

Lucerne, novembre 2020



**Projet pilote de la SSS « Cours de natation
et de sécurité aquatique dans le lac »**
Étude de cas à l'attention de la Société Suisse
de Sauvetage (SSS)

Contenu

1.

Contexte | 5

2.

Projet pilote à Hochdorf | 12

3.

Expériences faites à Hochdorf | 18

4.

Conclusion du point de vue d'Interface | 25

Annexe | 29



Photo 1
Élèves au cours de natation et de
sécurité aquatique

1. Contexte

La Société Suisse de Sauvetage (SSS) s'est donné pour objectif de s'engager activement en faveur de l'application du plan d'études 21. La SSS estime par ailleurs qu'il serait indiqué de multiplier les cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres. La commune de Hochdorf (Lucerne) a de ce fait initié avec la SSS un projet pilote de « cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac ».

Cette initiative repose sur la conviction que les cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres sont une bonne solution au manque de plans d'eau dans les communes, tout en contribuant à prévenir les noyades. Interface a élaboré, pour le compte de la SSS, la présente étude de cas scientifique en s'appuyant sur le projet pilote. Cette étude de cas doit présenter, sur la base des expériences faites dans le cadre du projet pilote, les conditions requises pour réaliser des cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres. Enfin, l'étude de cas doit permettre d'encourager d'autres communes et d'autres enseignants à organiser des cours de natation dans le lac et à faire l'expérience de cette nouvelle forme d'enseignement.

L'étude de cas tente de répondre aux quatre questions suivantes :

- En quoi les cours de natation en eaux libres (lac, rivière) sont-ils indiqués ?
- Quels sont les enseignements tirés de ce projet pilote ?
- Que doivent prendre en compte les communes ou les écoles qui souhaitent organiser des cours de natation en eaux libres ?

- Quels sont les facteurs de réussite et les défis des cours de natation en eaux libres ?

Données fondamentales de l'étude de cas

Durant le projet pilote, la SSS a collecté différentes données sur la base des observations faites sur le terrain et des retours des personnes impliquées dans le projet. En complément des données et des documents de la SSS (procès-verbaux de réunion, protocoles d'observation des moniteurs de natation, etc.), Interface a analysé d'autres statistiques ainsi que des études internationales, et mené six entretiens avec les personnes suivantes faisant partie du projet :

- des responsables de la *SSS Suisse*,
- une monitrice de natation engagée par la SSS et ayant déjà de l'expérience en cours de natation en lac,
- la directrice de *l'école de Hochdorf*, les titulaires de classe concernés ainsi que les moniteurs de natation *employés* par l'école,
- la *conseillère municipale* de Hochdorf en charge de l'éducation et de l'économie.

Organisation de l'étude de cas

Le présent chapitre explique les consignes du plan d'études 21. Il présente ensuite les statistiques nationales relatives aux plans d'eau disponibles dans les communes ainsi qu'aux noyades, et fournit un résumé des connaissances et des expériences acquises dans le cadre d'études (pilotes) internationales. Le chapitre 2 décrit le projet pilote dans la commune de Hochdorf, de sa conception jusqu'à sa réalisation et au passage en mode normal. Le chapitre 3 présente les expériences faites par les personnes impliquées dans le projet pilote. Le chapitre 4 dresse un bilan ; il montre les facteurs de réussite et les défis liés à la réalisation d'un tel projet pilote, ainsi que les conditions dans lesquelles les cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres sont réalisables et indiqués.

1.1 Consignes et application du plan d'études 21

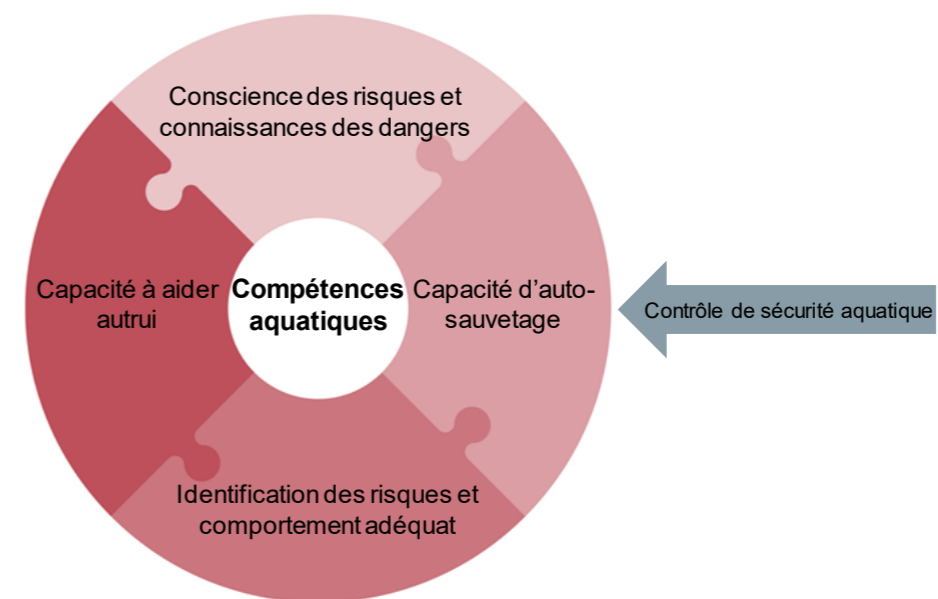
Le plan d'études 21¹ adopté à l'automne 2014 définit, dans le domaine des activités physiques et sportives, les compétences requises pour savoir nager et se comporter correctement dans l'eau, sur l'eau et au bord de l'eau. Contrairement au passé, les différents styles de nage et de mouvement sont aujourd'hui relégués au second plan, tandis que l'aspect de la sécurité (notamment les compétences d'auto-sauvetage) est établi pour la première fois. Il suppose que l'élève est capable d'évaluer la situation dans l'eau, sur l'eau et près de l'eau en termes de sécurité, et d'agir de manière responsable en cas de danger. Outre l'apprentissage des techniques de nage, les élèves doivent acquérir des compétences en matière de saut dans l'eau, de plongeon ou de sauvetage. Le plan d'études 21 part du principe que tous les élèves en cycle II (fin de 4e d'école primaire) doivent être capables de réussir le contrôle de sécurité aquatique (CSA).

Le graphique D 1.1 ainsi que la fiche info suivante montrent les aptitudes comprises dans la notion de compétence aquatique et le contenu du contrôle de sécurité aquatique (CSA).

En quoi consiste le contrôle de sécurité aquatique (CSA) ?

Le contrôle de sécurité aquatique (CSA) est synonyme de compétences aquatiques de base. L'attestation CSA confirme que les enfants sont capables de se sauver eux-mêmes après une chute dans l'eau, en revenant seuls au bord du bassin ou sur la rive. Le CSA s'inspire du programme canadien « Swim to Survive® », mis au point par la Société canadienne de sauvetage. Le Bureau de prévention des accidents (BPA) en a adapté les contenus pour la Suisse, en collaboration avec swimsports.ch. Le CSA se compose de trois éléments à accomplir successivement : effectuer une culbute du bord du bassin en eau profonde, se maintenir sur place à la surface de l'eau pendant une minute, nager 50 m et sortir de l'eau.²

D 1.1: Compétences aquatiques



Source : représentation d'Interface en référence à la représentation de la SSS.

Dans le canton de Lucerne et conformément au plan d'études 21, les cours de natation doivent avoir lieu essentiellement en 3e et 4e classe de primaire, et ce, à raison d'au moins neuf doubles leçons dispensées chaque semaine ou tous les quinze jours. Le temps d'apprentissage effectif dans l'eau lors d'une double leçon est de 30 à 45 minutes, le temps restant étant pris par le transport, le changement de tenue, la douche et le séchage. En présence de plus de 14 élèves, le canton de Lucerne conseille, pour des raisons de sécurité, de faire appel à une personne accompagnatrice durant le cours de natation. Les enseignants donnant les cours de natation doivent par ailleurs posséder des compétences de nageurs sauveteurs.³ Dans le canton de Lucerne, la natation et la baignade se déroulant dans le cadre scolaire doivent être surveillées par au moins un adulte titulaire d'un brevet de la Société Suisse de Sauvetage (SSS).⁴ Selon l'ordonnance sur la formation en école primaire, le niveau minimum est le « Brevet Base Pool » qui doit être renouvelé tous les quatre ans dans le cadre d'un cours d'approfondissement. Pour les cours de natation en eaux libres, les enseignants doivent posséder le « Brevet Plus Pool » ou le « Module Lac ». Il convient ici de noter que les plans d'études des vingt autres cantons dans la catégorie « sports aquatiques » sont certes similaires, mais que les exigences envers les enseignants et les éléments enseignés peuvent varier d'un canton à l'autre.

¹ Le plan d'études 21 a été élaboré par la Conférence des directeurs de l'instruction publique de Suisse alémanique (D-EDK). 21 cantons de langue allemande et plurilingues appliquent ainsi l'article 62 de la constitution fédérale, visant à harmoniser l'instruction publique. Chaque canton décide de l'introduction du plan d'études 21 dans le canton sur la base de ses propres bases juridiques. <https://www.lehrplan21.ch/>, page consultée le 16/07/2020.

² <https://www.bfu.ch/fr/conseils/contrôle-de-sécurité-aquatique-csa>, page consultée le 24/08/2020.

³ Cf. Département de l'instruction publique et de la culture du canton de Lucerne : plan d'études pour l'école primaire du canton de Lucerne, activités physiques et sportives. <https://lu.lehrplan.ch/>, page consultée le 16/07/2020.

⁴ Cf. Service de l'enseignement primaire du canton de Lucerne : cours de natation et baignade. Fiche à l'attention du personnel enseignant et des directions d'écoles. https://sport.lu.ch/-/media/Sport/Dokumente/Freiwilliger_Schulsport/Allgemein/Merkblatt_Kanton_Luzern_Schwimmunterricht_Baden.pdf?la=de-CH, page consultée le 14/07/2020.

1.2 Plans d'eau disponibles dans les communes

En Suisse, les cours de natation et de sécurité aquatique ont principalement lieu en piscine couverte ou en piscine en plein air. Avec l'introduction du plan d'études 21, il est devenu obligatoire d'organiser un certain nombre de leçons de natation et de sécurité aquatique, ce qui place les communes devant un problème, à savoir le manque de piscines couvertes et en plein air. Les statistiques 2012 des installations sportives en Suisse montrent que l'accès direct (c'est-à-dire au sein de la commune) aux piscines couvertes et en plein air est limité.⁵ Plus de trois quarts des 2204 communes recensées au total n'ont pas d'accès interne à une piscine couverte ou en plein air. Environ 7 % des communes disposent d'un espace de baignade interne dans des eaux libres (« piscine naturelle » dans un lac ou une rivière). Pour interpréter correctement ces chiffres, il faut préciser que certaines écoles peuvent aussi utiliser la piscine en plein air, couverte ou naturelle d'une commune voisine. La capacité des plans d'eau est toutefois très restreinte durant les heures de classe, notamment dans les piscines couvertes et en plein air.

1.3 Prévention des accidents de noyade

Les noyades sont fréquentes en eaux libres. C'est ce que révèlent les statistiques nationales des noyades. En collaboration avec le Bureau de prévention des accidents (BPA), la SSS a recensé au total 49 décès par noyade en 2019.⁶ La moyenne sur les dix dernières années se situe autour de 45 morts par noyade par an. En 2019, la quasi-totalité de ces décès (98 %) est survenue en eaux libres, 25 dans des eaux stagnantes ou lacs et 23 dans des cours d'eau ou rivières. Les hommes (jeunes pour la plupart) et les personnes de nationalité étrangère sont plus souvent frappés par les accidents de noyade que la moyenne.

La SSS et le BPA prévoient à l'avenir une augmentation des activités dans, sur et au bord des lacs et des cours d'eau en Suisse, et donc une hausse de l'exposition au risque de noyade. En 2020, le risque accru est attribué aux restrictions de fréquentation imposées aux piscines en plein air en lien avec le Covid-19.⁷ Selon la comparaison entre l'enquête de 2020 et celle de 2016, toutes deux menées par gfs-zürich auprès de la population helvétique à la demande de la SSS, nager dans les lacs et rivières jouit d'une popularité croissante.⁸

⁵ La notion d'« installation sportive » comprend toutes les installations permettant une utilisation publique minimale régulière pour le sport et la promotion des activités physiques. Cf. Balthasar, Andreas ; Bieri, Oliver ; Laubereau, Birgit ; Rütter, Heinz ; Höchli, Christian ; Rieser, Andreas ; Stettler, Jürg ; Wehrli, Roger (2013) : Installations sportives en Suisse : statistiques 2012. Principes statistiques et développements économiques et énergétiques, Interface Politikstudien Forschung Beratung, Rütter+Partner et l'Institut für Tourismuswirtschaft ITW, Hochschule Luzern, Lucerne/Rüschlikon.

⁶ Cf. communiqué de presse de la SSS du 15 juin 2020. <https://www.slrg.ch/fr/medias/communiqués-de-presse/news-detail/49noyades-en-suisse-en-2019-la-sss-et-le-bpa-craignent-lete2020.html>, page consultée le 26/06/2020.

⁷ https://www.slrg.ch/fileadmin/user_upload/SLRG_CH_2015/Corona-Sommer_2020/Bev%C3%B6lkerungsbefragung_Risikoexposition_2020.pdf, page consultée le 24/08/2020.

⁸ Umbricht, Andrea (2016) : Enquête téléphonique omnibus sur le thème des compétences dans l'eau : sondage quantitatif mandaté par la Société suisse de sauvetage SSS, gfs-Zürich, mars 2016.



Photo 2
Élèves à l'échauffement pendant le cours de natation et de sécurité aquatique

1.4 Connaissances et expériences issues d'études internationales

La conviction que savoir nager suffit à prévenir la noyade n'a plus cours aujourd'hui. Stallman et al. (2017) définissent⁹ quinze compétences aquatiques différentes, nécessaires pour prévenir le risque de noyade. Ces compétences incluent plusieurs techniques de nage, mais aussi la connaissance des dangers locaux et des règles de sécurité dans l'eau, les compétences en matière d'évaluation et de prévention des risques. Stallman et al. (2017) concluent par ailleurs qu'un cours de natation axé exclusivement sur l'environnement en piscine n'est pas suffisant pour prévenir les noyades. D'autres études^{10, 11} montrent que quelqu'un qui a acquis ses compétences de natation et aquatiques uniquement en piscine n'est pas automatiquement capable de les transférer à d'autres environnements, notamment les eaux libres. Stallman et al. (2017) recommandent de ce fait l'apprentissage des compétences aquatiques également en eaux libres.

D'après la SSS, le manque de connaissances, la mauvaise évaluation des dangers et le manque de compétences pour réagir correctement en cas d'urgence sont les principales causes de noyade. Des études montrent que les enfants tout comme les adultes mesurent souvent mal leurs compétences aquatiques. En Nouvelle-Zélande, Stanley et Moran (2017)¹² ont analysé l'évaluation effectuée par 309 parents ou accompagnateurs d'élèves de primaire (de 5 à 11 ans) quant à leurs propres compétences aquatiques en eaux libres et celles de leurs enfants. Il s'est avéré que bon nombre de parents se faisaient une idée (trop) optimiste de leurs propres compétences en natation ainsi que de celles de leurs enfants. La plupart des parents (59 %) et presque tous les enfants (81 %) de l'étude ne possédaient aucune expérience de nage en eaux libres. Or, la moitié des parents étaient d'avis que leurs enfants savaient évoluer en toute sécurité en eaux libres. Les auteurs estiment qu'il y a lieu de s'inquiéter,

car de toute évidence, de nombreux parents sous-estiment les risques pour eux-mêmes, mais aussi pour leurs enfants, tout particulièrement dans les eaux libres. Cette conclusion est également confirmée par l'enquête menée par gfs en 2016 auprès de la population. À la question de savoir quelles étaient les aptitudes nécessaires pour nager en toute sécurité dans un lac, 5 % seulement des personnes interrogées ont indiqué la nécessité de savoir évaluer correctement les risques et les dangers (gfs-zürich, 2016).

D'autres pays ont déjà réalisé des projets pilotes de cours de natation en eaux libres avec des enfants, et ce avec succès :

- En 2015, un projet pilote a eu lieu en Norvège avec des enfants d'âge préscolaire afin d'étudier comment (par quels moyens et méthodes) enseigner en eaux libres.¹³
- En Nouvelle-Zélande, 98 enfants âgés de sept à onze ans ont participé en 2018 à un cours de natation pendant une semaine en eaux libres (soit environ dix heures au total).¹⁴ L'étude est parvenue à la conclusion que les enfants avaient pu améliorer durablement leurs compétences en matière de sécurité aquatique, qu'ils étaient plus conscients des dangers et qu'ils savaient mieux comment se comporter de manière sûre. Cette expérience a également montré que certains enfants réagissaient avec inquiétude en environnement inconnu et qu'il leur fallait surmonter leurs peurs et leurs barrières lors des cours de natation en eaux libres.
- En Australie, où des cours ont été donnés en eaux libres à des enfants âgés de 10 à 12 ans, l'équipe du projet a conclu qu'il serait bon d'intégrer les activités et les connaissances relatives à la sécurité aquatique en eaux libres dans l'enseignement scolaire, et ce, en collaboration avec des organisations ayant de l'expérience dans ce domaine.¹⁵

⁹ Stallman, Robert Keig; Moran, Kevin; Quan, Linda; Langendorfer, Stephen (2017): «From Swimming Skill to Water Competence: Towards a More Inclusive Drowning Prevention Future», *International Journal of Aquatic Research and Education*: Vol. 10: No. 2, Article 3. DOI: 10.25035/ijare.10.02.03.

¹⁰ Langendorfer, S. J. (2011): *Considering Drowning, Drowning Prevention, and Learning to Swim*. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 5(3), 236–243.

¹¹ Kjendlie, P.; Pedersen, T.; Thoresen, T.; Setlo, T.; Moran, K.; Stallman, R. (2013): *Can You Swim in Waves? Children's Swimming, Floating, and Entry Skills in Calm and Simulated Unsteady Water Conditions*. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 7(4), 301–313.

¹² Stanley, Teresa; Moran, Kevin (2017): «Parental Perceptions of Water Competence and Drowning Risk for Themselves and Their Children in an Open Water Environment», *International Journal of Aquatic Research and Education*: Vol. 10: No. 1, Article 4.

¹³ Norges Livredningselskap: *Toddler swimming and drowning prevention: in search of best practice from a Nordic perspective*, Oktober 2015.

¹⁴ Button, Chris; Button, Angela; Jackson, Anne-Marie; Cotter, Jim; Maraj, Brian (2017): *Teaching Water Skills for Life in Open Water Environments*. Funded by Water Safety New Zealand & University of Otago in partnership with Surf Lifesaving New Zealand, Safe Boating NZ, Swim-sation & Wild Earth Inc.

¹⁵ Matthews, Bernadette; Falkingham, Janelle; Simpson, Kate (2019): *Comparing Water Safety knowledge Learnt From Pool-Based and Open Water Education Programs*. *World Conference on Drowning Prevention*.

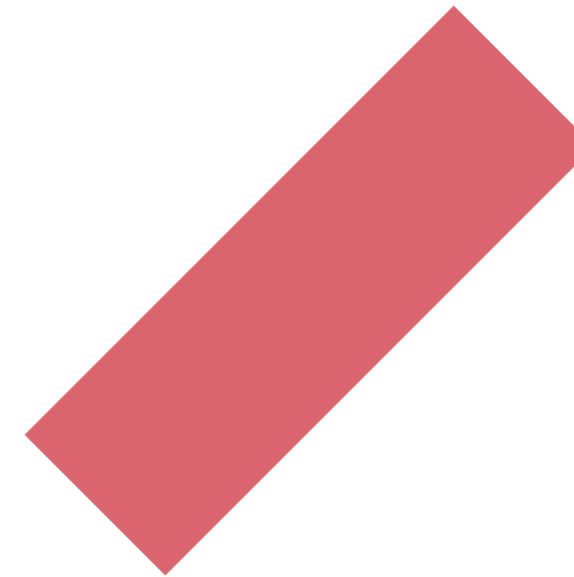


Photo 3
Élèves au cours de natation et de sécurité aquatique

2. Projet pilote à Hochdorf

Le projet pilote ayant pour objet un cours de natation et de sécurité aquatique a été réalisé en deux phases durant l'été 2017 et l'été 2018 par l'école primaire de Hochdorf (canton de Lucerne) en collaboration avec la SSS. Environ 120 élèves de six 4e classes primaires ont pris part au projet. Les pages suivantes décrivent les objectifs du projet, la conception et la préparation, la réalisation, ainsi que le passage du mode pilote en mode normal.

2.1 Objectifs

Les objectifs de performance et de résultat poursuivis par la SSS à travers ce projet pilote étaient les suivants :

- Les enseignants savent transmettre les compétences de natation et de sécurité aquatique dans un environnement sûr au bord du lac et dans le lac. Ils enseignent au moins une partie des compétences de natation et de sécurité aquatique définies dans le plan d'études 21 directement au bord du lac/dans le lac.
- Les élèves disposent de compétences suffisantes d'auto-sauvetage pour se baigner en toute sécurité dans le lac. Ils orientent leur comportement sur les connaissances acquises ou consolidées, ils encourent eux-mêmes moins de risques et attirent l'attention des autres sur les dangers.
- Le projet pilote sert à élaborer du matériel destiné à étendre les cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac à d'autres écoles/communes.
- Sur la base de ce projet pilote, une formation continue (matériel inclus) peut-être conçue et proposée aux enseignants, leur permettant de donner des cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac.

2.2 Conception et préparation

Après avoir pris connaissance des consignes du plan d'études 21, les responsables de l'école de Hochdorf se sont très vite mis à la recherche de plans d'eau disponibles, en vain. La piscine couverte de Hohenrain avait seulement sept créneaux de leçons encore libres, ce qui ne suffisait pas pour remplir les directives du canton en référence au plan d'études 21. En recherchant de l'aide pour organiser les cours de natation et de sécurité aquatique conformément au plan d'études 21, les responsables de l'école de Hochdorf se sont adressés à la SSS, section Baldeggersee, qui a transmis la demande à la SSS Suisse. Suite à cette démarche, la SSS a initié le projet pilote de cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac. La SSS Suisse était convaincue du projet pilote, notamment en raison du fait que la nage en eaux libres implique davantage de compétences que la nage en piscine.

Dès la conception du projet pilote, la conseillère municipale compétente, les responsables de la SSS Suisse, la monitrice de natation engagée par la SSS, le directeur, la directrice de l'école ainsi que les enseignants et moniteurs concernés de l'école de Hochdorf ont étroitement collaboré. Différentes dispositions ont été prises :

- La monitrice de natation engagée par la SSS a élaboré, avec le soutien de la SSS section Baldeggersee, un *concept de sécurité* détaillé (voir en annexe). Ce concept décrit par exemple dans quelles conditions le cours a lieu et quand il doit être interrompu. Il comporte une analyse des risques éventuels, et définit des mesures permettant de réduire ou d'exclure ces risques. Les risques dépendent notamment de la météo, du terrain et des connaissances préalables des élèves ainsi que de la formation des enseignants et de leur capacité d'agir. Le concept de sécurité prévoit par ailleurs la présence de deux moniteurs (une mo-

nitrice principale titulaire du SSS Expert Lac et un enseignant titulaire du SSS Brevet Lac) ainsi que 20 élèves maximum durant le cours.

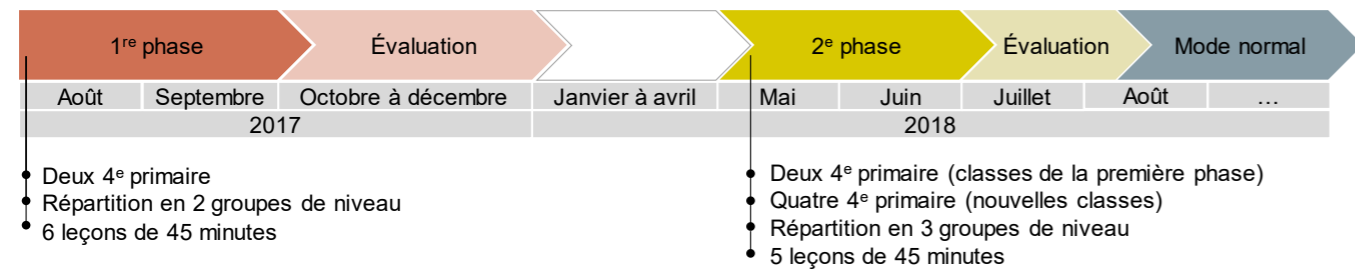
- Les *leçons* prévues ont également été préalablement conçues par la monitrice engagée par la SSS. Un thème, des objectifs d'apprentissage et le matériel requis ont été définis pour chaque leçon, de même que le déroulement de la leçon et la personne responsable. Pour chaque leçon, une variante a été élaborée pour le cas où les conditions seraient mauvaises ou l'eau trop froide.
- Préalablement au cours de natation, les responsables de l'école de Hochdorf ont organisé des soirées *d'information pour les parents*, avec le concours de la conseillère municipale et de la SSS. Les parents étaient surtout intéressés par les aspects annexes (transport, coûts, infrastructure, prise en compte des conditions météorologiques, etc.). Une lettre d'information a également été envoyée aux parents. Les parents ont dû confirmer la bonne réception de la *lettre d'information*, de même que remplir une fiche de coordonnées en cas d'urgence comportant l'adresse du médecin traitant, ainsi qu'un bref questionnaire portant sur les compétences de leur enfant en natation. Le règlement en vigueur pendant le cours de natation ainsi qu'une liste des effets à prévoir pour le cours de natation ont également été remis aux parents. Ces derniers avaient par ailleurs la possibilité d'assister au cours de natation et de regarder les enfants nager.

2.3 Réalisation du projet

Le projet pilote s'est déroulé en deux phases, avant de passer ensuite en mode normal. Le graphique D 2.1 présente le déroulement du projet dans le temps.

La *première phase* s'est déroulée fin août et début septembre 2017. Les leçons de 45 minutes ont eu lieu juste avant midi ou l'après-midi durant trois

D 2.1: Phases du projet dans le temps



Source : représentation d'Interface.

semaines. Deux 4^e primaire de respectivement 19 et 22 élèves y ont pris part. Ces élèves avaient déjà bénéficié de cours de natation en piscine couverte en 3^e primaire. Chaque classe a bénéficié de deux leçons par semaine, soit six leçons au total. Les classes ont été divisées en deux groupes de niveau, une moitié ayant cours dans le lac, l'autre moitié dans la piscine.¹⁶ Quand les conditions météorologiques étaient défavorables, le cours de natation dans le lac ou dans la piscine était écourté et transféré sur la terre ferme où les élèves apprenaient de façon ludique les règles de baignade ou d'autres aspects sécuritaires propres aux eaux libres. Pour finir, chaque élève a passé le contrôle de sécurité aquatique (CSA) en piscine. Les élèves ayant réussi sans problème le CSA en piscine ont passé ce test également dans le lac.

La *seconde phase* s'est déroulée en mai et juin 2018. Les leçons de 45 minutes ont eu lieu juste avant midi et l'après-midi durant trois semaines. Les deux 4^e primaire de la pre-

mière phase ainsi que quatre autres 4^e primaire d'environ 20 élèves chacune y ont pris part. Les deux classes primaires de la première phase n'avaient plus qu'une, voire deux leçons durant la seconde phase. Cinq leçons ont été dispensées aux quatre nouvelles classes, dont deux doubles leçons avec un pique-nique commun le midi. Par ailleurs, les classes ont été cette fois-ci divisées en trois groupes : lac, piscine, terre ferme/salle de théorie. Ici aussi, les groupes ont été définis selon le niveau des élèves en natation. Une leçon a été consacrée à la nage tout habillé. À la fin des trois semaines, tous les élèves ont passé le CSA.

À la fin de chaque phase du projet, tous les parents ont été informés du résultat obtenu par leur enfant au CSA. Cette lettre d'information soulignait le devoir de surveillance des parents, même si leur enfant avait passé le CSA avec succès. Pour ceux qui n'avaient pas réussi le CSA, la lettre recommandait aux parents d'inscrire leur enfant à un cours de nata-

tion ou au moins de s'entraîner eux-mêmes avec leur enfant aux différents critères du CSA.

Durant l'été 2018, le projet pilote a été clos et transféré en mode normal. Depuis lors, les élèves de 2^e classe de Hochdorf bénéficient de cinq leçons de natation dans la piscine couverte de Hohenrain. En 4^e, ils ont cours dans le lac. Chaque année scolaire, trois 4^e d'environ 16 élèves chacune prennent part au cours de natation dans le lac. Le cours se déroule sur trois semaines consécutives, après et avant les vacances d'été. Au total, six doubles leçons ont lieu, toutes les classes ayant cours une fois le matin, une fois le midi et une fois l'après-midi. Les classes sont divisées en trois groupes qui alternent entre le lac, la piscine ou la salle de théorie. Comme précédemment, un courrier informe les parents sur le cours de natation et de sécurité aquatique, ainsi qu'une soirée d'information. De même, les parents doivent remplir préalablement un bref questionnaire portant sur les compétences de leur enfant en natation.

Organisation et infrastructure

En plus du cours de natation proprement dit, l'organisation et l'infrastructure au

Seebad Baldegg étaient capitales :

- Environ 30 minutes respectives ont été calculées pour l'aller et le retour, sachant que les élèves faisaient le trajet avec leur enseignant en train urbain. L'école se trouve à deux arrêts du Seebad. Les frais de transport en commun ont été pris en charge par l'école.
- Il y avait des vestiaires sur place, mais pas de douches. Les élèves pouvaient ainsi rentrer directement chez eux après le cours de natation. Comme il n'y avait pas de sèche-cheveux, et que de toute façon le temps aurait manqué pour se sécher les cheveux, les enfants avaient un bonnet.
- Le Seebad Baldegg dispose d'un espace non-nageurs délimité dans le lac (Photo 4), d'un plongoir de 3 mètres dans le lac, d'un grand bassin de 25 mètres (non chauffé) et d'un bassin non-nageurs de 20 mètres (Photo 5). En plus du lac et de la partie théorique, le bassin non-nageurs faisait partie intégrante du cours.
- Pour que les enfants n'aient pas froid pendant le cours, ils devaient apporter des vêtements chauds. De nombreux exercices physiques sur la terre ferme étaient également intégrés au cours. Par temps très froid, le restaurant du Seebad servait des infusions.

- Par souci de sécurité, tous les enfants ont été équipés au début du cours d'un bonnet de bain bien repérable qu'ils devaient porter en permanence. Les élèves devaient par ailleurs obéir à la règle leur interdisant d'entrer seuls dans l'eau, sans l'autorisation explicite de l'enseignant. Chaque enseignant était muni d'un équipement de sauvetage.
- Pour la seconde phase, un bâtiment équipé de tables, de bancs ainsi que d'un radiateur infrarouge a été construit à l'abri du vent. Le bâtiment a servi pour les repas de midi et la partie théorique.

Personnes impliquées

Une monitrice désignée par la SSS était responsable de la préparation et de l'exécution des leçons. Elle dispose d'une formation de SSS Experte Lac et est experte J+S nageuse sauveteuse. Durant la première phase, elle a été assistée par le titulaire de classe respectif. Un autre accompagnateur de la SSS était également présent durant la première phase, car les titulaires de classe ne disposaient pas du brevet requis. Durant la seconde phase, la monitrice de la SSS était assistée du titulaire de classe ainsi que d'un moniteur de natation



Photo 4
Seebad Baldegg – espace non-nageurs dans le lac

¹⁶ Le Seebad Baldegg dispose d'un bassin non-nageurs de 20 mètres qui faisait partie intégrante du cours.



Photo 5
Seebad Baldegg – grand bassin 25 mètres et
bassin non-nageurs 20 mètres

venant de l'école (SSS Brevet Plus Pool). Au moins deux jours avant la leçon, tous les enseignants concernés recevaient le matériel de préparation, qui indiquait notamment quels exercices allaient être effectués. Aujourd'hui, les leçons sont dirigées par deux monitrices de natation (Brevet Lac et Brevet Pool). Toutes deux étaient déjà impliquées, au moins en partie, dans la seconde phase du projet pilote. Les deux monitrices sont assistées par les titulaires de classe pour la partie théorique.

Le projet pilote a demandé une étroite collaboration entre les différentes personnes concernées. Un échange régulier a ainsi eu lieu entre les responsables du projet, la monitrice de la SSS, les moniteurs employés par l'école, les titulaires de classe concernés, le recteur de l'école de Hochdorf ainsi que la conseillère municipale compétente. De plus, les personnes concernées se sont rencontrées à la fin de chaque phase du projet afin de clarifier les questions d'ordre organisationnel ou pour partager leurs expériences.

3. Expériences faites à Hochdorf

Le chapitre suivant résume les expériences faites par les personnes concernées au niveau des objectifs du projet pilote, de la conception et de la préparation, de la réalisation des leçons ainsi que du passage en mode normal.

3.1 Les objectifs fixés pour le projet pilote ont-ils été atteints ?

Les personnes concernées interrogées sont majoritairement satisfaites des objectifs atteints. Le cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac et au bord du lac continue d'avoir régulièrement lieu. Les personnes interrogées ont par ailleurs l'impression que la large majorité des élèves ont amélioré leurs compétences de nage et d'auto-sauvetage, ce qui leur permet de se baigner en sécurité dans le lac. Ainsi, environ 80 % des élèves ont passé avec succès le CSA en piscine, voire dans le lac pour certains.¹⁷ Les per-

sonnes interrogées soulignent cependant que le CSA n'est pas très révélateur à lui seul. En effet, le cours de natation et de sécurité aquatique enseigne également la gestion du froid, ainsi que le comportement sûr dans le lac et au bord du lac. Les enfants apprennent par exemple à évaluer comment est le fond du lac, la profondeur de l'eau, où se trouvent les équipements de sauvetage et comment les utiliser. De l'avis des personnes interrogées, le cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac va en ce sens beaucoup plus loin qu'un cours de natation classique en piscine couverte.

Le matériel destiné à reproduire le cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac dans d'autres écoles/communes n'a pas encore pu être élaboré, ni la formation continue pour les enseignants leur permettant donner des cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac. Selon les responsables de la SSS, cela est imputable au manque de ressources de temps et à un changement de personnel au sein de la SSS. Les responsables de la SSS affirment continuer à poursuivre ces deux objectifs afin d'ancrer durablement le projet pilote.

3.2 Qu'a-t-il fallu prendre en compte durant la préparation ?

D'une manière générale, les personnes concernées avaient une bonne impression de la conception du projet. La construction d'une piscine couverte étant trop onéreuse pour la commune de Hochdorf, la solution du cours au Seebad Baldegg était bienvenue.

De l'avis de toutes les personnes concernées interrogées (les responsables de la SSS Suisse, les moniteurs de natation, la directrice et les titulaires de classe de l'école de Hochdorf ainsi que la conseil-

lère municipale), la bonne préparation du projet a constitué la partie la plus importante et indispensable pour la réussite du projet. Les points suivants sont considérés comme déterminants par les personnes interrogées :

– *Soutien de la SSS* : grâce au soutien de la SSS Suisse et de la SSS section Baldeggensee, le projet a pu être mis sur les rails de façon professionnelle. De plus, le cours de natation et de sécurité aquatique a été conçu et réalisé par une monitrice de natation expérimentée, ce qui a permis de mieux répondre aux critiques (de la part des parents par exemple).

– *Communication* : la communication en amont du projet s'est avérée capitale. Il s'agissait d'informer dans le détail les enseignants concernés, mais aussi les parents. Selon les personnes interrogées, les parents avaient surtout peur que leur enfant prenne froid ou attrape une pneumonie. Le risque de noyade en revanche les préoccupait moins. Lors de la soirée d'information, les responsables du projet ont pu présenter le projet aux parents, les rassurer et gagner leur confiance. Le fait que la SSS encadre le projet y a égale-

ment contribué, de même que la possibilité pour les parents d'assister au cours. Alors que beaucoup de parents ont profité de cette occasion au début du projet, ils n'ont que rarement assisté au cours durant la seconde phase.

– *Gestion des critiques* : outre les parents, d'autres voix critiques se sont fait entendre, notamment l'association des enseignants de natation ou certains acteurs politiques. L'association des enseignants de natation craignait que le projet pilote remette fortement en question les infrastructures indispensables (p. ex. une piscine couverte appartenant à la commune). C'est pourquoi, le conseil municipal a de nouveau examiné le projet de construction d'une piscine propre à la commune, bien qu'un tel projet ait été refusé par l'électorat il y a une vingtaine d'années. Le conseil municipal a de nouveau conclu que la commune de Hochdorf n'avait pas besoin de piscine couverte. Du fait des diverses critiques, le projet n'a pas toujours bénéficié d'un écho favorable dans la presse locale. Les responsables du projet ont réagi aux critiques par des déclarations factuelles et des communiqués de presse positifs.

¹⁷ Dans ce cas, les élèves culbotaient dans le lac depuis le ponton.

– *Clarification des conditions annexes* : du point de vue des personnes interrogées, il était important de contrôler l'infrastructure existante au Seebad et de mettre au point un concept de sécurité adapté à cette infrastructure. Il s'agissait aussi de planifier les trajets et d'intégrer le cours de natation et de sécurité aquatique dans l'emploi du temps. Selon les enseignants interrogés, l'emploi du temps a généralement dû être adapté pour ces six semaines, car les leçons dépendaient de la disponibilité des moniteurs.

3.3 Quelles expériences ont été faites lors de la réalisation des leçons ?

Dans l'ensemble, toutes les personnes concernées se sont avérées très satisfaites du déroulement du projet pilote et le considèrent comme un projet réussi. Les enfants et les enseignants étaient motivés et y ont pris plaisir. Selon les personnes interrogées, la réussite du projet est aussi due au fait que dès le départ, les responsables ont pris en compte que pour les élèves et leurs enseignants, il s'agissait du premier cours de natation et de sécurité aquatique dans un lac. Ils sont donc partis du principe que les groupes seraient très hétérogènes, à savoir que les enfants auraient des niveaux différents en natation, qu'il pourrait y avoir des enfants souffrant d'un handicap ou encore des enfants ayant peur de l'eau, des algues ou des poissons dans le lac. Une solution avait également été pensée pour les enfants ayant

froid durant le cours. Selon les personnes interrogées, toutes les personnes impliquées se trouvaient au même niveau de connaissance grâce à la préparation détaillée du cours. Néanmoins, les moniteurs interrogés indiquent qu'au départ, il a fallu communiquer des instructions claires aux titulaires de classe inexpérimentés.

| Météo

Pendant le cours, il a généralement fait beau et la température de l'eau était d'au moins 20 degrés. Les jours les plus froids, la température de l'eau du lac était même plus élevée que celle de la piscine. Ni les enfants ni les enseignants n'ont trouvé l'eau désagréablement froide. Le temps effectivement passé dans l'eau était ajusté en fonction de la température, et des éléments théoriques se déroulant sur la terre ferme étaient intégrés au cours. De l'avis des participants, ce point constitue la différence majeure par rapport aux cours de natation en piscine couverte, car on ne passe pas 45 minutes dans l'eau, contrairement à ce que les parents ou d'autres personnes indirectement concernées avaient supposé notamment au début du projet. Les responsables soulignent par ailleurs que les enfants qui avaient froid pouvaient toujours sortir de l'eau pour se réchauffer. Il est intéressant de constater que certains enfants n'avaient pas de vêtements chauds, alors qu'au départ, les parents avaient surtout peur qu'ils prennent froid.

| Retours des parents

Un bref sondage réalisé auprès des parents à la fin de la première phase a montré qu'environ deux tiers des parents interrogés étaient satisfaits du cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac. Un tiers a mis une note négative au cours, estimant qu'il avait fait trop froid, que leur enfant avait pris froid ou que l'eau du lac était trop sale. Les responsables du projet constatent ici que les retours des parents étaient souvent plus négatifs que ceux des enfants auxquels on avait demandé leur avis à la fin du cours.

| Expériences faites par les participants

En plus des retours des parents, les expériences des participants ont été recueillies après la première phase pour servir de base à d'éventuelles améliorations. Ainsi, la check-list destinée aux parents a été complétée afin que les enfants aient des vêtements chauds à enfiler

pendant le cours (peignoir ou survêtement par ex.) et après le cours. Il était notamment vivement conseillé que les enfants aient un bonnet à mettre après le cours, étant donné qu'ils n'avaient pas le temps de se sécher les cheveux. Face à la question du froid, l'utilisation de combinaisons en néoprène a été envisagée à l'issue de la première phase. Les responsables du projet ont cependant conclu que le cours de natation était tout à fait possible sans combinaison dès lors que l'eau était d'au moins 18 degrés. Par ailleurs, ils ont souligné que les combinaisons en néoprène entravaient la liberté de mouvement, que la poussée verticale avec la combinaison pouvait donner une fausse sensation de sécurité et qu'une combinaison n'était efficace contre le froid que si elle était parfaitement ajustée. Il aurait également fallu nettoyer et faire sécher les combinaisons après utilisation, ce qui n'était pas faisable entre les leçons. Les enfants pouvaient



Photo 6
Élèves au cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac

ent naturellement apporter eux-mêmes leur propre combinaison néoprène. Ils ont été au nombre de trois durant la première phase. Selon les dires des moniteurs, les enfants sans combinaison ont tenu aussi longtemps dans l'eau que les enfants portant une combinaison néoprène.

Dans la seconde phase, le cours a eu lieu deux fois sous forme de double leçon le midi. Cela a permis de gagner du temps sur le trajet, ce qui s'est avéré très efficace sur le plan organisationnel. Grâce au nouveau bâtiment, les enfants ont pu manger le midi au chaud et à l'abri du vent, même lors des journées plus froides. Les classes ont été réparties en trois groupes. Cela a permis de créer davantage de variété et d'intégrer plus de jeux

sportifs. Durant une leçon, les élèves avaient la possibilité d'essayer de nager tout habillés, ce qui a constitué, selon les personnes concernées, une expérience très intéressante pour les enfants.

Les deux phases du projet ont montré que les personnes concernées, en particulier les moniteurs de natation, devaient faire preuve d'une grande flexibilité. Le cours devait être adapté en fonction de la météo et répondre aux besoins divers des enfants. La motivation des enfants était en effet déterminante pour la réussite d'une leçon. Il fallait aussi veiller à ce que les enfants plus faibles connaissent un sentiment de réussite. Les personnes concernées ont par ailleurs constaté que les enfants craintifs notamment nageaient mieux dans le lac que

dans la piscine, car ils ne pouvaient pas se tenir au bord. Néanmoins, les moniteurs interrogés soulignent que les enfants ne sachant pas nager au début de la troisième classe ne savent généralement pas nager non plus à la fin de la quatrième classe. Il y a donc toujours quelques enfants qui échouent au CSA. Ceci est normal, comme dans les autres matières où tous les enfants ne parviennent pas à atteindre les objectifs fixés.

Organisation et infrastructure

Les personnes impliquées indiquent que l'organisation était complexe, mais qu'elle en a valu la peine. Le trajet en train urbain était simple et ne prenait pas plus de temps que pour aller à la piscine couverte de Hohenrain. Le temps requis pour une double leçon de natation se si-

tue (aujourd'hui encore) à environ trois heures. Les classes partent par exemple à 8 h 45 de l'école en direction de la gare, elles prennent le train de 9 heures pour Baldegg. Le Seebad se trouve à 5 minutes à pied de l'arrêt. Les élèves ont ensuite le temps de se changer et reçoivent les instructions relatives au cours. Au bout de 90 minutes de cours, les élèves se changent de nouveau et repartent à 11 heures en direction du train. Les élèves sont de retour dans la cour de récréation ponctuellement pour la fin des cours (vers 11 h 40).

Selon les personnes concernées, le Seebad Baldegg disposait déjà dès le début du projet d'une bonne infrastructure permettant la réalisation du cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac. Il y avait une zone non-nageurs délimitée dans le lac ainsi qu'un bassin non chauffé. Ce dernier représentait un atout clair pour le cours, car les enfants anxieux notamment pouvaient apprendre dans le bassin. De même, l'un des éléments du CSA (culbute en avant dans l'eau) était plus facile à effectuer dans la piscine. Néanmoins, les personnes concernées sont d'avis que le cours aurait aussi été réalisable sans bassin. À l'issue de la première phase, l'infrastructure a été complétée d'un bâtiment à l'abri du vent et d'une grande horloge. La mise en œuvre de ces mesures n'a pas été difficile, étant donné que le Seebad appartient à la commune.

Collaboration des personnes concernées

Toutes les personnes impliquées dans le projet ont collaboré étroitement et échangé régulièrement. Selon leurs propres dires, la coopération était très bonne et tout le monde était motivé. Les personnes concernées estiment que cette grande motivation est notamment imputable à la base de volontariat du projet. Seuls les enseignants intéressés et motivés dès le départ se sont portés volontaires. Les enseignants ont énormément apprécié le soutien professionnel de la

monitrice engagée par la SSS. Pour les moniteurs en revanche, il était très difficile d'encadrer les enfants et d'instruire les titulaires de classe avant chaque leçon puis, à partir de la seconde phase, le second moniteur. Une difficulté supplémentaire durant la seconde phase était qu'en plus des quatre titulaires de classe différents, le second moniteur changeait continuellement. La réalisation des leçons aurait été plus simple avec une équipe constante. Les instructions étaient cependant importantes, car tous les enseignants présents devaient utiliser les mêmes signes de communication avec les enfants (p. ex. « tout le monde écoute » = sifflement et bras tendu vers le haut). Enseigner à trois durant la seconde phase s'est avéré judicieux. Les enfants pouvaient ainsi être répartis en trois groupes (de niveau) et l'enseignement organisé de façon plus variée.

3.4 Comment s'est fait le passage du projet pilote en mode normal ?

À l'issue de la phase pilote, le projet a pu passer sans problème en phase normale. Selon le moniteur de natation interrogé, aujourd'hui responsable du cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac, le projet est désormais bien établi. Les jeunes élèves entendent dire par les élèves plus âgés que le cours est amusant. La nouvelle du projet s'est aussi répandue chez les parents qui sont moins réticents qu'au début du projet pilote. Malgré tout, il est important de continuer à informer les parents sur le cours de natation et de sécurité aquatique dans le cadre d'une soirée d'information et dans une lettre. Aujourd'hui, quelques rares parents seulement font usage de la possibilité d'assister au cours de natation et de sécurité aquatique.

Selon le moniteur de natation actuellement en place, le cours se déroule sur le modèle de la phase pilote. Les élèves continuent d'être répartis en trois groupes de niveau. Les parents remplissent toujours un questionnaire relatif aux

Photo 7

Jeux sportifs durant le cours de natation et de sécurité aquatique





Photo 8
Élèves au cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac

connaissances des enfants en termes de natation, mais un bref test effectué lors de la première leçon s'avère plus révélateur. Les préparations détaillées des leçons de la phase pilote ont été adaptées, pour pouvoir réagir de manière plus flexible aux conditions météorologiques ou aux acquis des élèves par exemple. Selon le moniteur interrogé, la flexibilité augmente avec l'expérience. La présence d'une équipe constante et bien rodée de moniteurs constitue une nette amélioration dans ce contexte. Il suffit d'instruire les titulaires de classe qui ont désormais eux aussi de l'expérience dans cette forme de cours.

4. Conclusion du point de vue d'Interface

4.1 En quoi les cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres sont-ils indiqués ?

Le projet pilote de la SSS dans la commune de Hochdorf montre qu'un cours de natation dans le lac est possible et qu'il peut constituer un complément utile, voire une option aux cours de natation en piscine couverte ou en bassin en plein air. Le cours de natation et de sécurité aquatique sur le lac, dans le lac et au bord du lac permet de soulager les infrastructures de baignade locales, et apporte une contribution essentielle à la prévention des noyades. Différentes études montrent qu'un cours de natation axé uniquement sur l'environnement en piscine ne suffit pas à prévenir les noyades. Les compétences de nage et les compétences dans l'eau acquises en bassins fermés ne peuvent pas être automatiquement appliquées en eaux libres. Le cours de natation dans le lac peut avoir les effets suivants :

- *Premièrement*, les enfants font l'expérience des eaux libres, acquièrent des compétences de natation dans cet environnement et apprennent à évaluer les risques inhérents à ce milieu et à utiliser les équipements de sauvetage. Cet aspect revêt une importance centrale compte tenu du plan d'études 21 qui fixe pour la première fois les compétences en matière de sécurité (et notamment d'auto-sauvetage).
- *Deuxièmement*, l'extension du cours de natation offre de la sorte l'occasion de sensibiliser les parents au comportement en eaux libres. En effet, de nombreuses études montrent que les parents sous-estiment souvent leurs propres compétences de natation et celles de leurs enfants en eaux libres.

4.2 Quels sont les enseignements tirés de ce projet pilote ?

Plusieurs facteurs ont contribué à la réussite du projet pilote à Hochdorf. Outre la motivation de toutes les personnes impliquées, le soutien professionnel de la SSS s'est avéré essentiel. Le projet a également été fortement encouragé par la conseillère municipale responsable. Par

ailleurs, une monitrice SSS expérimentée et la section SSS Baldeggersee ont élaboré un concept de sécurité spécifique pour le Seebad Baldegg. La monitrice a soigneusement préparé les leçons et les aspects organisationnels en tenant compte de l'infrastructure existante. L'intégration précoce et l'information complète des parents ont permis de répondre aux questions au préalable et de leur donner confiance dans la sécurité du cours. La réussite du projet se traduit principalement par le fait que le cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac a pu passer en mode normal après un an de phase pilote et être ainsi ancré durablement dans l'enseignement scolaire. Malgré tout, il a fallu du temps pour que cette nouvelle forme de cours s'établisse dans la commune de Hochdorf et qu'elle soit acceptée sans réserve par les élèves, les enseignants et les parents. Il s'agit maintenant de s'attaquer aux deux objectifs encore en suspens (élaboration du matériel en vue de la reproduction du cours et de la formation continue des enseignants) et de les évaluer (en interne).

4.3 Que doivent prendre en compte les communes/écoles qui souhaitent organiser un cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres ?

Les conclusions de la présente étude de cas peuvent livrer à d'autres communes ou écoles des indices sur les points à prendre en compte lors de l'introduction d'un cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres. Il convient aussi de tenir compte du fait que le contexte est différent dans chaque école et chaque commune. Le cours serait aussi réalisable dans des cours d'eau plus importants (dans un endroit où l'eau est calme p. ex.). Pour les écoles, il est conseillé de tester le cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres dans le cadre d'un projet pilote avec un nombre réduit de classes afin de se familiariser avec cette nouvelle forme de cours. Le projet pilote doit par ailleurs être encadré par un acteur professionnel en matière de sécurité aquatique.

4.4 Quels sont les facteurs de réussite d'un cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres ?

- *Bonne volonté et grande motivation de toutes les personnes concernées* : le projet pilote a bénéficié du soutien de tous les principaux acteurs tels que la conseillère municipale responsable, le directeur et la direction de l'école ainsi que l'ensemble des personnes concernées au sein du corps enseignant. Les élèves étaient également motivés et ont aimé cette nouvelle forme de cours.
- *Soutien expert et professionnel* : les responsables de l'école de Hochdorf ont mis en place et réalisé le projet avec l'aide de la SSS Suisse. Le concept de sécurité de

même que les leçons ont été élaborés par une monitrice de natation expérimentée et la section SSS de Baldeggersee. C'est cette dernière qui a donné les cours. Ce professionnalisme a contribué à donner un sentiment de sécurité, notamment aux parents, et a permis de faire face aux critiques.

- *Préparation approfondie* : les responsables du projet étaient conscients des défis inhérents au cours de natation et de sécurité aquatique. Le projet a été préparé en conséquence. Le cadre organisationnel et l'infrastructure ont été examinés sous tous les rapports, les parents informés et les leçons préparées en détail. Ce dernier point incluait aussi l'attribution de tâches claires aux enseignants présents.

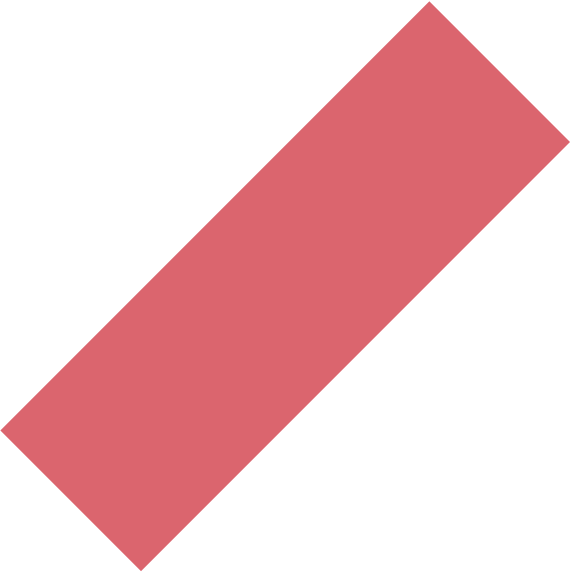


Photo 9
Exercices pendant le cours de natation et de sécurité aquatique

- *Flexibilité* : les personnes participant au cours ont fait preuve d'une grande flexibilité ; les titulaires de classe ont adapté l'emploi du temps tandis que les moniteurs ont organisé le cours de natation et de sécurité aquatique en fonction de la météo et du niveau des élèves.
- *Qualité de l'infrastructure* : le Seebad Baldegg dispose d'une bonne infrastructure permettant d'assurer le cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac. À côté de l'espace non-nageurs délimité dans le lac, il dispose aussi d'une piscine non chauffée et d'une salle de théorie à l'abri du vent.

4.5 Quels sont les défis inhérents au cours de natation et de sécurité aquatique en eaux libres ? Quelles solutions existe-t-il ?

- *Organisation* : les leçons supplémentaires pour le cours de natation et de sécurité aquatique doivent être intégrées dans l'emploi du temps pendant quelques semaines par an. Il faut souvent adapter l'emploi du temps, car les leçons doivent être coordonnées avec la disponibilité des moniteurs. Les leçons de natation sont en règle générale compensées par les cours de sport. Le trajet jusqu'au lieu du cours peut également constituer un défi, en fonction de la situation. Il est donc important de clarifier suffisamment tôt le contexte organisationnel et de prévoir suffisamment de temps pour le trajet aller et retour.
- *Manque de compétences/formation des enseignants* : tous les enseignants ne disposent pas du « Brevet Base Pool » nécessaire pour accompagner les cours de natation, ni du « Brevet Lac » pour donner soi-même le cours de natation et de sécurité aquatique dans le lac. En général, les enseignants manquent d'expérience quant au comportement en eaux libres. Un accompagnement professionnel peut permettre de préparer et d'instruire les enseignants de manière adéquate. Les écoles doivent par ailleurs s'assurer que leur personnel enseignant a accès aux formations continues requises.
- *Météo* : le temps est un facteur incontrôlable dont on ne peut tenir compte qu'à court terme. En plus du froid, le vent et les orages jouent un rôle important. Il est donc essentiel que les conditions météorologiques dans lesquelles le cours a lieu dans le lac soient définies dans le concept de sécurité. Il faut aussi prévoir des options en cas de mauvais temps ou de temps froid, afin de pouvoir adapter spontanément le cours. Il faut enfin demander aux parents de donner à leurs enfants suffisamment de vêtements chauds, même par beau temps. Il est aussi possible de servir des boissons chaudes pendant le cours.
- *Hétérogénéité des groupes* : les élèves possèdent des connaissances différentes en natation. Le groupe peut aussi inclure des élèves ayant un handicap ou des phobies (peur de



l'eau, des algues, des poissons p. ex.). Sur la base d'un questionnaire préalablement soumis aux parents ou d'un petit test durant la première leçon de natation et de sécurité aquatique, il est possible de cerner les différentes compétences des élèves. Il est conseillé de répartir les élèves en différents groupes en fonction de leur niveau de nage. Il est par ailleurs important de motiver aussi les enfants craintifs ou d'avoir une autre solution à leur proposer le cas échéant.

– *Gestion des critiques* : le projet peut rencontrer des critiques de la part des parents, des enseignants ou d'autres acteurs impliqués, notamment durant la phase préparatoire. Des articles (négatifs) dans la presse peuvent également éveiller certains doutes. Il est conseillé d'informer le plus largement possible, par exemple par des articles et des interviews dans la presse et des soirées d'information pour les parents. Donner la possibilité aux parents d'assister au cours sur place contribue également à faire accepter le cours, à réfuter les critiques et à clarifier les questions. Bénéficier d'une aide professionnelle, comme celle de la SSS dans ce projet, peut être utile pour faire taire les critiques.



Annexe: Concept de sécurité



Vos nageurs sauveteurs



Vos nageurs sauveteurs

Concept de sécurité SSS

Cours de natation et de sécurité aquatique au lac

Projet pilote, commune d'Hochdorf

1 Évaluation de la situation

1.1 Plan 3x3

	Situations	Nature du terrain	Groupe
À domicile	<ul style="list-style-type: none"> - Prévisions météo - Autorisation de la police et du canton par ex. (autorisation nautique) 	<ul style="list-style-type: none"> - Lac de Baldegg - Ponton, plongeur, équipement de jeu - Entrée dans/sortie de l'eau facile, bien accessible - Visibilité, zone de baignade délimitée - Infrastructure sur la plage - Pelouse - Accès à l'aire - Échange avec l'établissement de bains 	Participants : Écoliers <ul style="list-style-type: none"> - Connaissances préalables différentes (nageurs - non-nageurs) - Antécédents médicaux des participants - Allergies - Handicaps - Médicaments Responsables <ul style="list-style-type: none"> - 2 responsables pour 20 participants - Responsable principale avec un expert lac SSS / expert J+S - 1 enseignant avec brevet lac SSS - Deux groupes de 10 enfants max.
Dans la région	<ul style="list-style-type: none"> - Conditions météo - Températures (relevées) - Vitesse du vent (relevée) - Houle - Niveau de l'eau - Critères d'interruption 	<ul style="list-style-type: none"> - État du terrain - Point d'entrée et de sortie - Zone de baignade - Reconnaissance du dispositif de sécurité - Contact dispositif de sécurité - Accès pour les secours - Lieu de rassemblement / dispositif 	<ul style="list-style-type: none"> - Nombre de participants - Formation - Moral, forme physique des participants - Antécédents médicaux particuliers
Durant l'activité*	<ul style="list-style-type: none"> - Conditions météo PRÉVUES - RÉELLES - Évolution des fronts météorologiques - Couleur de l'eau - Vitesse du vent (relevée) - Houle - Critères d'interruption 	<ul style="list-style-type: none"> - Temps restant - Point de sortie indiqué / marqué 	<ul style="list-style-type: none"> - État des participants - Fatigue et hypothermie - Dynamique de groupe des participants - Port des bonnets de bain - Discipline des participants - Dispositif de sécurité connu et communiqué - Capacité d'action de l'enseignant



Vos nageurs sauveteurs

SLRG SSS

Critères d'interruption / d'annulation

	Situations	Nature du terrain	Groupe
Interruption si...	<ul style="list-style-type: none"> - Orage violent imminent - Température de l'air 15°C - Température de l'eau 15°C - Vent puissant (5 / 33 km/h) - Vagues avec tourbillons 	<ul style="list-style-type: none"> - Le dispositif de sécurité ne peut plus être assuré - Danger pour les participants (ex. : contamination de l'eau) 	<ul style="list-style-type: none"> - Les participants ont très froid - Absence de discipline - Groupe irresponsable - Anxiété ou événements inquiétants - Enseignant défaillant

1.2 Analyse des risques

Danger/risque	Évaluation des risques			Mesure corrective	Risque résiduel			Acceptable ?	
	Vert	Jaune	Rouge		Vert	Jaune	Rouge	Oui	Non
1 Conditions météorologiques et orage				Prévisions météo/observations radar/décision situationnelle				✓	
2 Température de l'eau				Thermométrie / Protection des PC contre le froid				✓	
3 Un enfant a très froid				Le sortir de l'eau / prendre une serviette / attendre au point de rencontre / évtl. couverture de survie / thé chaud				✓	
4 Absence de discipline				Énoncer des consignes claires				✓	
5 Pierres dans l'eau				Changer de lieu				✓	
6 Fort courant				Nager sur le bord / alternative possible : piscine				✓	
7 Nombreux baigneurs / absence de visibilité				Chercher un autre endroit				✓	
8 Piqûre d'insecte / urgence médicale				Traiter la piqûre / médicament				✓	
9 Enseignant défaillant				Informé PC / instruction pour travailler sur la terre ferme				✓	
10 Participant perdu				Plan d'urgence de l'école				✓	
11 Noyade / décès				Respect des règles en conséquence				✓	

Conformément à la matrice des risques 3x3 et à la classification des zones (ci-dessous), lors d'un risque aux dommages catastrophiques, il faut atteindre un risque résiduel de la zone 2 seulement.

Zone 1	Risques majeurs La sécurité ne peut pas être garantie
Zone 2	Risques modérés La sécurité peut être garantie sous condition
Zone 3	Risques mineurs La sécurité peut être largement garantie



SLRG SSS

Vos nageurs sauveteurs

1.3 Matrice des risques

Etendue des dommages		Probabilité d'occurrence			
		improbable	possible	probable	très probable
catastrophique			1		
majeur			4 6	1 3	
modéré		1 7 8 9	5		2
mineur					

Plan



Coordonnées 47°11'10.10*N 8°16'38.53*E

Autres mesures :

Les responsables de cours gardent des Restubes/bouées avec eux

Point d'entrée : pierres dans l'eau, lignes de séparation

L'aire de jeux gêne la vue

Numéros de téléphone et contacts en cas d'urgence

Liste de classe / tél

Responsable pédagogique

Liste médecin/hôpital dans le poste sanitaire

Plan d'urgence de l'école

- 144 SAMU
- 117 Police
- 1414 Rega
- 145 Centre antipoison

1.4 Échelle nautique de Beaufort

L'ÉCHELLE DE BEAUFORT

Degré	Termes descriptifs	Vitesse moyenne (en nœuds)	Vitesse moyenne (en km/h)	État de la mer
0	Calme	< 1	< 1	Comme un miroir
1	Très légère brise	1 à 3	1 à 5	Quelques rides
2	Légère brise	4 à 6	6 à 11	Vaguelettes ne déferlant pas
3	Petite brise	7 à 10	12 à 19	Les moutons apparaissent
4	Jolie brise	11 à 16	20 à 28	Petites vagues nombreux moutons
5	Bonne brise	17 à 21	29 à 38	Vagues modérées, moutons, embruns
6	Vent frais	22 à 27	39 à 49	Lames, crêtes d'écume blanche, embruns
7	Grand frais	28 à 33	50 à 61	Lames déferlantes
8	Coup de vent	34 à 40	62 à 74	Tourbillons d'écume à la crête des lames
9	Fort coup de vent	41 à 47	75 à 88	Lames déferlantes grosses à énormes, visibilité réduite par les embruns
10	Tempête	48 à 55	89 à 102	
11	Violente tempête	56 à 63	103 à 117	
12	Ouragan	≥ 64	≥ 118	

Photo 10

Seebad Baldegg – grand bassin 25 mètres et
bassin non-nageurs 20 mètres



INTERFACE

I Donneur d'ordre

Société suisse de sauvetage (SSS)

I Auteurs

Helen Amberg, MA (responsable du projet)

Vera Hertig, MA (collaboration au projet)

Dr Oliver Bieri (assurance qualité)

I Photos

Société Suisse de Sauvetage (SSS)

I Édition

Novembre 2020

I Contact

Stéphanie Bürgi-Dollet

041 925 88 91

s.buergi-dollet@sss.ch

www.schule-slrg.ch

