



NATATION

Le grand bain

L'USF natation accueille chaque période de vacances scolaires le dispositif J'apprends à Nager. De quoi ne plus avoir peur de ne pas avoir pied.

Savoir-Nager scolaire, J'apprends à nager, Savoir-Nager des clubs de natation, il y a de quoi perdre pied ou voir double, entre deux eaux, dans le maelstrom de certifications validant le savoir évoluer dans l'élément aqueux. Pour ne pas pousser Archimède dans les orties, Cyril Dorléan, MNS de l'USF natation et prof d'EPS, plonge pour À Fontenay! Vous surnagerez bientôt en H2O... «*Tout d'abord, il y a le Savoir-nager du milieu scolaire, brevet délivré en général en CM2. C'est un apprentissage sécuritaire et d'apprivoisement du milieu liquide. Il s'agit de savoir récupérer le bord du bassin, quelle que soit la situation. Mais attention, évoluer dans une piscine, sous la surveillance de maitres-nageurs, n'est pas savoir nager en milieu naturel, dans la mer, un lac. La noyade est la 2^e cause de mortalité chez les moins de 15 ans. Or, les trois-quarts des accidents surviennent car les enfants croient savoir nager... Le dispositif national J'apprends à nager, que nous accueillons la première semaine*

de chaque période de vacances scolaires, est, en conséquence, un complément très important, à un tarif très abordable (ndr: 15€ la semaine). Il consiste en 10 heures d'un apprentissage plus intensif, au terme desquelles, l'on délivre ou non, selon des grilles d'évaluation strictes, une attestation fédérale de réussite, qui peut d'ailleurs être demandée pour l'inscription dans certaines colonies de vacances. »

Poisson pilote, Cyril Dorléan poursuit: «*Enfin, il y a le Savoir-Nager des clubs. C'est un test plus complet, qui vise à l'émancipation dans l'eau, l'acquisition d'une compétence natation au sens large. La natation est une discipline très technique: le plongeon, les différentes nages, les coulées, tout est très codifié. Les enfants ressentent rapidement la plus-value de pratiquer en club.*» ● C|

[+] D'INFOS: La prochaine session J'apprends à nager aura lieu du 20 au 24 avril (19h à 21h). Inscriptions auprès de l'USF: usfnatation@gmail.com ou 06 07 59 44 36.

