



HAUTE ÉCOLE DE LA VILLE DE LIÈGE

CATEGORIE PEDAGOGIQUE

Contrat de formation année académique 2011-2012

<i>Activités aquatiques (en ce compris les notions de sauvetage)</i>	
Volume horaire : 10h	Code cours : B147
Crédits ECTS : 2	Période : quad. I/II
	Département : primaire
	Année d'études : première

Prérequis :

Compétence(s) prioritaire(s):

- Maîtriser les savoirs disciplinaires et interdisciplinaires qui justifient l'action pédagogique

Ressources :

→ Savoirs :

- Comprendre les principes de flottaison et de propulsion
- Maîtriser les principes de respiration en milieu aquatique

→ Savoir-faire :

- Nager sans arrêt 200 mètres en nage ventrale dans un style correct
- Réaliser le saut du sauveteur / l'approche du noyé / le remorquage sur 20 mètres minimum
- Repêcher 5 objets placés à 2,50m de profondeur (départ dans l'eau et sans lunettes)
- Nager en apnée sur une distance de 12,50m (départ dans l'eau)

→ Savoir-être :

- faire preuve de rigueur
- faire preuve de persévérance et de motivation
- être à l'écoute

Notion(s) développée(s) :

- cours élémentaire de sauvetage

Méthodes d'enseignement et tâches d'apprentissage :

Activités pratiques en piscine : elles vous permettront de vous initier aux techniques de sauvetage en piscine

Aide à la réussite :

Possibilité de séances de remédiation

Evaluation :

- 200 mètres (50% des points)
- Saut du sauveteur (10% des points)
- Nage d'approche (10% des points)
- Remorquage (10% des points)
- Repêchage d'objets (10% des points)
- Apnée (10% des points)

Matériel : maillot et bonnet de natation

Bibliographie : /

Projets interdisciplinaires : /

Langue d'enseignement : français