

**THEORIE Natation L1**

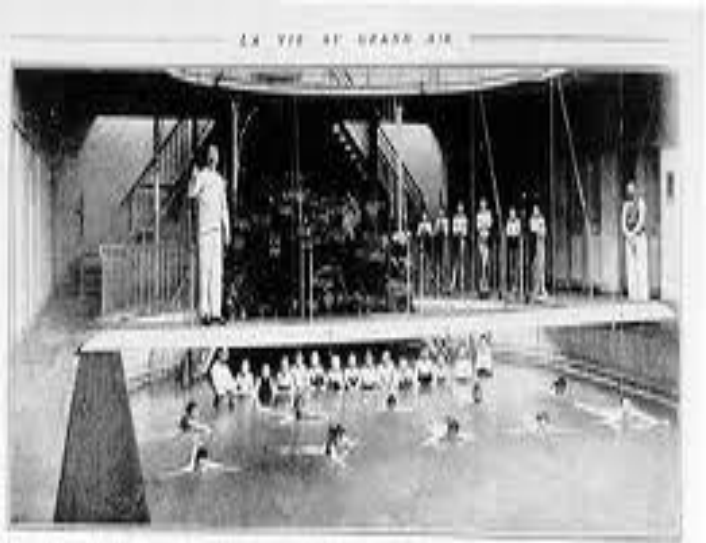
**2017-2018**

Enseignant : Nathalie Gal-Petitfaux

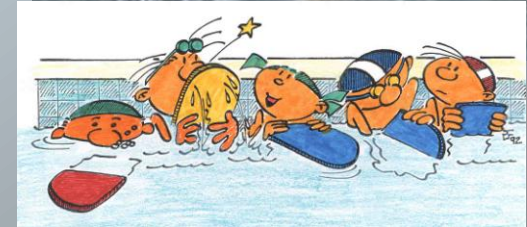
## **CHAPITRE 2**

**La natation scolaire : évolution  
des conceptions et des  
méthodes d'apprentissage du  
19e à aujourd'hui**

# Evolution des méthodes d'enseignement de la Natation à l'école



UNE BONA MONTRE POUR FAIRE DES BASSINS



# 1. 1879 à 1920 : une natation utilitaire, de type hygiénique, sécuritaire et disciplinaire

- **Décrêt 1879 - Natation obligatoire dans les écoles en France**  
But : former individus sains, soumis, virils
- **Nécessité militaire / échapper à un danger / survie**
- **Enseignement peu rigoureux par manque de méthode**
- **3 techniques de base** : apprentissage global de la BRASSE.  
Puis, nage sur le DOS et Plongeon simple

**Savoir Nager : Flotter à la surface, se débrouiller sur l'eau (surnager), entrer dans l'eau**

## **2. 1920 à 1940 : une natation essentiellement utilitaire, éventuellement sportive**

### **1. Contexte en 1920 : A Tourcoing, Paul BEULQUE invente une méthode d'enseignement collectif de la natation**

- P. Beulque : entraîneur de l'équipe de France de WP à Tourcoing + éducateur de natation
- sa méthode sera reconnue officiellement par Fédé Française de Natation et de Sauvetage (FFNS) jusqu'en 1945
- cette méthode permet la démocratisation de l'enseignement de la natation à l'école (1000 élèves par an apprennent à nager)
- dispositif : une potence collective
- nages : Brasse, la tête hors (nage de base) ; Dos brassé
- pour les meilleurs élèves : nager vite en crawl, dos crawlé, brasse coulée + plongeon + sauvetage

### **Savoir Nager :**

- Se déplacer en surface en Brasse (tête hors de l'eau) et en DOS brassé.
- Pour les meilleurs : Nager vite, Plonger, Sauver

## 2. Méthode d'apprentissage de P. BEULQUE à Tourcoing :

### **Apprentissage analytique**

fondé sur une décomposition du geste global de la BRASSE en 4 temps « O-A-I-T » = 4 postures du corps

NB : plus tard, post 1950, 3 temps (Grenouille, Tour Eiffel, Avion)

### **Phase 1 : apprentissage à sec :**

debout et allongé sur un tabouret ou au sol

### **Phase 2 : mise à l'eau :**

- potence collective avec cables, poulies et appareils de suspension (5 postes de travail)
- répétition des postures sur place, corps attaché en suspension
- puis déplacement le long du cable (corps en suspension), et détachement

**3. L'appareil TROTZIER** remplacera ensuite l'appareil de BEULQUE dans les autres régions de France, jusque vers 1960



Mais l'utérus ne parvient pas plus

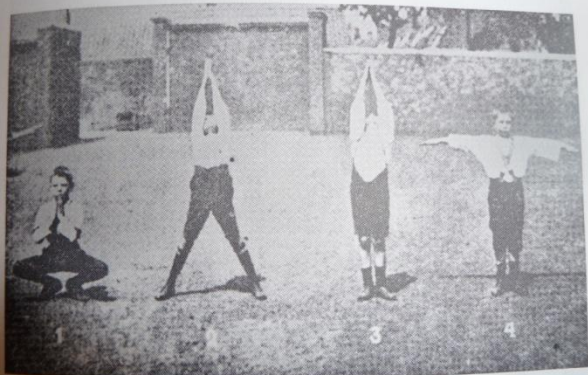
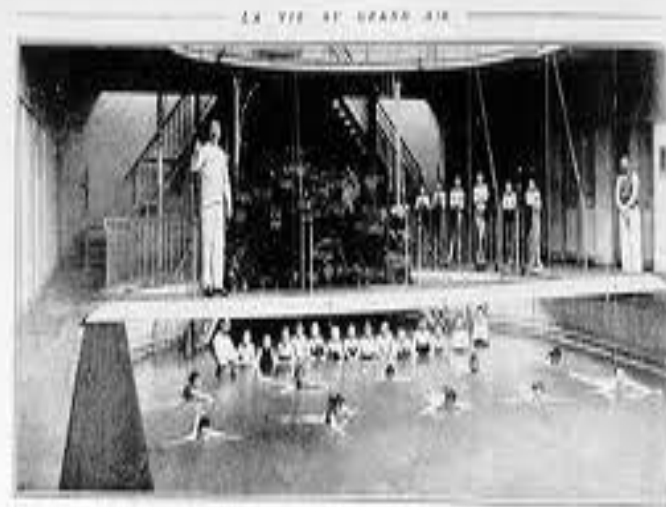
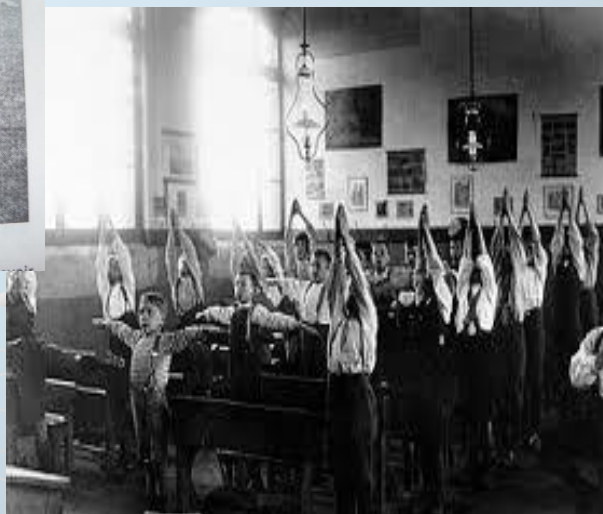


Fig. 9.



Und, wenn ich mich nicht fürchte, dann ist das auch gut so!

© 2004 The Authors  
Journal compilation © 2004 Blackwell Publishing Ltd

## COMMENT PRÉPARER LA REVANCHE ?

PAM. J.E. LEUTMANN, JR.



#### **4. La conception utilitaire hygiénique est dominante**

"Savoir nager", c'est se soutenir **à la surface de l'eau** (flotter) pour s'y déplacer

Priorité aux "**nages d'évolution**" dans lesquelles l'équilibre du corps est proche de la verticale :

- la Brasse, nage la plus adaptée pour la survie
- le Dos brassé
- des techniques pour se laisser flotter

**Rejet** du travail en **immersion**

## 5. La conception sportive vient dans un 2e temps

Perfectionnement des meilleurs élèves par  
**l'apprentissage des "nages de propulsion ou nages sportives"**, appelées encore "**nages de course**" : Crawl, Dos crawlé, Brasse coulée

Orientation aussi vers le Sauvetage, Water-polo,  
Plongeon de course et Plongeon acrobatique :  
pour **travailler le cran des élèves**

Organisation de **compétitions** entre établissements  
scolaires (Brevet du nageur scolaire)

Début de la **médiatisation du Crawl** : phénomène  
populaire du personnage Tarzan jusqu'en 1950

**NB : Johnny Weissmuller, USA, J.O. Paris 1924,  
1<sup>er</sup> nageur à passer sous la min au 100 NL (59")**





### 3. 1940 à 1959 : une natation essentiellement utilitaire s'ouvrant vers la « maîtrise du milieu » .... et éventuellement sportive

- **Développement de démarches rationnelles pour l'enseignement collectif de la natation**

HEBERT (1909-1959), SCHOEBEL (1947), VADEPIED (1976), VALLET (1974)

- Premières expériences de « **Méthodes sans appareil** » : suppression progressive de l'appareil de suspension appelée *Potence* et disparition des « **Méthodes avec appareil** »
- **Abandon progressif de la référence à l'apprentissage du geste au profit de la « maîtrise du milieu » (donner le goût de l'eau !)**
  - introduction d'une phase transitoire de mise en confiance du débutant entre les phases d'Apprentissage à sec ET la Mise à l'eau
  - devise : « *laisser l'eau faire !* »
  - Instructions officielles de l'Education physique de 1945 et 1959 intègrent la natation à la séance de plein-air

## 4. 1960 à 1990 : une natation utilitaire d'ouverture sur le "milieu" et une natation sportive en plein essor

**1960-70** : Période où on préconise d'exclure les contraintes matérielles (tabouret, appareils de suspension) sauf celles relatives au respect des mesures de sécurité

*« le mouvement n'a de raison d'être que dans l'eau ! »*

### Savoir Nager :

- UTILITAIRE : « **COULER** pour mieux flotter et pour mieux nager....!»
- SPORTIF : **BRASSE** et 4 **NAGES**, en ballottage !

# **1. La Conception SPORTIVE du Savoir nager est prioritaire**

**Sportivisation** des programmes d'enseignement de l'Education physique scolaire dès 1960 (cf JO de Rome)

## **Méthode « moderne » de R. Catteau, R. et G. Garoff (1967).**

L'enseignement de la natation. Paris: Vigot (méthode reprise par Cl. Dubois et JP. Robin en 1985)

- la technique des champions de natation devient la référence
- on n'enseigne plus des « gestes » mais des principes invariants aux 4 nages des nageurs élités "Equilibre-Respiration-Propulsion"

" **Savoir nager**, c'est avoir résolu dans chaque éventualité, qualitativement et quantitativement, le triple problème posé en permanence :

- du meilleur équilibre
- de la meilleure respiration
- de la meilleure propulsion..... dans l'élément liquide".

**Apprendre à nager** c'est apprendre à s'Equilibrer, Respirer, se Propulser comme les champions

## Programmes scolaires de 1967 dans les collèges :

- initiation du débutant aux 4 nages
- Brasse "coulée" (nage sportive), P, D, NL
- dimension utilitaire du sauvetage quasi supprimée
- possibilité d'enseigner la natation synchronisée, le water



## Début d'une prise de conscience de l'intérêt du CRAWL :

- oblige à maîtriser la respiration
- est plus facile que la BRASSE au plan des coordinations motrices

" L'homme peut, bien sûr, apprendre à 'barboter', et cela sans grande difficulté... mais cette nage, si on peut vraiment l'appeler ainsi, reste maladroite et inopérante. Actuellement, le "barbotage" n'est pratiquement plus considéré que comme exercice d'initiation à **une nage plus élaborée à laquelle il faut parvenir, à savoir le crawl.**«

F. Waterman, 1970, p.7. Le guide marabout de la Natation. Paris: Marabout)





# E, R, P = la technique des champions de Natation sportive (natation de course)

Principes invariants de la motricité dans les 4 nages (nageurs de haut niveau)	CR	D	P	B	
<b>Equil</b>					<ul style="list-style-type: none"> <li>- E horizontal</li> <li>- CR/D : aligne tête-tronc-jambes</li> <li>- B/P : replacé rapide de la tête</li> </ul>
<b>Resp</b>					<ul style="list-style-type: none"> <li>- Echanges resp Exp + I</li> <li>- Volumes</li> <li>- Placement</li> <li>- débit</li> </ul>
<b>Prop</b>					<ul style="list-style-type: none"> <li>- Surfaces propulsives (d'appui)</li> <li>- Orientation</li> <li>- Amplitude</li> <li>- Fréquence</li> <li>- Accélération</li> </ul>

# **Spitz , M. (1977). Nager avec Mark Spitz. Paris: Ed. Calmann-Lévy**

Mark Spitz (1972) et Mickael Phelps (2008) : champions les plus médaillés !



**Mark SPITZ (USA) : 7 médailles d'OR** avec plusieurs records du monde aux **J.O. de Munich (1972)**



**Michael PHELPS (USA) : l'athlète le plus titré de l'histoire des Jeux (28 médailles dont 23 d'or), nb records du monde et record du nb total de médailles olympiques**

8 médailles à Athènes 2004 (dont 6 en or)

8 à Pékin 2008 (toutes en or)

6 à Londres 2012 (4 en or)

6 à Rio 2016 (5 en or)

## 2. La Conception UTILITAIRE et de LOISIRS

Conception moins valorisée, mais marquée par des **innovations** dans les démarches d'apprentissage

- prise de cs de la nécessité de maîtriser **l'immersion** pour pouvoir **maîtriser le milieu** => un "savoir nager" sécuritaire
- une 1ère étape : "**familiarisation** au milieu aquatique »
- habiletés en immersion pour travailler **la respiration**

**Spitz , M. (1977). Nager avec Mark Spitz. Paris: Ed. Calmann-Lévy**

*" J'ai appris à nager avec mon père quand j'avais 6 ans. Il m'enseigna à nager sous l'eau parce-qu'il estimait - je partage cet avis - que la crainte de l'eau vient du désir de rester à la surface quand le corps aura tendance à aller au fond. La natation pourrait globalement se définir comme une tentative faite pour domestiquer un environnement différent, se le rendre familier, s'en faire un ami. Le mieux, pour y parvenir, reste encore de plonger ; de s'immerger complètement. (p.9)"*

*"Ce qui est vraiment agréable avec la nage sous l'eau, vous le découvrirez bien vite, tient dans l'environnement nouveau, tranquille. Vous êtes seul, en suspension, et vous expérimentez l'apesanteur ...Une fois que vous aurez appris à apprécier le monde sous-marin, vous aimerez son silence. Dès lors, mis en confiance par le fait de nager sous l'eau, ou, tout simplement, d'ouvrir les yeux tout en retenant votre souffle, vous deviendrez capable de vous tenir à la surface de l'eau tout simplement parce-que vous n'aurez plus peur d'aller au fond " (p. 10)*



## 5. 1990 à 2016 : une natation utilitaire (sécuritaire + d'entretien) et sportive

### **Conceptions contemporaines du *SAVOIR NAGER* :**

- MAITRISER LE MILIEU pour SE SAUVER (savoir-nager sécuritaire : pouvoir évoluer dans toutes les dimensions de l'espace)
- NAGER VITE ET NAGER LONGTEMPS
- CRAWLER POUR MIEUX RESPIRER
- SAUVER LES AUTRES

## **Plus de séparation aussi tranchée entre les 2 conceptions utilitaire et sportive**

- ➔ Chacune a une finalité bien précise
- ➔ Continuité : des nages d'évolution aux nages sportives
- ➔ Proposition aux enseignants d'un cadre général d'analyse didactique de la Natation pour l'ECOLE (principes E. P. R. I)

**SCHMITT, P. (1989)**

**GAL, N. (1993)**

**VERGER, M. (1993)**

**PELAYO, P. et al. (1999)**

**GAL-PETITFAUX, N. (2003)**

## 1. Conception UTILITAIRE et de LOISIRS : sécuritaire

- ➔ Conception d'un "savoir nager" permettant d'être **autonome**, en **sécurité complète** dans le milieu
- ➔ **Ouverture aux loisirs aquatiques et nautiques** : « nageur d'eau vive »
- ➔ Le « Savoir nager » à l'école devient obligatoire en fin de 6e
- « Savoir nager » sécuritaire, validé par des **Parcours aquatiques**

➔ **Aménagement des bassins pour faciliter l'immersion, les déplacements dans le milieu et l'exploration de l'espace aquatique :**

**Divers matériel utilisé, surtout à l'école primaire (jardin aquatique) :** tapis flottants, frites, cordes accrochées, toboggan, anneaux lestés, planches, palmes, tubas, cerceaux lestés ou flottants, haltères, lignes d'eau, perches, bouées, brassards, cages aquatiques...

Particularité de ce petit matériel : **léger, amovible**; permet de multiples combinaisons; permet la transition entre monde solide et monde liquide

Prise en compte de la **fonction ludique du matériel** pour les enfants

**Mise en confiance**, aisance dans l'eau, sécurité



➔ **Premières étapes d'apprentissage : faire vivre des expériences variées dans l'eau pour...**

Expérimenter différents équilibres **(E)**

Installer de nouvelles solutions respiratoires; immersion de différentes manières et selon des durées variées **(R)**

Expérimenter des solutions pour se déplacer sur / dans l'eau, à l'aide des jambes seules, bras seuls, ou les 2 combinés **(P)**

Développer la prise d'information : vivre des expériences sensorielles et se repérer dans l'espace aquatique **(I)**

## ➔ Développement des "parcours aquatiques"

DUMOULIN, P. (1992). Natation. Un outil d'évaluation conçu comme une animation. *Revue EP.S.*, 234 (pp.72-76).

GAL, N. (1993). Savoir nager. Les étapes d'apprentissage. *Revue EP.S.*, n° 241, pp. 24-27.

GAL, N. (1993). *Savoir nager. Collection "De l'école... aux Associations"*. Paris: Editions Revue EP.S.

VERGER, M., GOURSON-VERGER, N. (1994). Parcours aquatique d'évaluation. *Revue EP.S.*, 249 (pp. 21-23).

MAILLARD; D. et PELAYO, P. (1994). Le Test Pechomaro. *Revue EP.S.*, n° 250, pp. 117-20.

## DEFINITIONS

**Schmitt, P. (1989). *Nager. De la découverte à la performance*. Paris : Vigot.**

Savoir-nager, « c'est pouvoir :

- se sauver
- sauver les autres
- utiliser le milieu pour ses activités de loisirs (canoë, plongée, ...)
- pratiquer la natation sportive, la natation synchronisée, le water-polo, le plongeon ...

**GAL, N. (1993). *Savoir nager*. Paris: Editions Revue EP.S. (p. 1 à p.18)**

Savoir nager, c'est "pouvoir créer différentes formes de déséquilibres et gérer leur enchaînement pour propulser son corps à moindre coût :

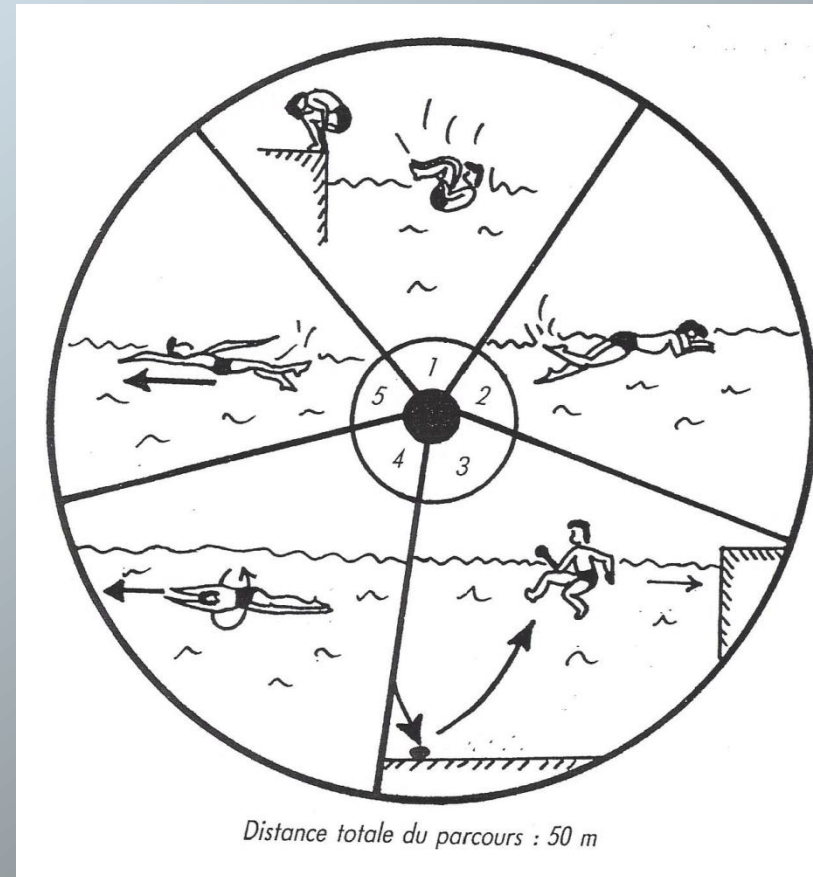
- "longtemps" ou "loin", sans se fatiguer, en Crawl préférentiellement (300m ; 400m) ;
- le plus "vite" possible sur des distances variées
- "différemment", en adaptant des modes de déplacement variés et en utilisant divers espaces moteurs (au-dessus, à la surface, sous et au fond de l'eau)

## ➔ Construction des Parcours aquatiques

GAL, N. (1993). *Savoir nager*. Paris: Editions Revue EP.S. (p.72-105 + p. 199-208)

### Objectifs d'un parcours aquatique :

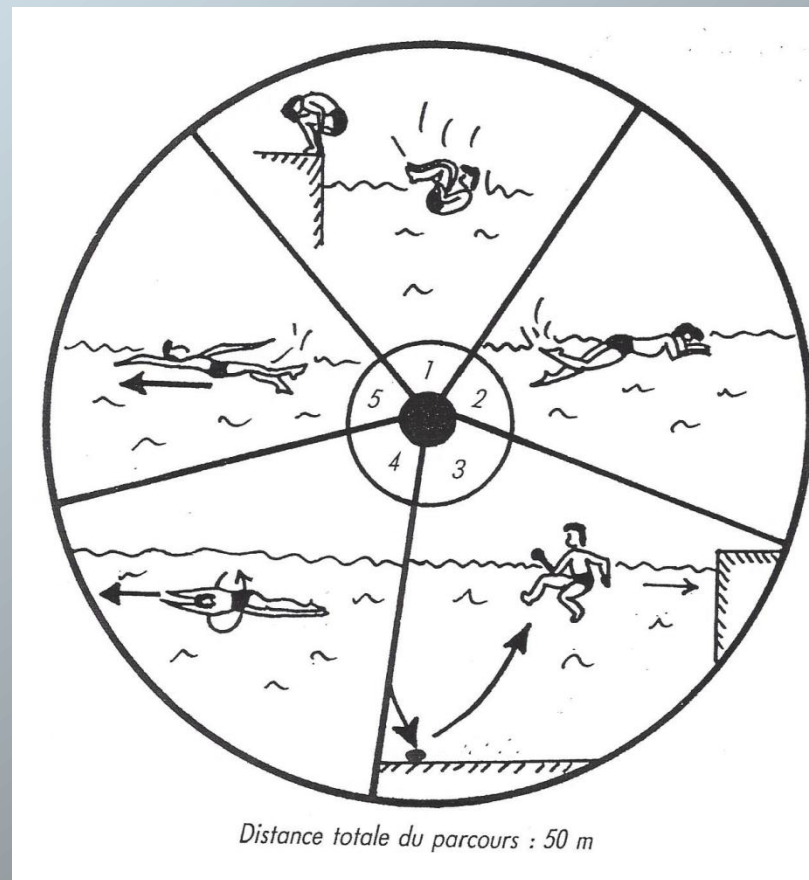
- Faire vivre à l'enfant/adulte différentes **HABILETES AQUATIQUES** pour développer une motricité aquatique
- Installer la confiance, garantir l'autonomie et la sécurité dans l'eau
- Installer des pré-requis pour la Natation sportive et le Sauvetage





## ➔ Différentes familles d'habiletés aquatiques pour construire un parcours

- **Coulées** : « s'élancer du mur pour... glisser le plus loin possible »
- **Entrées dans l'eau** : "entrer dans l'eau pour... s'immerger, glisser, nager..."
- **Stabilisations verticales / horizontales** en surface : "s'arrêter et se maintenir sur place pour... se reposer, lancer ou transporter un objet..."
- **Immersions profondes** : "descendre sous l'eau pour... s'y arrêter, rechercher un objet, se déplacer"
- **Rotations** : "tourner dans l'eau pour... OU après avoir tourné, faire... »
- **Déplacements en surface** : "avancer sur l'eau sur le ventre / dos / côté, au moyen des jambes seules ou des bras seuls, ou en nage globale



## **2. La Conception SPORTIVE de la natation**

**Former un Nageur de course » : CRAWL (dominante), et 4 Nages**

**Développement important du Crawl car :**

- Nage de vitesse la plus médiatique
- Nage de durée, nage économique, aussi (longues distances)
- Nage qui permet de résoudre tous les problèmes fondamentaux en natation :
  - Equilibre "à plat"
  - Facilitation des actions propulsives alternatives
  - Nécessite de construire de nouvelles solutions respiratoires
  - Nécessite d'apprendre à se diriger sans le couloir sans regarder devant soi
- Nage idéale pour la SANTE : permet de nager longtemps, de durer dans l'effort

**Fin du Chapitre 2**