

PROJET PEDAGOGIQUE 1ère Année Groupe " Enfants "

L'année 2006 - 2007 est divisée en plusieurs cycles pour le Groupe "Enfants", nouvellement créé cette année. L'objectif principal est de faire acquérir aux enfants les techniques de base de la Nage avec Palmes, tout en les ouvrant aux divers aspects de la discipline, notamment la découverte de la compétition piscine et la nage en rivière.

Bien entendu, l'organisation et la conduite des séances d'entraînements visent avant tout à fidéliser ces jeunes nageurs, en leur offrant du plaisir dans l'entraînement sportif.

Nous allons diviser notre année en 6 cycles.

Cycle 1	Acquisition du mouvement de base en bipalmes
	Durée: 4 semaines (27/09/2006 au 29/10/2006)
	Objectifs: prise ou reprise de contact avec l'élément aquatique; maîtrise de la technique de base de la nage en bipalmes.
Cycle 2	Perfectionnement en bipalmes, initiation au "Départ plongé" et "Virage culbute"
	Durée: 3 semaines (30/10/2006 au 19/11/2006)
	Objectifs: allongement de la distance d'entraînement; maîtrise de la coulée ventrale systématique et vidage tuba; initiation "Départ plongé" et "Virage culbute" en biplames.
Cycle 3	Approche de la compétition piscine, initiation à la monopalme
	Durée: 7 semaines (20/11/2006 au 21/01/2007)
	Objectifs: perfectionnement "Départ plongé" et "Virage culbute" en bipalmes; début du travail de vitesse; maîtrise de la technique de base en monopalme; initiation "Départ plongé" et "Virage culbute" en monopalme; apprentissage des bases du règlement fédéral de la compétition en nage avec palmes; 1ère compétition fin décembre ou début janvier.
Cycle 4	Développement des qualités foncières
	Durée: 7 semaines (22/01/2007 au 25/03/2007)
	Objectifs: perfectionnement "Départ plongé" et "Virage culbute" en monopalme; perfectionnement de la technique de base en monopalme; poursuite du travail de vitesse (50 m, 100 m, relais...); initiation à la NAP IS pour les enfants aptes à ce moment-là; 2ème compétition.
Cycle 5	Approche de la nage en milieu naturel
	Durée: 7 semaines (26/03/2007 au 27/05/2007)
	Objectifs: allongement des distances d'entraînement; baptême de nage en carrière ou à la base de loisirs de Châlons; descente de la Marne au 1er mai 2007 pour les enfants aptes; tests de la "Demi-heure"; 3ème compétition.
Cycle 6	Retour au calme
	Durée: 3 semaines (28/05/2007 au 22/06/2007)
	Objectifs: retour à l'aspect ludique de la NAP, tout en n'oubliant pas de perfectionner encore et toujours les acquis techniques, autant en bipalmes qu'en monopalmes.