

Milieu aquatique

Propriétés

Odeur

Fluidité

Bruit

Vision et audition transformées

Transparence

Densité plus grande que l'air

Eau

Volume

Air

Surface

Eau

Profondeur



Milieu aquatique

Effets

Enveloppement

Portance

Résistance

Contraintes

À gérer
négocier

Passages

Air-eau

Verticalité-horizontalité

Actif-passif





Sensations

de caresse, massage,
enveloppement, liberté
de mouvement

**Enrichissement
des capacités
sensorielles et
motrices**



Appréhensions

**Maîtrise des
émotions**

Ambivalence de l'eau

Substance

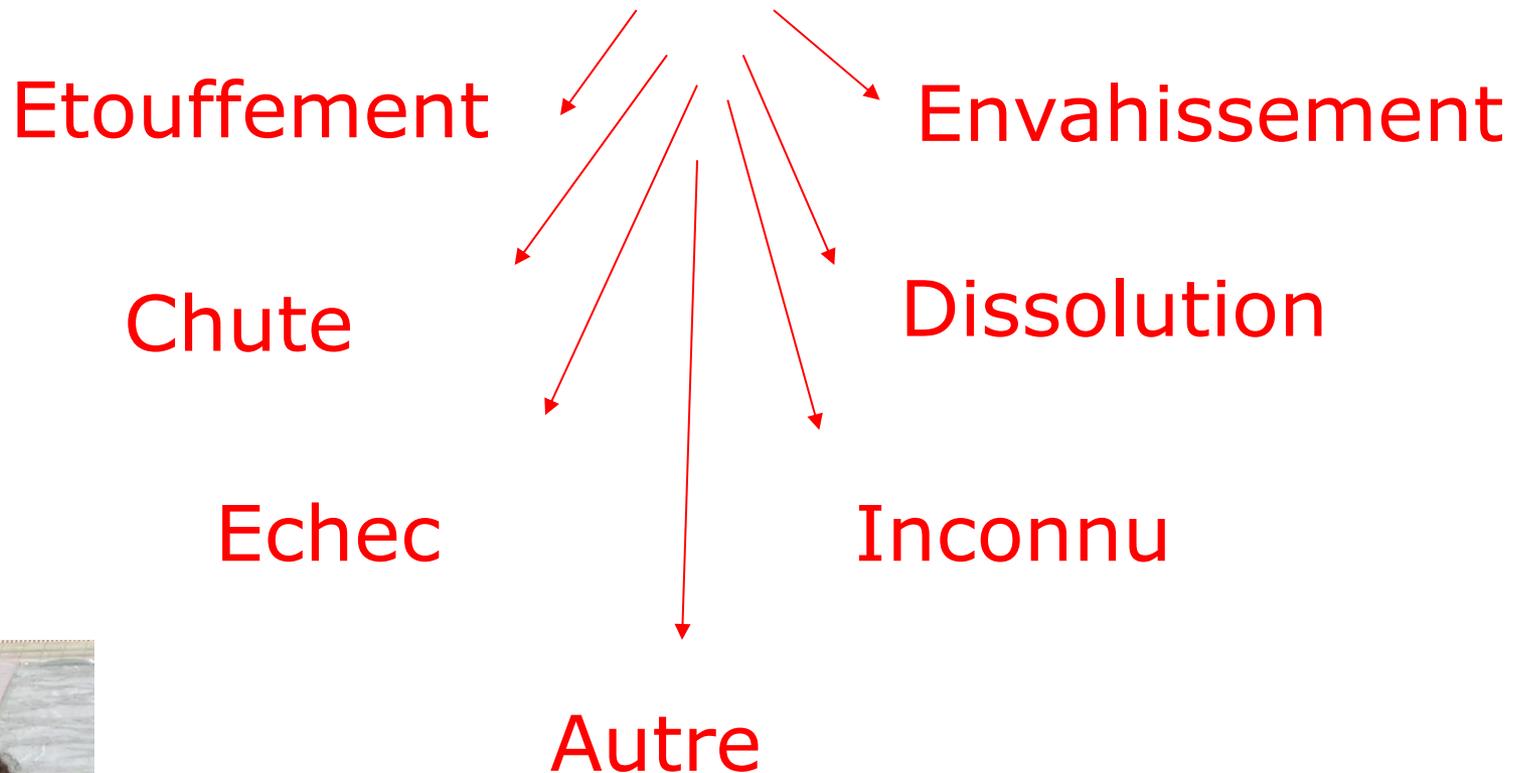
de vie



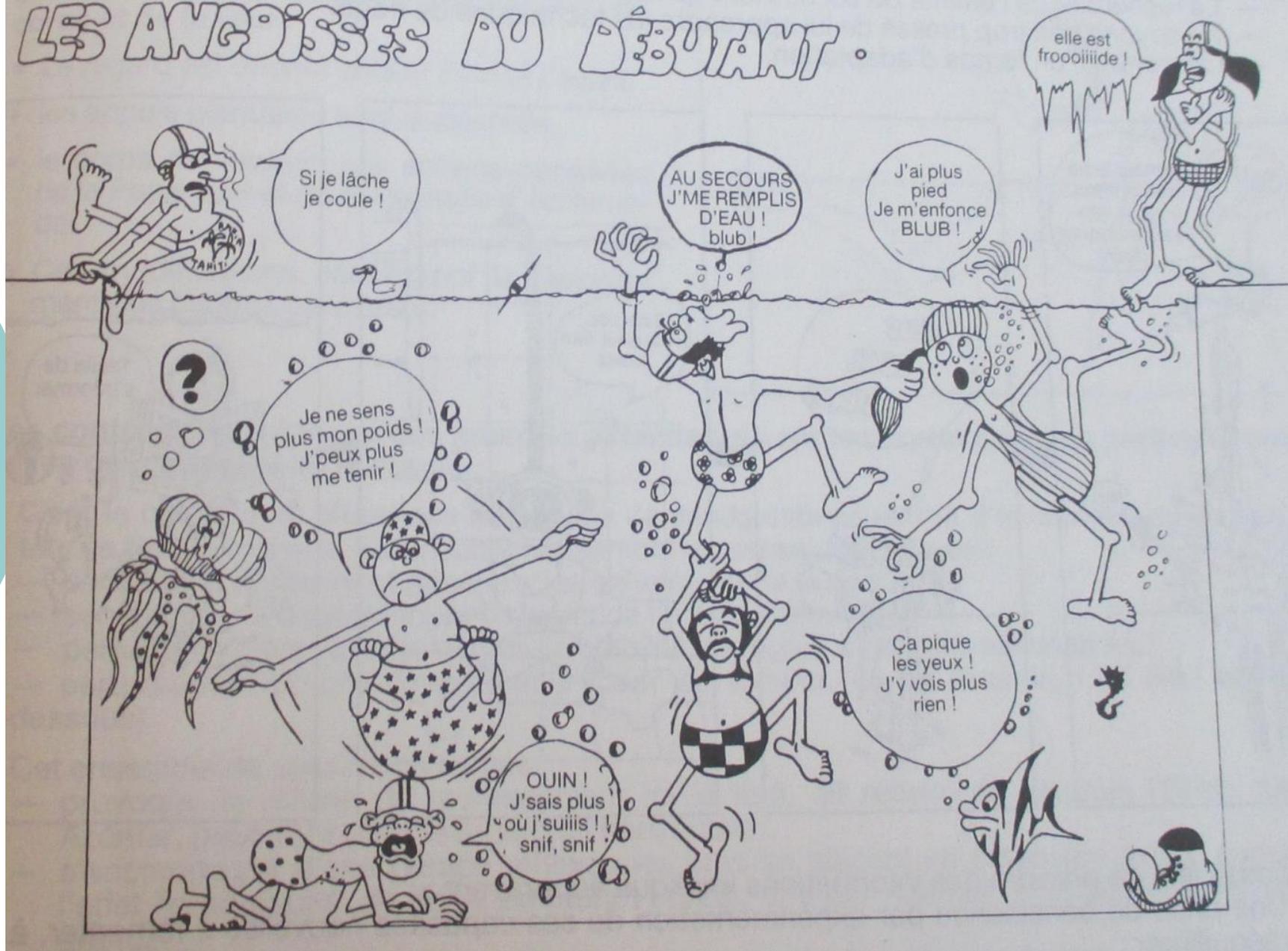
de mort

*Dans l'eau, l'être émotionnel vivra
des peurs archaïques projetées sur des
images et représentations de l'eau*

Les peurs dans l'eau



LES ANGOISSES DU DÉBUTANT.



Observation et expression des peurs

Verbalité

Mots, cris, appels...

Comportements

Fuites, évitements...

Systeme neuro-végétatif

Tremblements, crispations, hypotonie, rougeur-pâleur, sueurs, respiration coupée, tachycardie...



Peur de perdre les appuis plantaires

Peur de mettre la tête dans l'eau



Peur de la profondeur



De lâcher les appuis solides



Du déséquilibre



Les objectifs de la natation

du débutant (terrien) au nageur

- ✓ Passer d'un milieu connu à un milieu inconnu
- ✓ Passer d'appuis solides à des appuis fuyants

Equilibre vertical



Rééquilibration active par les bras

Respiration nasale et buccale

Déplacement par jambes



De l'immersion en apnée

Equilibre horizontal



Rééquilibration relâchée par les jambes

Respiration buccale

Déplacement par bras



A l'immersion avec apnée et expiration

L'appréhension des enseignants

Son aisance aquatique

Ses compétences techniques par rapport à la natation

Ses représentations du milieu

Son vécu

La sécurité

La présence MNS

Les appréhensions des élèves....

Les appréhensions des parents....



Repérer les peurs chez autrui

- Capter les Expressions
Comportements
Dires
- Evaluer les besoins
- Répondre

