

## **Définition du Savoir Nager et de l'aisance aquatique.**

### Une vision ministérielle :

Le **savoir-nager** correspond à une maîtrise du milieu aquatique. Il reconnaît la compétence à **nager** en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce).

L'aisance aquatique :état d'une personne ayant par l'action découvert que son corps est flottant et que par choix, elle peut entrer dans le milieu aquatique proximal de différentes manières et à différents endroits, de s'y réorganiser, de s'y orienter et de s'en extraire commodément (sans gêne). Dans le cadre du plan aisance aquatique, et des caractéristiques du public visé dudit plan, il apparaît que l'aisance aquatique soit un prérequis à toute acquisition natatoire.

### Vision de Raymond Catteau

Les dictionnaires nous apprennent qu'être à l'aise c'est réaliser une tâche sans effort et avec plaisir.

L'aisance fait partie des concepts flous, remplis d'ambiguïté et de subjectivité. Évoquer une aisance aquatique, c'est penser qu'il y a un rapport à l'eau indépendant des activités que l'on peut y pratiquer.

Nous pensons au contraire que l'on ne peut parler d'aisance dans l'eau sans préciser les tâches qui y sont réalisées.

Les activités que l'on peut pratiquer dans l'eau sont nombreuses, de la baignade dans une eau tempérée dont la profondeur permet de maintenir un contact au sol avec les pieds, à la plongée libre non instrumentée explorant la dimension verticale du milieu aquatique, en passant par la natation permettant de se déplacer en eau profonde sur des distances de plus en plus longues sans instruments ou accessoires.

En natation, pour être évaluable la tâche exige une certaine durée. Lorsque Alain Bernard établissait un record, l'intensité de l'effort était telle qu'il ne réalisait pas cela aisément. Par contre pour lui à la même époque, réaliser ce 100 m en une minute lui demandait des efforts modérés.

L'adaptation s'opère à travers deux processus. Le premier dit « assimilation » voit l'apprenant utiliser dans la tâche ce qu'il sait déjà faire, cette solution n'étant pas satisfaisante, il est obligé de transformer ses réponses, il s'accommode, pour atteindre à coup sûr le but de la tâche qui lui a été assignée. Pour stabiliser cette acquisition, il faut réussir cette tâche un certain nombre de fois. Cette acquisition servira de point de départ aux transformations suivantes.

Cette démarche pédagogique permet de baliser à coup sûr toutes les étapes de la construction du nageur.

Parmi celles ci, il est une étape qui revêt un caractère essentiel, un préalable et une condition nécessaire à la construction d'une locomotion aquatique autonome, c'est la construction du corps flottant.

Celle ci marque la construction d'une activité posturale ajustée aux forces externes agissant sur le corps immergé et donc de modalités d'équilibration spécifiques.