

Diagonales : De l'équilibre vertical à l'équilibre horizontal

23-04-2015

Question : qu'est-ce qui permet de passer de réponses motrices naturelles et spontanées (découvrir le milieu, y évoluer en confiance) à des formes plus élaborées (flotter, se repérer) et plus techniques (se déplacer) ? Qu'est-ce qui permet de passer d'un équilibre vertical de terrien à un équilibre horizontal, d'une propulsion essentiellement basée sur les bras à une propulsion essentiellement basée sur les jambes et d'une respiration réflexe à une respiration adaptée ?

Réponse : une discipline enseignée dans les écoles de la République consistant à lâcher le bord, entrer dans l'eau de différentes manières, s'équilibrer avec et sans matériel, sur le ventre et sur le dos, en mouvement ou sur place, passer de la position ventrale à la position dorsale et inversement, passer d'une apnée subaquatique à une expiration subaquatique., se déplacer sur le ventre et sur le dos, s'immerger pour franchir un obstacle. Bref, nager, selon les termes du Projet de programme pour le cycle 2 élaboré par le Conseil supérieur des programmes, une instance consultative du ministère de l'Education nationale.

"Diviser chacune des difficultés [...] en autant de parcelles qu'il se pourra et qu'il sera requis pour mieux les résoudre."
Descartes

Jean-Jacques
Salomon

jjsalomon@oomark.com

