



Contrat de formation année académique 2011-2012

<i>Activités aquatiques</i>	
Volume horaire : 30 h	Code cours : A147
Crédits ECTS : 2	Période : quad. I/II
	Département : préscolaire
	Année d'études : première

Prérequis : Etre accoutumé à l'eau et savoir nager 100 mètres en nage ventrale

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)
- Objets (10% des points)
- Apnée (10% des points)

Matériel : maillot et bonnet de natation

Bibliographie :

Projets interdisciplinaires :

Langue d'enseignement : français