

## Résumé des programmes de natation de l'école au collège

### Références :

- ▶ Circulaire n°2011-090 du 7-7-2011 relative à l'enseignement de la natation dans les établissements scolaires du premier et second degré parue au BO n° 28 du 14 juillet 2011,
- ▶ Arrêté du 9 juin 2008 (Programmes de l'école primaire),
- ▶ Arrêté du 8 juillet 2008 (Programmes du collège)
- ▶ Recommandations départementales du 20 mai 2009.

### Le savoir nager de l'école au collège

#### ▶ Test de 15 mètres :

Dès que possible, avant la fin du cycle des apprentissages fondamentaux :

Se déplacer sur une quinzaine de mètres mais aussi s'immerger, se déplacer sous l'eau et se laisser flotter.

#### ▶ Test de 30 mètres :

Dès que possible, avant la fin du cycle des approfondissements :

Se déplacer sur une trentaine de mètres mais aussi plonger et s'immerger.

▶ Premier degré du Savoir Nager (Programmes du collège – arrêté du 8 juillet 2008 – Journal Officiel du 5 août 2008 – Bulletin Officiel spécial n°6 du 28 août 2008)

Le « premier degré du savoir nager » doit être vérifié ou acquis au collège **dès la classe de 6<sup>ème</sup>** ou au plus tard en 3<sup>ème</sup>.

**Test de compétence** : parcours de capacités composé de 5 tâches à réaliser en continuité et sans reprise d'appuis au bord du bassin :

- 1) Sauter en grande profondeur
- 2) Revenir à la surface et s'immerger pour passer sous un obstacle flottant
- 3) Nager 20 mètres : 10 mètres sur le ventre et 10 mètres sur le dos
- 4) Réaliser un surplace de 10 secondes
- 5) S'immerger à nouveau pour passer sous un obstacle flottant

### Définition du savoir-nager en référence aux programmes du collège

Deux degrés d'acquisition sont identifiés :

- ▶ Niveau 1 pour une activité enseignée durant au moins 10 h de pratique effective
- ▶ Niveau 2 pour une activité enseignée durant au moins 20 h de pratique effective

#### Exemples de compétences attendues au collège

##### **NATATION DE VITESSE- NIVEAU 1**

À partir d'un départ plongé ou dans l'eau, réaliser la meilleure performance possible sur une distance de 25m en crawl en adaptant l'équilibre et les trajets moteurs les plus efficaces. Respecter les règles de sécurité et d'hygiène. Assumer le rôle d'observateur

##### **NATATION LONGUE NIVEAU 1**

À partir d'un départ plongé ou dans l'eau réaliser, sur une durée de 6 minutes, la meilleure performance possible en nage ventrale et dorsale en optimisant l'équilibre et les trajets moteurs les plus efficaces...