

# **Analyse de l'efficacité de l'accoutumance à l'eau chez l'enfant préscolaire**

**M. Mornard, B. Jidovtseff, D. Deflandre, A. Delvaux, M. Cloes**

Département des Sciences de la Motricité

Université de Liège, Belgique

## **Résumé**

Beaucoup d'enfants suivent des cours d'accoutumance à l'eau et différentes approches existent. Cette étude vise à comparer deux de ces méthodes et d'en vérifier l'efficacité. Nous avons soumis à trois groupes d'enfants une batterie de tests complète. Vingt-cinq enfants bénéficiaient d'une méthode traditionnelle (TRADITION), 25 autres de la méthode CEReKi (CEREKI) et les 27 derniers ne suivaient aucun cours (CONTRÔLE). Tous ont été testés avant et après une période de cinq mois. L'approche pédagogique des deux écoles a été analysée durant 13 séances filmées. On observe une amélioration linéaire du niveau d'accoutumance à l'eau des enfants en fonction de leur âge qu'ils suivent ou non des cours. Les résultats démontrent l'efficacité des deux écoles. Les enfants CEReKi semblent s'améliorer autant mais en moins de séances. Cela peut être dû à un meilleur temps d'engagement moteur. La méthode CEReKi s'avère donc très efficace, même dans une piscine peu adaptée.

## **Texte court**

### **1. Introduction**

L'accoutumance à l'eau apparaît comme un pré-requis indispensable à l'apprentissage des techniques de nages (Blanksby, Parker, Bardley & Ong, 1995). Avant de nager, il faut d'abord être à l'aise dans l'eau. Les difficultés pédagogiques rencontrées dans certaines piscines pour l'accoutumance à l'eau (pas de pataugeoire, profondeur excessive, taux d'encadrement faible) ont poussé le CEReKi à créer un circuit d'accoutumance basé sur un assemblage de matériel (filet, cage en PVC, toboggan, table à arceaux, module métallique immergé, matelas flottants, barres parallèles) (Francotte, 1999). L'objectif de l'étude est de vérifier l'efficacité de l'approche CEReKi comparativement à une approche traditionnelle ayant un contexte idéal.

### **2. Méthodes**

Pour vérifier l'efficacité des méthodes d'accoutumance à l'eau, nous avons soumis à trois groupes d'enfants préscolaires une batterie de tests complète (Schiettecatte, 2010). Celle-ci se déroule dans trois bassins de profondeurs différentes et évalue les cinq fondamentaux de l'accoutumance à l'eau (l'entrée à l'eau, l'immersion et la vision, la flottaison et l'équilibration, la respiration et la propulsion). Elle est constituée de 20 tests racontés sous la forme d'une histoire de petites grenouilles. Les enfants ont été testés avant et après une période d'intervention de cinq mois. Un groupe de 25 enfants bénéficiait d'une piscine

optimale (trois bassins de profondeurs différentes) et d'une approche pédagogique traditionnelle (TRADITION). Un autre groupe de 25 enfants bénéficiait de l'approche pédagogique CEReKi dans une piscine peu adaptée (un seul bassin, profondeur minimale de 80 centimètres) (CEREKI). Les 27 derniers ne bénéficiaient d'aucun cours (CONTRÔLE). Les méthodologies d'intervention ont été analysées dans les deux écoles à partir d'enregistrements vidéos. Trois séances ont été filmées dans chacun des groupes qui nous intéressaient. Ainsi, six enregistrements ont été réalisés dans le club CEREKI ; trois dans le groupe des 1<sup>ères</sup> et 2<sup>èmes</sup> maternelles évoluant dans le circuit et trois autres dans le groupe de 3<sup>èmes</sup> maternelles. Dans le club TRADITION, six vidéos ont été effectuées ; trois dans le petit bassin et trois dans le moyen bassin. De plus, une séance a été filmée dans la grande profondeur car certains sujets avaient progressé au point de changer de groupe et d'y évoluer. Grâce à ces 13 vidéos, une analyse quantitative a été réalisée via un placheck afin d'évaluer le temps d'engagement moteur et les comportements des enfants et des moniteurs. De plus, une analyse qualitative a été effectuée grâce à un relevé des exercices, du temps consacré et de la catégorie de fondamentaux de l'accoutumance à l'eau travaillée. Le pourcentage d'accord inter-analyste s'élève à 82,6%.

### 3. Résultats

Évoluant naturellement avec l'âge (Francotte, 1999 ; Schiettecatte, 2010 ; Moreau, 1995), le niveau d'accoutumance à l'eau s'améliore significativement du pré au post-test quel que soit le groupe. Les résultats démontrent cependant des gains plus importants dans les deux écoles d'accoutumance à l'eau comparativement au groupe CONTRÔLE (respectivement 16,5%, 19,2% et 11,8%). L'ANOVA étudiant les différences d'amélioration entre les deux écoles et le groupe CONTRÔLE montre des différences significatives uniquement pour les scores « flottaison-équilibre » et « propulsion ». L'analyse ne parvient pas à démontrer la supériorité statistique d'une approche par rapport à une autre ( $p > 0,1$ ). Tout d'abord, signalons que certains enfants TRADITION ont atteint la limite du test en terme d'accoutumance à l'eau puisqu'ils évoluent aussi en technique de nages (progression qu'on ne peut évaluer). Ensuite, les sujets CEREKI progressent autant que ceux du groupe TRADITION pendant l'intervalle de cinq mois. Cependant, une analyse de l'intervention révèle que les sujets CEREKI ont bénéficié de significativement moins de séances que ceux du groupe TRADITION, respectivement 13 séances de 30 minutes contre 29 de 40 minutes ( $p < 0,001$ ). Ceci tend à soutenir une meilleure rentabilité de l'approche CEREKI. Cette dernière apparaît par ailleurs réellement efficace dans une piscine peu adaptée aux activités d'accoutumance à l'eau. En effet, les sujets CEREKI ont un pourcentage du temps d'engagement moteur de 47,1% qui est significativement ( $p < 0,001$ ) plus élevé que celui des sujets TRADITION (23,8%). Cela peut certainement être expliqué par l'aménagement au CEREKI d'un jardin d'accoutumance permettant d'accueillir plus d'enfants par moniteur. Cette méthode prône le mouvement actif de l'enfant et met l'accent sur la quantité d'occasions de pratique. Elle utilise donc significativement ( $p < 0,001$ ) plus de jeux libres (28,3%) que ne le fait la méthode TRADITION (6,6%). À l'inverse, la méthode TRADITION utilise plus d'activités dirigées ( $p < 0,001$ ) (17,2%) qu'au CEREKI (0%) où les enfants évoluent librement dans le jardin d'accoutumance. Les moniteurs de la méthode TRADITION réalisent des interventions

techniques avec un nombre limité d'enfants, laissant un grand nombre d'autres bambins inactifs sur le bord. Cela a pour conséquence un pourcentage du temps d'attente des enfants TRADITION (49 %) significativement ( $p < 0,001$ ) plus élevé que celui du groupe CEREKI (16,8%).

#### **4. Conclusion**

L'étude démontre l'efficacité des séances d'accoutumance à l'eau chez l'enfant préscolaire, dès trois ans. L'approche CEREKI apparaît très rentable et particulièrement intéressante pour les piscines peu adaptées à l'accoutumance à l'eau. En effet, le jardin d'accoutumance apparaît comme une solution de choix dans des piscines ne disposant que d'un bassin unique dont la profondeur importante empêche les enfants d'avoir pied.

#### **Références**

Blanksby, B. A., Parker, H. E., Bardley, S. & Ong, V. (1995). Children's readiness for learning front crawl swimming. *Australian Journal of Science and Medicine in Sports*, 27, 34-37.

Francotte, M. (1999). Éduquer par le mouvement. *Pour une éducation physique de 3 à 8 ans*. Bruxelles : De Boek.

Schiettecatte, D. (2010). *Mise au point d'une batterie de test en accoutumance à l'eau pour des enfants de 3 à 6 ans et analyse de leur niveau d'accoutumance* (thèse de Master en Sciences de la motricité, non publiée). Liège : Université de Liège.

Moreau, V. (1995). *Proposition d'un système d'optimisation de l'accoutumance à l'eau chez l'enfant de trois à sept ans*. Justification des modalités et des critères définissant ce système (mémoire de Licence en Education physique, non publié). Liège : Université de Liège.