

Anticiper et accompagner la pratique de la natation scolaire

1^{er} et 2nd degrés

Structuration pédagogique

La natation, comme d'autres Apsa (Activités physiques sportives et artistiques), contribue au bien-être de tous les élèves et entraîne des bénéfices pour leur santé. Par ailleurs, l'école et le collège jouent un rôle important dans la prévention des noyades. Les adaptations consisteront à proposer des activités en fonction des possibilités motrices des élèves, tout en visant les compétences des programmes.

Le cadre juridique et réglementaire de l'inaptitude médicale à la pratique de l'EPS prévoit des situations d'inaptitude partielle. Cela consiste en des contre-indications formulées en termes d'incapacités fonctionnelles (types de mouvements, types d'efforts, situations d'exercice et d'environnement) dans le cadre d'une pratique sécurisée.

Une information devra être faite aux responsables de la surveillance de la piscine de la présence dans le groupe de sujets souffrant de troubles particuliers sans indications diagnostiques (seuls les parents peuvent les apporter s'ils le jugent opportun). Une surveillance plus étroite est demandée, notamment pour les troubles épileptiques.

Anticipation

Le **partenariat** de l'équipe enseignante avec les professionnels chargés du soin et les parents est fondamental et permet d'élaborer le **projet personnalisé de scolarisation (PPS) ou le projet d'accueil individualisé (PAI)**. Ces documents doivent permettre d'ajuster les exigences en tenant compte des répercussions du trouble et des besoins particuliers de l'élève. L'enseignant doit pouvoir organiser son enseignement tout en assurant la sécurité du jeune.

La première séance à la piscine peut être préparée en amont par une **reconnaissance des lieux** ainsi que par un travail avec l'élève sur **l'acceptation du regard de l'autre** (notamment en cas de port de prothèse ou d'orthèse, de déformation) et par une **information** auprès de ses pairs afin d'éviter les peurs éventuelles.

Selon le type de handicap, il peut être nécessaire de vérifier l'accessibilité de la piscine aux personnes en fauteuil roulant et à mobilité réduite. Tout le parcours de l'élève, depuis l'entrée dans le lieu en passant par les vestiaires, les toilettes, la douche, le pédiluve, le déplacement sur le bord du bassin jusqu'à l'entrée dans l'eau, doit faire l'objet d'une expertise. Le transport jusqu'à la piscine doit aussi être réfléchi et organisé. C'est en effet la **continuité de l'ensemble des déplacements** qui doit être assurée.

Voici une liste non exhaustive d'aménagement matériel : plans inclinés, rampes, vestiaires assez larges pour accueillir un fauteuil et un accompagnateur, surfaces et chaussons

CAP ÉCOLE INCLUSIVE

Confiance, apprentissages, partage

POUR L'ÉCOLE
DE LA CONFIANCE

antidérapants, fauteuils roulants de douche, escaliers, échelles amovibles ou ancrées, toboggans, planches de transfert, sièges de mise à l'eau mobiles (élevateurs, lève-personne, sièges ascenseurs, potences ou fauteuils roulants avec entrée directe dans l'eau), etc.

À noter que certains bassins à débordement favorisent les entrées et sorties de l'eau.

Par ailleurs, pour les problèmes d'incontinence, il existe des maillots de bain spéciaux.



1.

1. © handicap-acces.com ; 2. © Corporation Aquatique Maskoutaine.



2.

Le **choix du créneau horaire** est important afin d'éviter un départ de l'école ou son retour pouvant engendrer de la fatigue. La première heure le matin ou la dernière heure le soir sont à privilégier : les parents ou le transporteur pouvant déposer ou reprendre directement l'enfant à la piscine.

S'il existe une activité bébés nageurs, il serait intéressant que ce créneau puisse précéder ou succéder celle-ci, car la température plus chaude de l'eau évitera le **refroidissement** (néanmoins, cette activité a souvent lieu dans des bassins spéciaux). Le port d'une combinaison peut aussi être une solution.

Concernant ce point, on permettra si besoin à l'élève d'attendre plutôt dans l'eau, en le surveillant, qu'à l'extérieur. Il est cependant préférable que l'élève puisse, comme les autres, écouter les explications et assister aux démonstrations sur le bord du bassin, alors recouvert par exemple d'une serviette. La piscine est souvent un espace bruyant. Il faut veiller à cette dimension dans le cadre d'apprentissage, certains élèves y étant particulièrement sensibles.

La **gestion du groupe** reste un facteur déterminant des possibilités et des modalités de mise en place de situations adaptées. Les équipes pédagogiques devront, autant que faire se peut, inscrire l'élève dans une classe qui favorise ces adaptations. Un changement de groupe seulement pour la natation, comme pour d'autres Apsa, peut aussi parfois être une solution (des groupes de non-nageurs sont souvent constitués), comme, si besoin, l'inscription dans des cours adaptés.

Accompagner la pratique de la natation

La diversité des pathologies implique une diversité d'adaptations pédagogiques à mettre en place pour faire de la natation une pratique inclusive : **aucune généralisation** n'est possible.

Avec les élèves à mobilité réduite, l'enseignant doit faire des choix et se centrer sur les **compétences attendues essentielles**. L'acquisition des mouvements nécessaires à un

rétablissement dorsal, au retournement, assurant la survie en cas d'accident est prioritaire, comme souffler et mettre la tête dans l'eau.

Il est primordial aussi, bien sûr, que le premier contact avec l'eau se passe au mieux, de **mettre en confiance**, de **rassurer** et de ne jamais forcer les élèves sous peine de voir se développer une phobie de l'eau.

Les variables didactiques permettant de rendre la natation accessible concerneront principalement le **matériel**, l'**espace**, le **temps**, les **consignes**, la **relation aux autres**, l'**évaluation**.

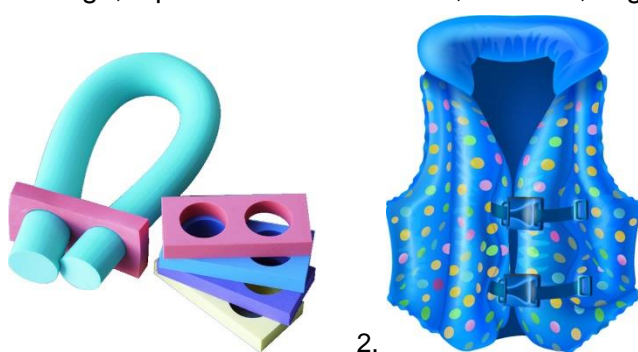
La natation doit s'entendre, selon les nouveaux programmes, comme une **expérience corporelle caractéristique** liant les élèves à leur environnement. Le milieu aquatique permet des expériences motrices différentes dont certaines à visées artistiques comme le ballet nautique.

L'eau facilite la **liberté de mouvement** plaçant les élèves en état d'apesanteur et permettant à certains de quitter leur appareillage.

Ils peuvent retrouver ou découvrir la position verticale, construire et découvrir de nouveaux **équilibres** avec un travail sur les changements d'appui et de position du corps, **s'immerger**, contrôler leur **respiration**, que le corps soit flottant ou propulseur.

Les modes de **propulsion** peuvent être plus ou moins conventionnels. Ils doivent être variés : sur le ventre ou sur le dos, alternatifs (battements), simultanés (brasse), avec l'utilisation des bras uniquement, des jambes uniquement, des deux ensemble en nage « hybride ».

Pendant la période de familiarisation notamment, il est possible d'apporter des **aides à la flottaison** en position verticale et horizontale (faire « l'étoile de mer »), en commençant par la flottaison dorsale, ou encore pour réaliser une bascule : frites de toutes les formes, planches, pull-buoys, ballons, cerceaux, bouées, ceintures, brassières de sécurité, gilets de sauvetage, tapis ou matelas flottants, échelles, cages à écureuil...



1.

2.

1. Source : « image by LMP », <https://shop.lamaisondelapiscine.com> ; 2. © vectorpocket/Freepik

Masques, lunettes, tubas, pince-nez peuvent faciliter l'**immersion**, des voies respiratoires et des yeux, en position statique ou dynamique.

Quand il n'y a pas d'aides matérielles spécifiques, les entrées dans l'eau peuvent prendre des formes différentes, comme pour les autres élèves : varier la position de départ (assis, accroupi, debout), varier les sauts (groupés, dégroupés, « bombe », écart...) ou les plongeons.

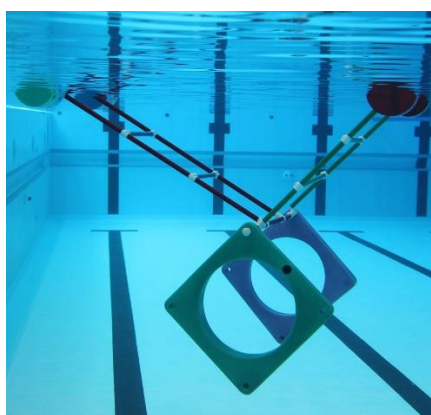
CAP ÉCOLE INCLUSIVE

Confiance, apprentissages, partage

POUR L'ÉCOLE
DE LA CONFIANCE

La remarque est identique pour les déplacements ou la propulsion, sur le ventre ou sur le dos, peuvent se faire dans un bassin de faible profondeur où les élèves auront pied, près du bord, sur les marches du bassin, le long de la goulotte ou d'une ligne d'eau, avec une double corde... Afin de développer l'adaptation des conduites motrices, les élèves peuvent se déplacer dans des parcours aquatiques différents selon leurs possibilités : en surface ou en immersion et à des profondeurs variables pour aller toucher, chercher, déposer un objet, jouer, en passant sous une perche ou un tapis, dans une cage ...

Des tapis de marche, des stabilisateurs et des déambulateurs aquatiques par ailleurs existent. On peut également proposer des palmes, des gants palmés (mais seulement pour les plus expérimentés).



Sources : « image by LMP », <https://shop.lamaisondelapiscine.com>.

L'**accompagnant des élèves en situation de handicap** (AESH) peut permettre à l'enfant de se sentir plus en sécurité, notamment en accompagnant l'élève dans l'eau. Comme précisé dans la circulaire n° 2017-127 du 22 août 2017, les AESH qui accompagnent les élèves à la piscine, y compris dans l'eau, n'ont pas besoin d'agrément.

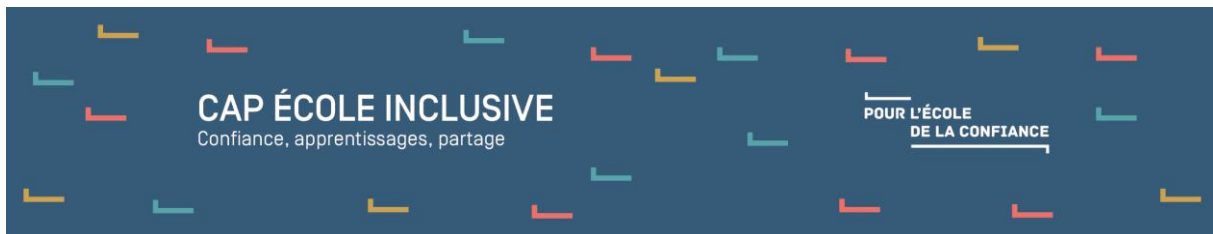
L'**aide des pairs** est aussi très bénéfique, néanmoins pour les plus jeunes, elle doit être exceptionnelle et très encadrée.

Des **pauses** ou temps de récupération sont souvent utiles. Il s'agit de soulager l'élève d'une partie de la tâche (par exemple en proposant un retour hors de l'eau). Des zones intermédiaires de repos peuvent être installées (sur des tapis notamment) et on peut donner à l'élève la possibilité de s'asseoir. Aucune contrainte ou limite de temps n'est imposée lors de la réalisation d'un parcours ou d'un déplacement.

L'apport de **repères spatio-temporels** est souvent nécessaire pour déclencher une action ou aider l'élève à se positionner dans l'espace : ils seront sonores, verbaux (jouer sur les images verbales : par exemple se positionner comme une fusée), visuels (objets, photos, dessins, symboles, pictogrammes, couleurs) ou tactiles (petite tape dans le dos par exemple).

Il peut être également important d'aider l'élève à **décomposer un mouvement, enchaîner des actions**, en le faisant verbaliser ou en verbalisant à sa place les différentes étapes. S'appuyer si besoin est sur des images séquentielles ou une vidéo est intéressant. Cela peut permettre également aux élèves de mieux mémoriser un parcours.

Les activités impliquant une **double tâche** et mobilisant l'attention de l'élève sur deux objets sont à éviter.



Tenir compte de la **fragilité**, de la **fatigabilité** physique et cognitive, des **douleurs**, des difficultés pour maintenir l'**attention**, des troubles de la **mémorisation** et de la **lenteur** d'exécution, troubles associés moins visibles, est indispensable.

La **médiation de l'image** permet aux élèves d'observer et de formuler des hypothèses pour réaliser le parcours le mieux adapté, pour améliorer les déplacements ou l'apprentissage du savoir nager. L'observation doit utiliser des critères précis, qualitatifs et quantitatifs. Les élèves discutent alors entre eux, choisissent leur contrat de travail et les tests à réaliser en fonction des hypothèses émises sur la relation des causes et des effets. On peut pour cela mettre à leur disposition une tablette numérique avec, par exemple, un logiciel comme Kinovéa.

L'évaluation des potentiels et des attentes va donner lieu à des tâtonnements. Les classifications du handisport, présentant les incidences du trouble sur la pratique et les adaptations réglementaires, peuvent faciliter la compréhension du handicap et des potentiels musculaires encore présents. Cela peut ensuite permettre d'établir de véritables cycles d'apprentissages évaluables.

Des tâches identiques seront parfois proposées, mais l'évaluation de sa performance (temps réalisé) ainsi que les modalités de sa réalisation (aspect technique) seront adaptées. *Ex* : l'élève parcourt la même distance, mais il faudra tenir compte, du fait que l'élève ne pourra pas utiliser la poussée sur le mur lors des virages ou ne pourra pas effectuer un départ plongé...

Plus généralement, l'évaluation en contrôle continu est souvent préférable à une évaluation finale.

Textes

Circulaire n° 2017-127 du 22 août 2017, BO n° 34 du 12 octobre 2017, « [Enseignement de la natation](#) » : education.gouv.fr/bo/17/Hebdo34/MENE1720002C.htm?cid_bo=118714

« Attestation scolaire "savoir-nager" », BO n° 34 du 12 octobre 2017, sur le site de l'académie de Paris : ac-paris.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2017-12/assn.pdf

« Test aisance aquatique », BO n° 34 du 12 octobre 2017, sur le site de l'académie de Paris : ac-paris.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2017-12/test_aisance_aquatique.pdf

Circulaire n° 90-107 du 17 mai 1990, « Contrôle médical des inaptitudes à la pratique de l'EPS dans les établissements d'enseignement », sur le site de l'académie de Paris : ac-paris.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2011-06/natation_inaptitudes_circulaire_17_mai_90.pdf

Sitographie

Bernard É., Chigot X., Collavet I., *Natation. 500 adaptations pour une inclusion réussie*, coll. « Handicaps et activité physique », Paris, Éditions EP&S, 2016. revue-eps.com/fr/natation-500-adaptations-pour-une-inclusion-reussie_o-15401.html

Page « Elèves et enseignants » sur le site HandiSport : handisport.org/eleves-enseignants

Site Prévention des noyades et développement de l'aisance aquatique : sports.gouv.fr/preventiondesnoyades