



DES BULLES ET DES BOUÉES

GROUPE D'ÂGE

RECOMMANDÉ :

- 5 à 7 ans
- 8 à 10 ans
- 11 à 12 ans

THÈME DE L'ACTIVITÉ :

Renforcement des règles usuelles applicables à la piscine

DURÉE :

Temps de préparation : 5 min
Temps d'activité : **20 à 30 min**

BUT DE L'ACTIVITÉ :

Enseigner aux enfants la sécurité aquatique et les règles applicables aux piscines.

OBJECTIFS DE L'ACTIVITÉ

- Apprendre les noms des autres participants
- Pouvoir le travail d'équipe et la coopération
- Bâtir la confiance mutuelle
- Apprendre une nouvelle habileté
- S'ouvrir aux différences et accepter la diversité
- Autre : Sécurité (règles applicables à la piscine)

ÉQUIPEMENT :

- Un vêtement de flottaison individuel (V.F.I.) pour chaque participant;
- énoncés de sécurité.

▶ RESSOURCES

AIRE D'ACTIVITÉ :

Cette activité peut être tenue dans une piscine (sous la supervision de sauveteurs) ou sur terre ferme dans une salle multifonctionnelle offrant amplement d'espace pour chaque participant.

SÉCURITÉ :

Tous les participants devront porter un V.F.I. bien ajusté s'ils se livrent à cette activité dans une piscine.

▶ DESCRIPTION ET DIRECTIVES DE L'ACTIVITÉ

PRÉPARATION :

- ▶ Préparez au moins 10 énoncés différents relativement aux règles de piscine. Il faudra que certains d'entre eux soient exacts (on ne peut nager que sous la supervision d'un adulte ou sauveteur, par ex.) et que d'autres soient faux (il est permis de courir sur le pourtour de la piscine, par ex.).

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ :

- ▶ Dans la piscine :
 - Demandez aux participants de s'éparpiller dans la partie peu profonde de la piscine.
 - Lisez, un à un, les énoncés que vous avez préparés relativement aux règles de piscine.
 - Pour chaque bonne réponse (c.-à-d. que l'énoncé est conforme à une règle de sécurité à la piscine), les participants feront des bulles dans l'eau. Pour chaque mauvaise réponse (c.-à-d. que l'énoncé n'est pas conforme à une règle de sécurité à la piscine), les participants s'agiteront de haut en bas comme une bouée.



- ▶ Sur la terre ferme :
 - Demandez aux participants de s'éparpiller dans la salle.
 - Lisez, un à un, les énoncés que vous avez préparés relativement aux règles de piscine.
 - Pour chaque bonne réponse (c.-à-d. que l'énoncé est conforme à une règle de sécurité à la piscine), les participants pratiqueront la nage debout. Pour chaque mauvaise réponse (c.-à-d. que l'énoncé n'est pas conforme à une règle de sécurité à la piscine), les participants pratiqueront le crawl.

SUJETS DE DISCUSSION : L'IMPORTANCE DES RÈGLES DE PISCINE

- ▶ Pourquoi est-il nécessaire d'avoir des règles de piscine?
- ▶ Pourquoi est-il si important d'obéir aux règles de piscine?
- ▶ Pourquoi est-ce important qu'un adulte/sauveteur supervise en tout temps les activités dans la piscine?
- ▶ Êtes-vous obligé(e) de porter un V.F.I. bien ajusté dans la piscine?

CHEMINEMENT DIRIGÉ

- ▶ Discutez des bonnes règles de piscine et de leur importance avant de lire l'énoncé suivant.
- ▶ Autorisez et encouragez les participants à discuter de leurs réponses.
- ▶ Assurez-vous que tous les participants ont l'occasion d'exprimer leurs idées.

MESSAGES POUR LA MAISON

Nous apprenons l'importance de la sécurité aquatique et, notamment, à connaître les articles et pièces d'équipement de sécurité qu'on utilise dans l'eau. Veuillez examiner avec vos enfants les messages clés suivants en sécurité aquatique et appliquez ces messages en tout temps :

- ▶ ne jouez jamais dans une piscine ou près d'une piscine sans être accompagné(e) (c.-à-d. sans la supervision d'un adulte);
- ▶ un téléphone et une trousse de premiers soins doivent toujours être facilement disponibles à la piscine, à la plage ou au lac;
- ▶ un plan d'action d'urgence devrait toujours être en vigueur en cas d'accident ou de blessure;
- ▶ il est important de jouer prudemment quand on se sert d'un appareil de flottaison.

AMÉNAGEMENTS ET CONSIDÉRATIONS :

*ENCOURAGEZ VOS
PARTICIPANTS EN FAUTEUIL
ROULANT À PRENDRE PART
AU JEU DES ÉNONCÉS EN
RÉPONDANT COMME SUR LA
TERRE FERME S'ILS NE PEUVENT
ALLER DANS LA PISCINE.*