EVITER LES CHUTES SUR LE BORD DU BASSIN.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
Rester le dernier sur le tapis.	2 tapis	

Entrer dans l'eau	Les sumos	Niveau 3
Entrer dans l'eau en sautant du bord		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Accepter de sauter en grande profondeur	<ul style="list-style-type: none"> - Réaliser différents sauts : plus ou moins lointains. 	
Déroulement		
<p>Les enfants sont équipés de ceintures de flottaison.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sauter et attraper un foulard suspendu à la perche tenue par le maître. - Sauter dans un cerceau placé au bord du bassin. - ... - Descendre le long de la perche. 		
Critères de réussite	Matériel	
Le nombre de sauts effectués	<ul style="list-style-type: none"> - Perche - Foulard - Cerceaux 	

S'immerger	Filet pêcheur	Niveau 3
S'immerger totalement sans appuis	petite profondeur	
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Quitter les appuis plantaires au fond du bassin.	- Ne pas être pris dans le filet du pêcheur	
Déroulement		
<p>Un groupe forme une ronde (les pêcheurs) à la surface de l'eau et choisit un nombre secret.</p> <p>Pendant qu'ils comptent tout haut jusqu'au nombre secret, les autres enfants passent et repassent sous les bras des pêcheurs.</p> <p>Lorsque le nombre est atteint, les pêcheurs baissent les bras pour emprisonner les poissons dans le filet.</p> <p>Les poissons ne doivent pas toucher le fond avec les pieds lorsqu'ils traversent le filet.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
Traverser le filet sans mettre les pieds au sol.		

S'immerger	Poisson rigolo	Niveau 3
S'immerger totalement sans appuis	petite profondeur	
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Quitter les appuis plantaires au fond du bassin.	- Être le poisson le plus rigolo.	
Déroulement		
<p>Par 2</p> <p>Au signal, les enfants-poissons s'immergent et choisissent la position la plus drôle possible sans toucher les pieds au fond du bassin.</p> <p>L'observateur tente de regarder son poisson en ouvrant les yeux sous l'eau.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
Accepter de prendre une pose en immersion sans appui.		

S'immerger	Bain bouillonnant	Niveau 3
S'immerger totalement sans appuis en soufflant par la bouche.		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Adopter une expiration active.	- Faire les plus grosses bulles sous l'eau avec une paille.	
Déroulement		
Les enfants sont en rond dans le petit bain. Au signal, ils s'assoient au fond du bassin et soufflent dans une paille.		
Critères de réussite		Matériel

S'immerger	Le bathyscaphe	Niveau 3
S'immerger totalement sans appuis en soufflant par la bouche.		petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Adopter une expiration active.	- Souffler dans la bouteille pour la remplir d'air.	
Déroulement		
		<p>Par équipe.</p> <p>Deux bouteilles en plastique équipées de deux pailles et remplies d'eau sont immergées au fond du petit bain. (fixer des lests)</p> <p>Chaque équipe doit vider sa bouteille le plus vite possible.</p> <p>Un enfant s'immerge et souffle dans la paille. Dès qu'il remonte, il tape dans la main du suivant qui s'immerge à son tour.</p>
Critères de réussite		Matériel
Vider sa bouteille avant l'équipe adverse.		2 bouteilles 4 pailles de la pâte à modeler pour étanchéifier le bouchon.

S'immerger	Parcours bouillon 1	Niveau 3
S'immerger totalement avec un appui fixe		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
Accepter l'immersion en grande profondeur.	- Se déplacer et s'immerger 3 secondes	
Déroulement		
Des frites sont disposées le long du bassin, à cheval entre le bord et la surface de l'eau. Les enfants se déplacent le long de la goulotte. A chaque frite, ils doivent s'immerger 3 secondes et passer sous la frite.		
Critères de réussite		Matériel
<ul style="list-style-type: none"> - L'immersion totale - Le nombre d'obstacles franchis 		frites

S'immerger	Les pêcheurs de colliers	Niveau 3
S'immerger totalement avec un appui fixe		moyenne profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
Accepter l'immersion en grande profondeur.	- Descendre le long de la perche et remonter un objet.	
Déroulement		
<p>Une perche est maintenue verticalement par l'adulte. Des anneaux sont enfilés dans la perche et reposent au fond de l'eau.</p> <p>Deux équipes sont constituées. Au signal, le premier plongeur descend dans l'eau et s'enfonce en s'aidant de la perche pour remonter un anneau le long de la perche. Il sort de l'eau et se met debout au bord du bassin. Le deuxième joueur touche l'anneau et saute à son tour (disposition nécessaire à la sécurité : 1 seul enfant en jeu).</p> <p>La seconde équipe réalise l'épreuve. Les temps sont chronométrés et comparés.</p>		
Critères de réussite		Matériel
<ul style="list-style-type: none"> - Le temps mis par l'équipe pour réaliser la tâche. 		<ul style="list-style-type: none"> - perche - anneaux lestés.

S'immerger	Parcours bouillon 2	Niveau 3
S'immerger totalement avec un appui flottant	grande profondeur	
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Accepter l'immersion en grande profondeur.	- Se déplacer et s'immerger 3 secondes	
Déroulement		
Voir Parcours bouillon 1, mais les enfants se déplacent avec deux pains ou une planche avant de s'immerger sous les frites.		
Critères de réussite		Matériel
<ul style="list-style-type: none"> - L'immersion totale - Le nombre d'obstacles franchis 		- frites

S'immerger		Niveau 3
S'immerger totalement avec un appui flottant	grande profondeur	
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
	-	
Déroulement		
Critères de réussite		Matériel
		-

S'équilibrer	Les câbles-doubles 1	Niveau 3
Traverser le grand bain avec les câbles doubles sur le ventre.		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- Aller vers un équilibre horizontal		- Transporter un pull-boy
Déroulement		
<p>Les enfants descendent dans l'eau et placent un pull-boy entre les jambes. Ils se déplacent en tirant sur les câbles doubles en position ventrale.</p> <p>Par équipe, faire un relais chronométré. Passer le pull-boy au partenaire.</p>		
Critères de réussite		Matériel
- Obtenir l'horizontalité du corps.		<ul style="list-style-type: none"> - Câbles doubles - Pull-boy

S'équilibrer	Les câbles-doubles 2	Niveau 3
Traverser le grand bain avec les câbles doubles sur le ventre		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- Aller vers un équilibre horizontal		<ul style="list-style-type: none"> - Pousser un ballon sans le faire sortir des câbles. -
Déroulement		
<p>Les enfants conduisent un ballon entre les câbles en le poussant avec la poitrine. Relais possible.</p>		
Critères de réussite		Matériel
- Porter son attention sur le ballon en laissant son corps s'équilibrer.		<ul style="list-style-type: none"> - Câbles doubles - Ballons

S'équilibrer	Les câbles-doubles 3	Niveau 3
Traverser le grand bain avec les câbles doubles sur le dos		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
- Aller vers un équilibre horizontal		-
Déroulement		
Même situation que Câbles-doubles 1, sur le dos		
Critères de réussite		Matériel
		-

S'équilibrer		Niveau 3
Traverser le grand bain avec les câbles doubles sur le dos		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
-		-
Déroulement		
Critères de réussite		Matériel
		-

S'équilibrer	L'étoile ventrale	Niveau 3
Faire l'étoile ventrale avec appuis flottants		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
<ul style="list-style-type: none"> - Se laisser s'équilibrer par l'eau - Trouver un équilibre entre la poussée d'Archimède et l'apesanteur. 		<ul style="list-style-type: none"> - Trouver une position permettant de rester immobile à la surface de l'eau.
Déroulement		
<p>Une planche sous chaque bras, les enfants doivent s'immobiliser au signal. A plusieurs, former une figure simple : ronde, chenille</p>		
Critères de réussite		Matériel
Les jambes ne doivent pas couler.		2 planches par enfant

S'équilibrer	L'étoile dorsale	Niveau 3
Faire l'étoile dorsale avec appuis flottants		grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître		Pour l'enfant
<ul style="list-style-type: none"> - Se laisser s'équilibrer par l'eau - Trouver un équilibre entre la poussée d'Archimède et l'apesanteur. 		<ul style="list-style-type: none"> - Trouver une position permettant de rester immobile à la surface de l'eau.
Déroulement		
<p>Une planche sous chaque bras, les enfants doivent s'immobiliser sur le dos au signal. A plusieurs, former une figure simple : ronde, chenille</p>		
Critères de réussite		Matériel
<p>Les jambes ne doivent pas couler. Les cheveux doivent être dans l'eau.</p>		2 planches par enfant

Se déplacer	La chasse à la baleine	Niveau 3
--------------------	-------------------------------	-----------------

Se déplacer sur le ventre avec appui flottant	Petite profondeur
Objectifs spécifiques	
Pour le maître	Pour l'enfant
- Prendre conscience de l'action propulsive des pieds.	- Rejoindre l'autre bord le plus vite possible.
Déroulement	
<p>Les enfants (les baleines) sont au bord du bassin, ils disposent d'une planche chacun. 1 chasseur est dans l'eau. Au signal, « baleines, sortez ! », celles-ci quittent leur camp pour rejoindre l'autre bord sans être touchées. Le déplacement se fait sans toucher le fond du bassin. Chaque baleine touchée devient chasseur.</p>	
Critères de réussite	Matériel
- Toucher le plus de baleines possible. Ne pas se faire toucher	1 planche par enfant.

Se déplacer	Course au nombre 1	Niveau 3
Se déplacer sur le ventre avec appui flottant	Petite ou moyenne profondeur	
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Prendre conscience de l'action propulsive des pieds.	- Faire le moins de mouvements possible avec les pieds.	
Déroulement		
<p>Deux équipes. Chaque nageur a un observateur désigné dans l'autre équipe. Les nageurs sont au bord du bassin, ils sont équipés d'une planche, et doivent rejoindre la ligne d'eau en effectuant le moins de mouvements propulsifs possible. Les observateurs comptent le nombre de mouvements effectués. Les scores des joueurs sont comptabilisés par équipe.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
Réaliser la traversée avec un minimum de mouvements propulsifs.	1 planche par enfant.	

Se déplacer	L'horloge	Niveau 3
-------------	------------------	----------

Se déplacer sur le dos avec appui flottant.		Petite profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Prendre conscience de l'action propulsive des pieds.	<ul style="list-style-type: none"> - Nager 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 sur le dos avec une frite sous la tête en ligne droite jusqu'à la ligne d'eau et 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	
- Se déplacer le plus vite possible	<ul style="list-style-type: none"> - 1 frite pour 2 enfants - 1 ballon 	

Se déplacer	Course au nombre 2	Niveau 3
Se déplacer sur le dos avec appui flottant.		Petite ou moyenne profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Prendre conscience de l'action propulsive des pieds.	- Faire le moins de mouvements possible avec les pieds.	
Déroulement		
Voir course au nombre 1		
Critères de réussite	Matériel	
	-	

Se déplacer	Course au loin	Niveau 3
--------------------	-----------------------	-----------------

Se déplacer en immergeant les voies aériennes avec appui flottant.		Grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
- Obtenir une meilleure horizontalité par l'immersion de la tête.	- se propulser le plus loin possible.	
Déroulement		
<p>Les enfants sont équipés d'une ceinture de flottaison. Ils sont disposés le long du bord, le long du ligne d'eau Au signal, ils effectuent une poussée ventrale et doivent aller le plus loin possible le long de la ligne d'eau. Ils placent la pince à linge à l'endroit où ils ont redressé la tête. A chaque tentative, ils doivent essayer de battre leur record.</p>		
Critères de réussite	Matériel	
- Aller le plus loin possible.	<ul style="list-style-type: none"> - 1 pince à linge par enfant - 1 ceinture par enfant. 	

Se déplacer		Niveau 3
Se déplacer en immergeant les voies aériennes avec appui flottant.		Grande profondeur
Objectifs spécifiques		
Pour le maître	Pour l'enfant	
Déroulement		
Critères de réussite	Matériel	
	-	