

Construction de l'aisance aquatique

Quels sont les repères possibles au plan didactique, pédagogique ou institutionnel concernant la construction par l'enfant de son aisance aquatique ?

David THIMEUR

Coordonnateur de formations

BEESAN, BPJEPS AAN et CAEPMNS

Responsable pédagogique de l'expérimentation menée à Dinard

Formateur en natation et en aisance aquatique

Moniteur de secourisme

Nageur en France et aux USA

Maître-Nageur Sauveteur

Présentation

En prenant appui sur les dispositifs expérimentaux sur l'enseignement de la natation et de la formation des enseignants, il sera question de déterminer ce que nous enseignent ces décennies de recherches sur la fréquence des séances en piscine, la gestion du temps au sein de la séance, la démarche pédagogique souhaitable et la didactique de construction de l'aisance aquatique. En filigrane nous insisterons sur la nécessaire formation des professionnels amenés à encadrer l'apprentissage précoce de l'aisance aquatique.

I) Expérimentations pérennes et ponctuelles

a. Recherche et expérimentation à Dinard

La question de l'enseignement précoce de la natation a conduit à la mise en place, depuis plusieurs décennies, d'un travail de recherche et d'expérimentation au CREPS de Dinard par Daniel BOUCHET (Professeur de sport et coordonnateur BEESAN) et Laurence LE MOAL (Conseillère pédagogique de Circonscription EPS spécialisée natation) dans le cadre de la formation initiale et continue des maîtres-nageurs et perpétué depuis avec un niveau d'expertise grandissant permettant l'évolution et le perfectionnement cette structure de formation et d'enseignement.

Deux dispositifs distincts mais complémentaires ont été déployés et ont évolué depuis une vingtaine d'année, et remplissent des objectifs divers mais complémentaires voire interdépendants. Ainsi l'enseignement de la natation (et de la première étape que constitue l'aisance aquatique) est à la fois l'objectif premier et fondamental, mais il sert également de terrain de formation, permettant ainsi la formation initiale (*futurs diplômés du Brevet Professionnel de la Jeunesse de l'Education Populaire et du Sports spécialité Activités Aquatiques et de la Natation*) et continue des professionnels de l'aquatique (*Brevet d'Etat d'Eduteur Sportif des Activités de la Natation, BPJEPS AAN, conseillers pédagogiques, enseignants, professeurs de sports et d'éducation physique et sportive etc.*) en mettant en situation d'enseignement l'ensemble de ces professionnels. A ces deux premiers niveaux de fonctionnement s'ajoute la recherche menée par les formateurs sur la didactique de la natation et de l'aisance aquatique précoce (car un travail tout particulier est mené avec les écoles maternelles) mais également sur la formation des professionnels de l'enseignement de la natation.

Un premier dispositif de séances en discontinu permet à plus de 300 enfants de bénéficier de l'enseignement de la natation une fois par semaine pour les classes allant de la petite section à la sixième (incluse).

Un second dispositif d'enseignement massé autour duquel s'organise la formation des formateurs et enseignants est organisé sur une quinzaine de jours durant lesquels les élèves (environ 400 enfants) viennent à la piscine une à deux fois par jour tous les jours (soit entre 8 et 16 séances).

Ce terrain de recherche et d'expérimentation et notamment la concomitance de ces actions alliées à la démarche scientifique impulsée par Raymond Catteau, qui était présent dès la genèse du dispositif expérimental, ont contribué à définir une structure claire et complète. Il a été possible de construire une didactique de construction de la natation (dont la structure sera présentée dans un second temps) dont l'aisance aquatique est la dimension première et précoce.

b. La classe bleue expérimentale (Avril 2019)

Une première transposition du dispositif d'enseignement massé a été organisée à la demande de Madame la Ministre des Sports en avril 2019 à Paris.

Cette séquence avait pour objet l'étude de la transposabilité et du déploiement d'un dispositif d'enseignement de l'aisance aquatique à des maternelles, assorti à la formation des professionnels à l'approche didactique et pédagogique que nous développerons dans un second temps.

Durant cette semaine, une classe de moyenne section (28 élèves) ainsi qu'une classe de grande section (27 élèves) ont pu apprendre les bases de l'aisance aquatique au travers de séances biquotidiennes conduite par des formateurs puis par les professionnels en formation accompagnés par les formateurs.

II) Eléments de cadrage

a. Définition de l'aisance aquatique

A l'appui de ces travaux, l'aisance peut être définie comme la conquête de l'espace vide ou disponible à investiguer ; Transposée dans le milieu aquatique, pour libérer l'élève, il faut qu'il puisse se construire une représentation de son corps dans cet espace (espace d'action et représentation de l'espace d'action dans ce substrat inconnu), et choisisse une forme pour s'orienter et aller quelque part.

b. Principes impératifs de caractérisation et de construction d'une démarche scientifique

Le premier objet de la recherche n'est pas de faire état de ce que qui pourrait être mis en place au vu des contraintes existantes, mais de déterminer l'organisation qu'il serait souhaitable de construire à partir des besoins. Il est impératif de partir des besoins car c'est à partir de ce qu'il est nécessaire de construire que pourront être définies les contraintes pertinentes dont il convient de tenir compte.

III) Le fonctionnement pédagogique

a. L'élève en action au centre du dispositif

La remise de l'élève au centre du dispositif d'apprentissage fait peu débat aujourd'hui, mais les raisons qui animent ce choix sont vite oubliées et les implications qui découlent de cette option pédagogique nécessaire rarement identifiées.

La formule bien connue de Carl Rogers : « *le seul apprentissage qui influence réellement le comportement d'un individu est celui qu'il découvre par lui-même et qu'il s'approprie* » nous rappelle que c'est l'élève qui se construit avec les ressources qui lui sont disponibles, et que l'apprentissage est un processus interne à l'apprenant et sur lequel l'enseignant n'a pas la main.

Dès lors le choix pédagogique à envisager est la « *situation-problème* » qui, nous dit J. Piaget, engendre « *un déséquilibre cognitif* » qui à son tour déclenchera le processus d'assimilation-accommodation de l'apprentissage (qu'il faudra stabiliser). P. Meirieu définit la situation-problème comme « *une situation didactique dans laquelle il est proposé au sujet une tâche qu'il ne peut mener à bien sans effectuer un apprentissage précis. Cet apprentissage, qui constitue le véritable objectif de la situation-problème, s'effectue en levant l'obstacle à la réalisation de la tâche. Ainsi, la production impose l'acquisition* ». C'est dans cette situation-problème à la fois « accessible et difficile » que naît le désir d'apprendre, renforcé ensuite par le plaisir tiré de la réussite.

b. L'enseignant : l'acteur déterminant le savoir-faire et le savoir y faire

Le rôle crucial et complexe de l'enseignant est donc d'organiser la situation à partir du « déjà-là » (de l'élève) qu'il doit déterminer et replacer dans un référentiel didactique scientifiquement établi, solide mais qui doit sans cesse évoluer. Or comme le formule J. Piaget « *le sujet se connaît mal lui-même, car pour s'expliquer ses propres opérations mentales et même pour apercevoir l'existence des structures qu'elles comportent, il lui faudrait reconstituer tout un passé dont il n'a jamais pris conscience au moment même où il en vivait les étapes* ».

Devant cette complexité on ne peut s'étonner de la quasi-totale absence de prise en compte du niveau de fonctionnement des enseignants/éducateurs comme si ce niveau était toujours suffisant qu'importe l'option pédagogique à privilégier.

Dans le cas de la natation et plus précisément dans le cadre scolaire il y a aujourd'hui des niveaux radicalement différents dans les capacités à faire fonctionner le groupe, ou dans la connaissance de la didactique de l'aisance aquatique entre un parent accompagnateur, un professeur des écoles ou un maître-nageur.

IV) Construire « l'aisance aquatique »

Est à l'aise dans le domaine aquatique l'individu qui a résolu le problème psychologique lié au remplissage, à l'engloutissement et à l'équilibre dans l'eau mais qui a découvert par l'expérience que son corps est flottant.

Aujourd'hui le lieu privilégié d'apprentissage massif de l'aisance aquatique est l'école qui a intégré de longue date un impératif sécuritaire ou/et de compétences visées pour le champ aquatique. Nous proposons donc d'articuler les niveaux de progression autour des niveaux de

l'école : la moyenne section, la grande section et le cours préparatoire. Nous avons eu l'occasion de travailler avec des élèves de petites sections, toutefois dans une logique de créneaux peu nombreux dans les piscines il semble préférable de débiter l'apprentissage de l'aisance aquatique avec la maturité acquise en moyenne section dans le cadre scolaire (les activités de bébés dans l'eau sont très intéressantes mais ne peuvent faire l'objet d'un apprentissage massif tel que le permet l'école).

Pour chaque niveau nous retrouvons trois composantes :

- Les obstacles qui vont être rencontrés par les apprenants
- Les étapes de construction qui lui permettront de surmonter les obstacles
- Les acquisitions qui peuvent être construites par tous les élèves de la classe au cours du cycle d'apprentissage

Le parcours vers la validation du CAA que nous proposons se compose de trois cycles de 8 séances, en moyenne section, grande section et CP. Lorsque cela est possible il est souhaitable de regrouper les séances sur deux semaines afin de favoriser un apprentissage efficient et pérenne. L'ensemble des tests doit être réalisé sans engin ni accessoire de flottaison quelconque et en grande profondeur (supérieure à la taille de l'enfant).

En début des second et troisième cycles, les acquis des cycles précédents sont vérifiés et consolidés le cas échéant.

a. En Moyenne section

En moyenne section le premier cycle de 8 séances : Au travers de mises en situation l'élève confronte ses représentations avec la réalité du milieu afin de dépasser ses peurs par l'expérimentation afin d'unifier l'espace d'action et l'espace de vision par l'immersion du visage.

OBSTACLES

- difficulté à s'engager dans le milieu aquatique
- Appréhension face à un milieu inconnu
- La respiration du terrien (par le nez)
- Peur du remplissage par les voies aériennes
- Séparation de l'espace de vision et de l'espace d'action

ÉTAPES

- Entrer et sortir du bassin en de multiples endroits
- Exploration tactile du milieu
- Utilisation de la bouche pour la reprise d'air
- Ouverture de la bouche dans l'eau
- Immersions prolongées et en déplacement

ATTENDUS A VALIDER DANS LE CYCLE

Entrer seul(e) dans l'eau, se déplacer en immersion complète en grande profondeur (supérieure à la taille de l'enfant) pendant au moins 5 secondes, sortir seul(e) du bassin.

b. En Grande section

En grande section le second cycle de 8 séances : Fort de ses représentations plus justes construites au cycle précédent, il s'agit de vivre l'action de l'eau sur le corps, de l'accepter et de l'utiliser pour choisir sa forme et son orientation dans l'eau.

OBSTACLES

- Apnée insuffisante pour pouvoir explorer le fond
- Insuffisance de son schéma corporel dans l'eau
- Méconnaissance du caractère fini de l'espace
- Peur de l'engloutissement
- Besoin d'appuis solides
- Impossibilité de s'engager dans le milieu inconnu

ÉTAPES

- Se déplacer plus de 10 s en immersion complète
- Augmenter l'amplitude et la typologie des déplacements au bord
- Toucher le fond en de multiples endroits du bassin
- A partir du fond, vivre la remontée passive
- Enchaîner remontée passive et flottaison en surface
- Faire vivre l'expérience d'être capable de revenir au bord

ATTENDUS A VALIDER DANS LE CYCLE

Réaliser 3 sauts ou chutes, remonter à la surface et regagner le bord pour sortir seul(e). A chaque saut/chute l'élève choisira un endroit différent et réalisera un déplacement de 3 metres avant de sortir.

c. Au Cours Préparatoire

En CP le troisième cycle de 8 séances : maîtrise du déplacement autonome en grande profondeur en privilégiant les modes de déplacements alternés qui correspondent à la marche acquise sur le plan de la motricité du terrien à cet âge.

OBSTACLES

- Agitation permanente
- Ne reste pas aligné a la surface
 - Sur le ventre
 - Sur le dos
- La vue organise le déplacement
- Essoufflement rapide
- locomotion peu efficace

ÉTAPES

- Entrer dans l'eau par la nuque et se laisser remonter
- S'aligner en surface en se grandissant :
 - Sur le ventre : tête sous les bras et talons en surface
 - Sur le dos: orteils et bassin en surface
- Glisser à travers l'eau sur 5m nuque immergée
- Privilégier l'action motrice alternée des bras
- Les bras amènent de l'eau vers les pieds

ATTENDUS A VALIDER DANS LE CYCLE

après un plongeon ou un saut, remonter passivement et rester sans action motrice 3 secondes, parcourir 10 m sur le ventre en restant aligné et nuque immergée. Flotter sur le dos (5 secondes au moins) orteils et bassin en surface avant de sortir seul du bassin.

V) Éléments organisationnels, contraintes existantes, ressources disponibles

a. L'organisation des séances dans le temps

i. *La séance hebdomadaire : la forme la plus répandue*

A ce jour la forme la plus répandue (notamment dans le domaine scolaire), est le cycle de 8 à 12 séances à raison d'une séance hebdomadaire pendant plusieurs mois.

La principale limite de ce dispositif est la pérennité des apprentissages, car l'éloignement des séances (une semaine et parfois plusieurs lorsque le cycle est interrompu par les vacances scolaires) rend difficile la phase de stabilisation qui doit suivre le processus assimilation-accommodation. Il y a en revanche une certaine stabilité dans la prise en charge et l'encadrement (les maîtres-nageurs sont généralement les mêmes toutes les semaines ainsi que les parents accompagnateurs).

ii. *L'enseignement massé : une réorganisation qui se développe*

L'enseignement massé se développe voire se généralise dans certaines municipalités (Saint-Malo ou Dinard par exemple depuis quelques années) généralement sur une ou deux semaines, à raison d'une ou deux séances par jour.

Bien que permettant d'excellents résultats dans un temps court, la semaine à deux séances par jour engendre des difficultés culturelles, logistiques et éducatives. Il y a donc un véritable choix à opérer car cela met en tension l'encadrement (il faut des parents accompagnateurs disponibles deux fois par jours tous les jours pendant une semaine), il s'agit également d'une course permanente (entre les cars, la piscine, le repas, l'école etc.) et cela laisse peu de temps à l'exploitation immédiate en salle (verbalisation des enfants, exploitation des expériences vécues en séance et...). Malgré ces écueils ce format très concentré reste une solution avantageuse lorsque l'école et la piscine sont très proches, ou au contraire lorsqu'il n'y a pas de piscine sur le territoire et que l'apprentissage de l'aisance aquatique passe par une classe transplantée (comme nous en accueillons chaque année à Dinard notamment).

Des difficultés qui sont beaucoup moins présentes sur les séances réparties sur deux semaines, une option qui nous semble conjuguer une proximité de séances propices à une progression plus avancée des élèves que dans le discontinu des séances hebdomadaires, tout en laissant le temps aux enseignants d'exploiter au sein de l'école le vécu des enfants dans un temps proche et dont la logistique pèse moins sur l'encadrement comme sur les enfants.

iii. La gestion du temps dans la séance : un facteur bien plus déterminant

Même si notre expérience de l'enseignement massé sur deux semaines nous semble le juste choix de la temporalité des séances, c'est la gestion du temps au sein des séances qui a un impact bien supérieur à tout ce qui peut découler du choix de calendrier. Le temps d'activité (le temps passé dans l'eau auquel on soustrait l'éventuel temps de consigne) des enfants à la piscine est bien souvent inférieur au tiers du temps de la séance, plus encore si l'on évoque le temps d'action (soit la fraction du temps d'activité pendant laquelle, l'élève est occupé à accomplir des tâches qui le feront progresser), les minutes se comptent bien souvent sur les doigts d'une main. Plusieurs facteurs expliquent cet état de fait :

- Le recours souvent systématique au un par un, qui divise le temps d'activité par le nombre d'élève du groupe, bien souvent cette organisation est due au fait que l'on sollicite les enfants au-delà de leur niveau de fonctionnement et de leur « zone proximale de développement ».
- Les séances complètes d'évaluation en vue de la constitution des groupes moins hétérogènes.
- Le temps de jeu libre dans les séances parfois complètes (veilles de vacances etc.), la place du jeu est très importante mais ce ne doit pas être un temps séparé et sans objet, au contraire c'est le tissu même dont on revêt les situations-problèmes qui vont faire naître et alimenter le désir d'apprendre.
- Enfin par des exercices ne permettant pas de résoudre les problèmes liés au terrien dans l'eau énormément de temps est irrémédiablement perdu

b. L'encadrement de cet apprentissage

i. La composition de l'équipe...

Aujourd'hui l'apprentissage de l'aisance aquatique en milieu scolaire repose sur un encadrement à géométrie très variable et aux compétences très différentes. Ainsi quelle

compétence pédagogique, didactique ou même d'animation peut-on mettre à priori au crédit des parents accompagnateurs ? Combien d'enfant sont-ils en capacité de gérer à priori ? De mêmes comme évoqué dans le rapport « *pour une stratégie globale de lutte contre la noyade* » (2019 ministères des sports et ministères de l'éducation nationale et de la jeunesse), quelles exigences peut-on avoir vis-à-vis d'un professeur des écoles en début de carrière ou d'une maître-nageuse débutante ?

Aujourd'hui la circulaire qui cadre la natation scolaire (circulaire n° 2017-127 du 22-8-2017) fixe un minimum d'un adulte pour 10 élèves sans préciser la qualification (ou non) de cet adulte.

Dès lors, il apparait incontournable de remettre autant que faire se peut l'enseignement de la natation entre les mains de personnes qualifiées qui ont pu participer à la construction du projet pédagogique qui précède et encadre l'organisation de la classe à la piscine. La formation initiale et continue des intervenants est par ailleurs essentielle notamment pour briser la rigidité induite par les habitudes de fonctionnement qui freinent l'évolution des pratiques et pour permettre la diffusion d'un modèle théorique basé sur la recherche scientifique.

ii. ... et le nombre d'encadrants

Il est impératif de redéfinir les effectifs d'encadrants en fixant le minimum d'adultes afin que l'activité reste possible quoi qu'il arrive, mais plus encore en préconisant un taux d'encadrement souhaitable en fonction de la composition de l'équipe d'encadrement.

On peut donc suggérer (pour le cas spécifique de l'aisance aquatique) qu'un parent lambda est à même de s'occuper de 3 à 4 enfants maximum alors qu'un professeur des écoles ou maître-nageur pourra sereinement proposer des contenus adaptés pour des groupes ne dépassant pas les 8 élèves (et bien qu'il soit possible qu'il puisse gérer efficacement un nombre supérieur d'élèves).

Conclusion

En conclusion, l'analyse des travaux de recherche menés à Dinard nous permet de caractériser ainsi l'objectif de l'enseignement de l'aisance aquatique : il s'agit pour l'individu de résoudre le problème psychologique lié au remplissage, à l'engloutissement et à l'équilibre dans l'eau mais aussi de découvrir par l'expérience que son corps est flottant. Pour ce faire il convient de déterminer les obstacles qui se dressent sur le chemin du terrien que l'on place dans l'eau, puis nous avons pu identifier les étapes qui permettront de surmonter ces obstacles grâce à la mise en place de situation problème, la plupart du temps dans la grande profondeur.

Il semble aujourd'hui que les leviers d'actions sont au niveau national : une formation plus structurée des enseignants (se basant sur un modèle théorique de construction de l'aisance aquatique et de la natation), mais aussi une meilleure caractérisation des encadrants. Enfin il est temps de rassembler pour faire fonctionner ensemble et dans une culture commune toutes les actions qui fonctionnent de manière indépendante à ce jour. Ainsi on ne peut qu'appuyer l'élan initié par la Fédération Française de Natation qui s'est très fortement inscrite dans le développement des classes bleues en travaillant en partenariat avec tous les acteurs locaux qui interviennent dans l'enseignement de l'aisance aquatique.

Bibliographie

- Piaget, Jean, *Logique et connaissance scientifique*, Encyclopédie de la Pléiade, Gallimard, Paris, 1967
 - Rogers, Carl, *Liberté pour apprendre ?*, Dunod, Paris, 1973
 - Piaget, Jean (dir.), *Psychologie et pédagogie*, Denoël-Gonthier, Paris, 1969
 - Meirieu, Philippe, *apprendre oui mais comment ?*, ESF éditeurs, Paris, 1987, 25^{ème} édition
 - Catteau, Raymond, *La natation de demain*, Atlantica, Biarritz, 2015, 2nde édition
 - Éloi-Roux, Véronique et Maudet Thierry, *Pour une stratégie globale de lutte contre la noyade*, rapport interministériel, 2019
- VI)