



AISANCE AQUATIQUE et SAVOIR NAGER

**ANIMATION PEDAGOGIQUE
CYCLE 1 / CYCLE 2**

SEPTEMBRE 2025

SOMMAIRE

- CONTEXTE
- ORIGINES DU PLAN (RAPPEL)
- LES ENJEUX
- ECHANGES AUTOUR DE LA MISE EN ŒUVRE DANS LES CLASSES DE L'AISSANCE AQUATIQUE
- LA SÉCURITÉ – L'HYGIÈNE
- LA DÉMARCHE
- AISANCE AQUATIQUE ET SAVOIR NAGER : DÉFINITIONS
- LE PROJET PÉDAGOGIQUE DÉPARTEMENTAL
- QUESTIONS / RÉPONSES

CONTEXTE

- Cadre de l'Animation Pédagogique : formation obligatoire incluse dans les 18h, AP institutionnelle.
- En 2022-2023, AP sur cette thématique → un dispositif qui est venu bousculer nos habitudes...
- 1 à 4 ans d'expérimentation (en fonction des secteurs) : **bilan et Analyse** sur le département.
- **Objectifs** de cette formation : clarifier, accompagner, Réguler, échanger, répondre aux interrogations / difficultés ... et proposer un cadre commun départemental (contenus pédagogiques).

ORIGINES DU PLAN (rappel)

+ 30 % de noyades accidentelles entre 2015 et 2018 en France
(1649 noyés soit 4,5/j)

Augmentation plus forte chez les **moins de 13 ans**
+ 96 % chez les **moins de 6 ans**

En 2018 en France, les moins de 6 ans représentent **plus d'1/4 des noyés accidentels**

Environ 1/3 des noyades accidentelles ont lieu en **piscines privées et publiques**



2020 : Lancement par le Ministère Jeunesse et Sport des plans de prévention des noyades :
« Aisance Aquatique » et **« Savoir Nager »**



Objectif : mobiliser les acteurs scolaires et extrascolaires pour
Rendre les plus jeunes autonomes le plus rapidement possible en grande profondeur

1^{er} juin – 13 aout : 2025 :
dont 268 suivies d'un décès : 1013 noyades

LES ENJEUX

**Prévention des noyades
et développement de l'aisance aquatique**



MINISTÈRE
DES SPORTS

CYCLES D'APPRENTISSAGES

Bébé
nageur

AISANCE AQUATIQUE

NIVEAU 1 NIVEAU 2 NIVEAU 3

Dès le cycle 1 (si possible)

NIVEAU 4

ATTESTATION

**Savoir
nager**



Validation du PASS NAUTIQUE

OBJECTIF :
validation, au
plus tard, **fin**
CE2



Validation de l'ASNS

OBJECTIF :
validation, au
plus tard, **fin**
6ème

Aisance Aquatique : définition

- C'est l'état d'une personne qui **accepte l'action de l'eau sur son corps**, qui est capable de s'orienter, et d'y évoluer pour se diriger là où elle pourra s'en extraire seule ou attendre d'être aidée.
- Elle ne peut être acquise que lorsque **la personne aura franchi des obstacles :**
 - **psychologiques** (ex : peur de l'engloutissement, du remplissage, ...),
 - mais aussi liés aux **lois de la physique** (pesanteur et poussée d'Archimède)
 - ainsi qu'à **la posture** (comment le corps s'adapte aux forces externes qui s'exercent sur lui).
- Elle est liée à la **construction du corps flottant**.
- C'est une **étape préalable et indispensable au savoir nager**.



NIVEAUX 1, 2 ET 3



OBJECTIF FIN NIVEAU 3 :
validation du **Pass nautique**

Savoir Nager : définition

- C'est la capacité d'une personne à **être autonome dans tous les milieux aquatiques** : se déplacer avec aisance, de façon indépendante et sans aide matérielle, dans toutes les dimensions de l'aisance aquatique.

- Il ne s'envisage que lorsque le **niveau 3 de l'aisance aquatique est atteint**.

- Il est davantage lié aux **techniques de nage**.



NIVEAU 4



OBJECTIF FIN NIVEAU 4 :
validation ASNS

Mise en œuvre de l'Aisance Aquatique dans les classes : échanges

Sécurité et hygiène :

- Ce qui fonctionne bien
- Ce qui est difficile à mettre en place
- Ce que l'on souhaiterait faire

L'organisation / La démarche :

- Ce qui fonctionne bien
- Ce qui est difficile à mettre en place
- Ce que l'on souhaiterait faire

Les contenus :

- Ce qui fonctionne bien
- Ce qui est difficile à mettre en place
- Ce que l'on souhaiterait faire

SÉCURITÉ ET HYGIÈNE :



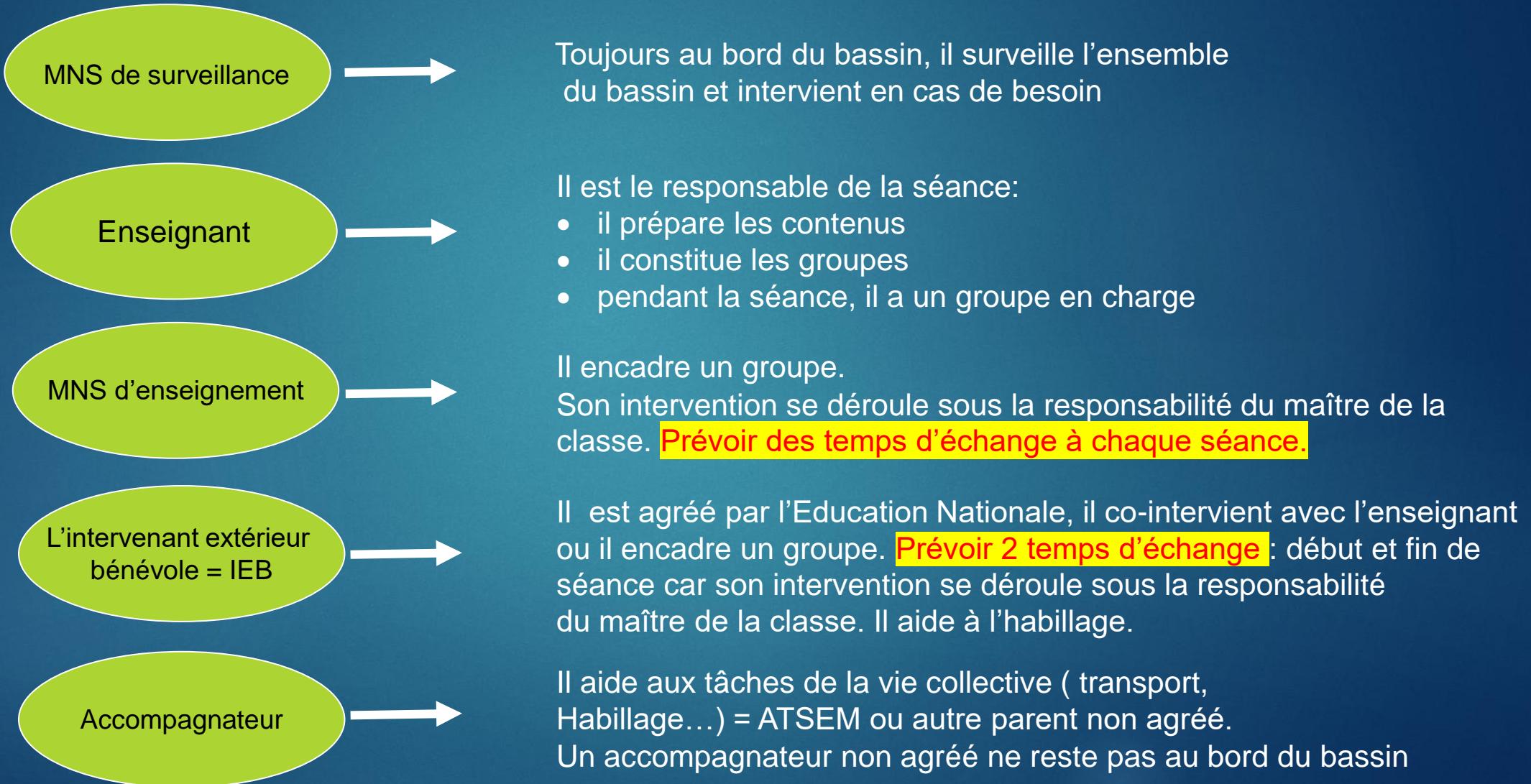
SÉCURITÉ ET HYGIÈNE :

► Taux d'encadrement

Taux d'encadrement par groupe-classe			
	d'élèves d'école maternelle	d'élèves d'école élémentaire	d'élèves d'école maternelle et d'école élémentaire
moins de 20 élèves	2 adultes au moins dont le professeur de la classe	2 adultes au moins dont le professeur de la classe	2 adultes au moins dont le professeur de la classe
de 20 à 30 élèves	3 adultes au moins dont le professeur de la classe	2 adultes au moins dont le professeur de la classe	3 adultes au moins dont le professeur de la classe
plus de 30 élèves	4 adultes au moins dont le professeur de la classe	3 adultes au moins dont le professeur de la classe	4 adultes au moins dont le professeur de la classe

Le rôle de chacun :

C'est un travail en équipe.



Quels conseils pour la sécurité ?

Elle concerne chaque membre de l'équipe :

- Compter régulièrement ses élèves et garder l'ensemble de ses élèves dans son champ visuel
- Se munir systématiquement d'une perche ou d'une frite pour agir en cas d'urgence
- Eviter une trop grande concentration d'élèves au même endroit
- Se méfier de la petite profondeur
- Veiller aux modalités d'exécution des sauts et des plongeons
- Être attentif aux signes de fatigue
- Eviter la « récréation aquatique »
- Être vigilant lors des entrées et sorties de bassin (lors des rotations des groupes)
- Inciter à l'éducation active à la sécurité : porter attention à ses camarades, ordonner les entrées, les sorties, la circulation dans le bassin...
- Communiquer avec les familles pour expliquer la démarche et préciser que ce n'est pas parce qu'ils vont avec la classe dans le grand bassin sans objet de flottaison qu'ils savent nager !!! La familles doivent rester vigilantes lors des baignades dans le cadre familial.

**LA SECURITE C'EST
L'AFFAIRE DE TOUS
!!!!**

**LA SURVEILLANCE
COMMENCE DÈS LE
VESTIAIRE**

Quelles conditions matérielles pour pratiquer l'activité ?

La température de l'eau :

- 27°C dans l'eau (25°C pour les bassins d'extérieur)
- 24 à 27°C dans l'air (bassins couverts)

BO n°32 du 09 septembre 2004

Surface utile et fréquentation du bassin:

- **Au moins 4 m² de plan d'eau par enfant** (75 enfants maxi pour 300 m²) → BO n° du 03 mars 2022
- Eviter les cohabitations avec le public et avec le second degré, le cas échéant les espaces doivent être clairement délimités.

Quelques règles d'hygiène



Piscine de Brive :

- Zone de déchaussage dès le passage de la porte vitrée après l'accueil avant l'entrée dans les vestiaires collectifs
- Bonnet de bain obligatoire pour les élèves
- **Maillot de bain obligatoire (pas de short de bain)**
- Douche obligatoire avant l'entrée dans les bassins
- ...

→ Exemple de Diaporama réalisé par les MNS de la piscine de Brive, à présenter éventuellement avant chaque début de séquence, en classe pour les classes concernées (ce diaporama est utilisable par toutes les classes).

LA DEMARCHE

Quelques principes de l'aisance aquatique :

- **La pratique « massée » (à minima semi-massée) sera privilégiée.**
- **La profondeur du bassin** ne permettra pas aux élèves de mettre leurs pieds au fond.
- L'utilisation de matériel de flottaison ne sera **pas favorisée, ni prioritaire.**
- Les situations proposées doivent **avoir du sens, et être progressives.**
- Un **temps d'activité maximal** dans l'eau doit être privilégié → temps 0 en classe pour anticiper la séance.
- La notion de plaisir doit toujours être respectée : on n'oblige pas, on valorise les actions réalisées pour amener les élèves à aller plus loin...

LA DEMARCHE

- Des **groupes de niveaux** seront organisés (notamment pour les niveaux 3 et 4)
- L'encadrement (MNS, PE, IEB) est **formé pour obtenir rapidement et efficacement les transformations visées** et garantir la sécurité des enfants.
- Organisation des contenus et de la progression en 4 niveaux :
 - **Niveaux 1 à 3 = Aisance aquatique,**
 - **Niveau 4 = Savoir Nager.**
- Les cinq composantes de l'apprentissage de la natation sont travaillées :

Entrer
dans l'eau

S'immerger

S'équilibrer

Se
déplacer

Respirer*
À partir du niveau 4

LES CONTENUS



Aisance Aquatique :



Niveau 1 :

Composantes de l'activité	Entrer/Sortir	S'immerger	S'équilibrer	Se déplacer	Respirer
<p>Niveau 1 « Aisance aquatique »</p> <p><input type="checkbox"/> <u>Vidéo</u></p> <p>Niveau 1</p>	<p>Attendu EN1: Entrer seul dans l'eau.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entrer par l'échelle/l'escalier. - Entrer par le bord (assis ou debout). - Entrer seul par le muret (assis ou debout). - Sortir en remontant par l'échelle. 	<p>Attendu IM1 : S'immerger complètement pendant 3 secondes (apnée).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mettre peu à peu le visage dans l'eau. - S'immerger brièvement pour passer sous un obstacle étroit (perche, frite). - S'immerger complètement pour passer sous un obstacle plus large (tapis). 	<p>Attendu EQ1 : Se laisser flotter.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se laisser flotter sur un tapis mou d'appui sur le ventre/sur le dos. - Se laisser flotter avec l'appui du mur. - Se laisser flotter avec deux points d'accroche au mur. 	<p>Attendu D5 : S'allonger pour se déplacer sur le ventre (en appui sur le mur).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer le long du mur. - Se déplacer le long du mur en immergeant les épaules. - Se déplacer le long du mur en immergeant les épaules de plus en plus vite. - Lâcher un appui (faire « coucou » avec une main) - Contourner un obstacle. - Se déplacer en position horizontale. 	<p>Attendu R1 : Ne pas avaler l'eau et la recracher.</p>

Niveau 2 :

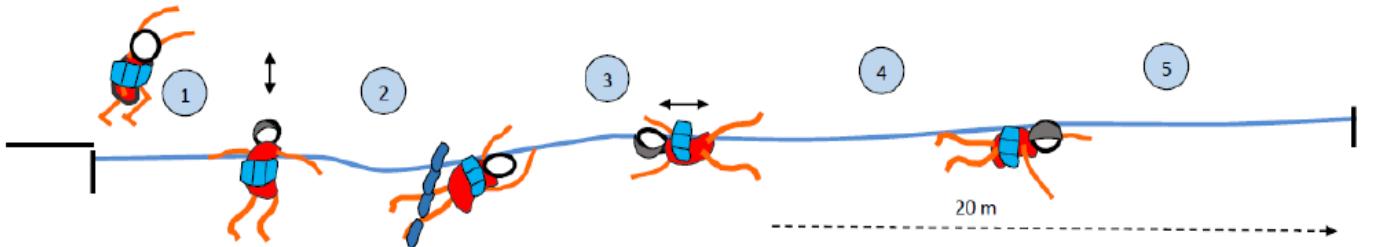
Composantes de l'activité	Entrer/Sortir	S'immerger	S'équilibrer	Se déplacer	Respirer
Niveau 2 « Aisance aquatique » 	<p>Attendus EN2 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sauter dans l'eau en moyenne profondeur (> 1m) sans aide et se laisser remonter. - Sortir seul. - Sauter/chuter dans l'eau accroupi (de face/de dos) et se laisser remonter. - Entrer dans l'eau en moyenne profondeur vers l'adulte (> 1m). - Sortir seul par le bord du bassin. 	<p>Attendu IM2 : S'allonger pour passer sous un obstacle (tapis, plusieurs barreaux de la cage...).</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'immerger (exemple : entrer à l'intérieur de la cage, puis ressortir). - Descendre le long d'un objet (barreaux de la cage, échelle, perche, camarade) et se laisser remonter. - Passer entre les jambes d'un camarade. - S'allonger au bord et regarder le fond. - Descendre pour s'asseoir au fond (profondeur 1m). - Passer dans le cerceau/tunnel lesté. 	<p>Attendu EQ2 : Se laisser porter par l'eau en position horizontale (l'étoile ventrale et dorsale). Tenir 5 sec, en petite profondeur.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se laisser remonter après être descendu au fond de la cage. - En position horizontale (sur le ventre et le dos), lâcher le bord. - Lâcher le bord et se placer en position d'étoile. - Flotter en position horizontale sur le dos. - Flotter en boule. 	<p>Attendu D2 : Se déplacer le long du mur (possibilité appuis) avec l'aide des jambes puis des bras.</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'éloigner du bord (attraper la perche située à 50/60 cm du bord) - Se déplacer le long d'une perche en appui sur la ligne d'eau (ou dans l'angle de la piscine) - Se déplacer avec une seule main en appui sur le bord. (en s'allongeant dans l'eau) - Se déplacer en marche arrière (avec une seule main), en s'allongeant dans l'eau - Pousser sur le sol pour s'allonger et se déplacer sur quelques mètres. - Se déplacer sur quelques mètres suite à une glissée. 	
Niveau 2					

Niveau 3 :

Composantes de l'activité	Entrer/Sortir	S'immerger	S'équilibrer	Se déplacer	Respirer
Niveau 3	Attendu EN3 : Entrer dans l'eau par la tête, se laisser remonter et regagner le bord. (Profondeur > 1m50).	Attendus IM3 : - Parcourir 10 m tête immergée.	Attendu EQ3 : S'immobiliser à l'horizontal : glissée + étoile ventrale/dorsale.	Attendu D3 : Se déplacer sur 15m en grande profondeur sur le ventre/sur le dos.	
« Aisance aquatique »	- Sauter, se laisser remonter et rejoindre le bord.	- Réaliser une coulée (immersion complète au préalable) et se déplacer sous l'eau dans le tunnel lesté.	- Se déplacer le long du mur en glissant (une main sur le bord).	- Se déplacer en s'immergeant quelques secondes - Se propulser en faisant la fusée (tête immergée) : se laisser glisser sur l'eau. - S'éloigner du bord pour rejoindre une ligne d'eau et revenir au bord en avant.	
Test Pass Nautique (fin Niveau 3)	- Sauter avec impulsion loin, haut dans un cerceau (à partir du plot). - Glisser à partir d'un tapis ou toboggan (bras + tête en avant).	- Basculer vers le fond avec l'aide de la perche pour aller chercher un objet et le déplacer.	- Maintenir un équilibre horizontal jusqu'à 10 sec.	- S'éloigner du bord pour rejoindre une ligne d'eau en arrière et revenir en avant - Se propulser avec les jambes. - Se déplacer en grande profondeur sur le ventre, sur le dos. - S'allonger pour se déplacer sur le ventre/sur le dos, bras tendus.	
Niveau 3	- Basculer dans l'eau (accroupi/un genou au sol).				

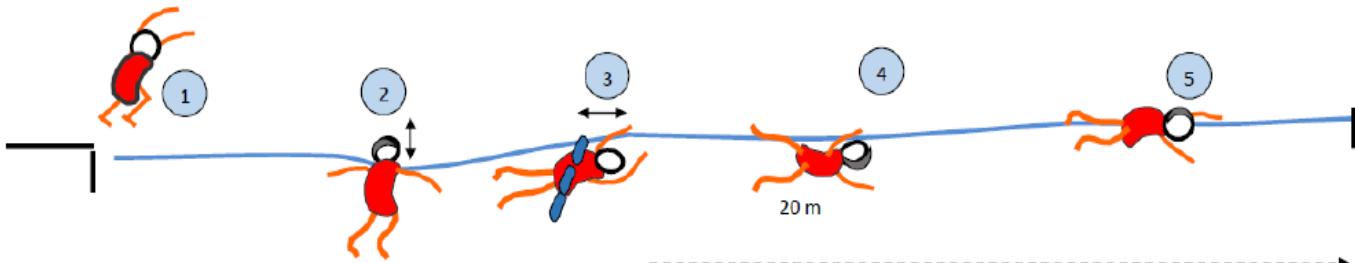
Test du Pass nautique

TEST AVEC GILET ou BRASSIERE



SAUTER dans l'eau → MAINTENIR un EQUILIBRE VERTICAL (5s) → PASSER SOUS UN OBSTACLE FLOTTEUR (LIGNE D'EAU) → MAINTENIR UNE FLOTTAISON SUR LE DOS (5s) → SE DEPLACER sur le ventre 20m

TEST SANS GILET ni BRASSIERE



Sauter dans l'eau > Maintenir un équilibre vertical > Passer sous un obstacle flottant (ligne d'eau) > Maintenir un équilibre horizontal sur le dos / Etoile (5s immobile) > Se déplacer sur 20m puis rejoindre le bord



CERTIFICAT DU PASS-NAUTIQUE

L'ELEVE :

Nom :

Prénom :

Date de naissance :/..../.....

ECOLE/COLLEGE :

.....

.....

Le professeur des écoles/le professeur d'éducation Physique et sportive⁽¹⁾ certifie que l'élève :

.....
A réussi le test défini par l'article A.322-3-2 du code du sport
Avec gilet ou brassière de sécurité / sans gilet ou brassière de sécurité⁽¹⁾

Le/..../.....

Nom et signature du professeur :

⁽¹⁾Barrer la mention inutile

Cachet de l'établissement
Date et signature du directeur(rice) d'école
ou du chef d'établissement

Vous pouvez cliquer sur les images pour obtenir les documents à télécharger

Se munir du tableau rempli (cliquez sur l'image ci-dessus pour l'obtenir) avec **les noms et prénoms** des élèves avant le test.

► [Vidéo du Pass Nautique](#)

Le Pass Nautique

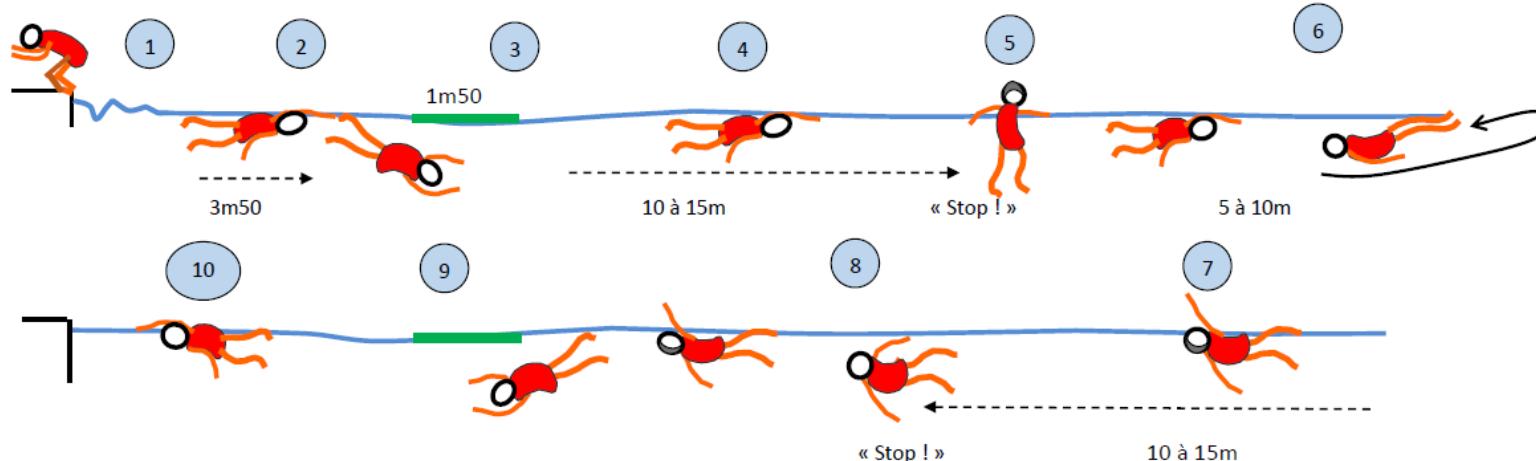
Savoir Nager :



Niveau 4 :

Composantes de l'activité	Entrer/Sortir	S'immerger	S'équilibrer	Se déplacer	Respirer
Niveau 4 « Savoir Nager » Test ASNS (fin Niveau 4) <input type="checkbox"/> Vidéo Niveau 4	<p>Attendu EN4 : Chuter en avant, la tête la première, en se laissant glisser.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basculer en arrière dans l'eau. - Basculer à travers un cerceau (départ debout). 	<p>Attendu IM4 : - Basculer vers le fond pour récupérer un objet (1m50) → plongeon « canard ».</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'immerger plusieurs fois de suite avec une respiration courte. - Réaliser une apnée statique le plus longtemps possible. - Basculer vers le fond, sans l'aide de la perche, pour aller chercher un objet (à 1m50). 	<p>Attendu EQ4 : Réaliser une glissée ventrale puis basculer en position dorsale.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trouver son équilibre en position verticale (faire le « bouchon », éprouver la poussée d'Archimède). - Maintenir un équilibre vertical pendant 10 sec. 	<p>Attendu D4 : Se déplacer sur 25m en grande profondeur, sur le ventre/le dos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Battre des jambes avec une planche tenue bras tendus. - Effectuer une propulsion un bras + jambes (appui un bras sur une jambe). - Coordonner l'action des bras et des jambes. 	<p>Attendus R4 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire des alternances bouche/nez. - Se déplacer le long du mur en expirant dans l'eau. - Nager sur le ventre en adaptant sa respiration. - Souffler par la bouche et par le nez. - Souffler longtemps par la bouche. - Souffler longtemps par le nez. - Faire des bulles en passant sous un obstacle (souffler longtemps). - S'accrocher au bord, s'allonger et souffler dans l'eau. - Inspirer par la bouche et souffler par la bouche plusieurs fois de suite (rapidement et/ou longtemps). - Inspirer par le nez et souffler par la bouche plusieurs fois de suite (rapidement et/ou longtemps). - Alterner inspiration brève et expiration longue plusieurs fois de suite, en statique.

Attestation de Savoir Nager en Sécurité (ASNS)



1. Entrer en chute en arrière > 2. Se déplacer sur 3m50 > 3. Passer sous un obstacle (1m50) > 4. Se déplacer sur le ventre 10 à 15m > 5. Réaliser un surplace vertical 15s puis reprendre la nage > 6. Réaliser un demi-tour ventre/dos sans reprise d'appuis > 7. Se déplacer sur le dos (15m) > 8. Réaliser un surplace horizontal 15s puis reprendre la nage sur le dos > 9. Se retourner sur le ventre pour passer sous le tapis > Se déplacer sur le ventre pour rejoindre le point de départ.



Vous pouvez cliquer sur les images pour obtenir les documents à télécharger

► Vidéo du test : [lien](#)



ANNEE D'OBTENTION 202..

ATTESTATION
« SAVOIR-NAGER » EN SECURITE

Définie par l'arrêté du 28 février 2022 relatif à l'attestation du « savoir-nager » en sécurité

L'attestation du « Savoir-Nager » en sécurité est délivrée par (Nom du directeur de l'école ou chef d'établissement) à :

Nom :

Prénom :

Date de naissance : / /

Ecole/collège :

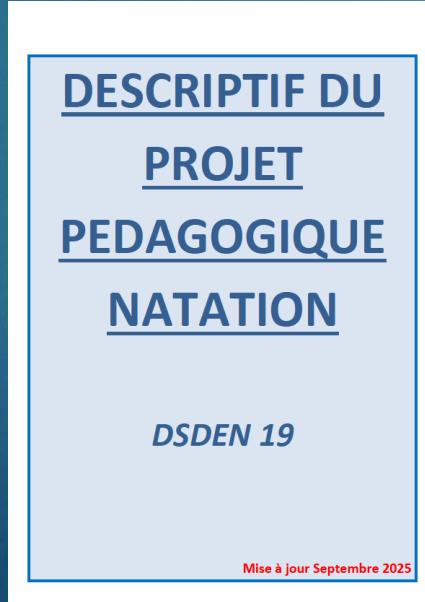
Académie :

Fait à , le

Cachet de l'établissement et signature du directeur(rice) de l'école :	Professionnel agréé : (Nom-Prénom) Titre : Signature :	Professeur : (Nom-Prénom) Signature :
--	--	--

Le projet pédagogique départemental

- Lien vers le document : [cliquer ici](#)
- Projet pédagogique à compléter avant chaque cycle de natation et à renvoyer au CPC EPS de la circonscription : [lien](#)



The image shows the "Annexe n°1: PROJET PEDAGOGIQUE NATATION" form. The form is divided into several sections:

- Logo:** Académie de Limoges
- Titre:** PROJET PEDAGOGIQUE NATATION
- Année Scolaire:** 20.. / 20..
- Circ conscription:** _____
- École:** _____
- Directeur/Directrice:** _____
- Période du:** _____
- Jour(s):** Lundi / Mardi / Mercredi / Jeudi / Vendredi
- Nombre de séances:** _____
- Horaires:** _____
- Classe(s) de l'école concernées et effectifs pour ce créneau:**
 - _____ élèves
 - _____ élèves
- Encadrement:**

Groupes-classe concernant des élèves d'école maternelle	Groupes-classe constitutifs d'élèves d'école maternelle	Groupes-classe concernant des élèves d'école maternelle et des élèves d'école élémentaire
Indication de 20 élèves	2 encadrants	2 encadrants
de 21 à 30 élèves	2 encadrants	2 encadrants
plus de 30 élèves	4 encadrants	4 encadrants
- Enseignants :** (noms)
 - _____
 - _____
- Intervenants extérieurs :**
 - Nombre de Professionnels qualifiés (MNS) : _____
 - Nombre d'intervenants bénévoles : _____
- Nombre total de groupes prévus :** _____
- Régulation (mode de concertation) / Mode de rotation des groupes:** _____

Questions / Réponses



Merci pour votre écoute !!!

