

## Séances 2 et 3 : Familiarisation avec le milieu aquatique et la moyenne et grande profondeur

- Accueil, rappel des règles d'hygiène et de sécurité
- Les MNS expliqueront les objectifs de la séance : Entrer dans le bassin, se déplacer en moyenne et grande profondeur avec le corps en suspension le long du mur, en contournant la cage à écureuil, le tapis et en s'immergeant brièvement, pour les plus à l'aise. Ils présenteront les ateliers et le parcours.
- Passage aux toilettes et à la douche
- Groupe 1 sur la zone A et le groupe 2 sur la zone B pendant 15'
- Groupe 2 sur la zone A et le groupe 1 sur la zone B pendant 15'
- Pause passage aux toilettes et passage sous la douche si nécessaire
- Parcours pendant 15'
- Retour sur séance

Les flèches indiquent des propositions de déplacements à adapter en fonction du niveau de compétences de vos élèves.

