

OPTION “NATATION” au Collège Olivier de MAGNY- CAHORS Année 2026/2027



Depuis septembre 2025, une option Natation est proposée aux élèves du collège Olivier de Magny.

Créée à l'initiative du collège, du club sportif “CAHORS NATATION”, soutenue par l'Inspection pédagogique régional d'EPS et la Communauté de communes du Grand Cahors;

L'option Natation concerne **les niveaux de classes de 5ème et 4ème**, à raison de **3 heures hebdomadaires** (4h en semaine A/ 2h en semaine B).

1- OBJECTIFS de l'option Natation :

- Ce dispositif a pour but de favoriser la réussite scolaire et sportive de chaque élève en tenant compte des **rythmes** de chacun. L'idée étant de permettre aux élèves de progresser en natation en respectant la qualité de leur scolarité **grâce à un aménagement des horaires d'entraînement.**
- Développer des compétences en **natation sportive, sauvetage aquatique et secourisme.**
- Donner l'opportunité de développer des compétences sociales à travers des relations constructives avec ses pairs. Améliorer ainsi **la confiance en soi**
- **Développer une condition physique contribuant au bien être général de l'élève** (plus endurant, moins fatigable, habitudes de vie saines)

2- PROFIL des élèves postulant à cette option:

ATTENTION !! Cette option s'adresse à des élèves inscrits dans aucune autre option au collège (pas compatible avec option latin ou bilangue)



- Des **élèves nageurs capables de nager régulièrement le CRAWL, DOS et BRASSE et qui sont très motivés par une pratique régulière de la natation.** (*après accord du professeur d'EPS de l'année en cours*)
-
- **Places limitées** : 12 places en 5eme et 12 places en 4eme.

Dans le cas où les demandes d'inscription seraient trop importantes, nous organiserons des tests de sélection à la piscine Divonéo de Cahors le **MERCREDI 27 Mai de 9h à 12h**. Quel que soit le profil, les élèves devront être **réellement motivés** par la pratique de cette activité durant toute l'année et se montrer curieux et sérieux pour développer des compétences complémentaires.

3- Fonctionnement de l'option NATATION:

L'option Natation s'organise sur les niveaux de classes 5eme et 4eme.

L'emploi du temps comprend les mêmes enseignements que les autres classes mais il est **aménagé de façon à obtenir une répartition équilibrée** des activités sportives pour favoriser la réussite des études.

- **cours d'EPS obligatoires (3h/ sem)**
- **1 ou 2 entraînements de natation par semaine.**

L'encadrement technique est assuré par un Édicateur diplômé du Brevet d'Etat d'Éducateur Sportif des activités de la Natation (BEESAN) et les professeurs d'EPS référents.

Un enseignant d'EPS " référent pédagogique" sera responsable du suivi scolaire des élèves de l'option Natation et le référent des partenaires extérieurs.

Lors de son inscription, chaque élève s'engage :

- à une présence assidue aux entraînements
- à s'impliquer dans l'ensemble des matières pour assurer un parcours scolaire en réussite. (**Signature de la Charte du nageur de l'option natation du collège Olivier de Magny**)
- à participer à la compétition UNSS Natation niveau départemental.

4- Le lieu et transport :

Les entraînements de l'option se dérouleront à **la piscine DIVONEO de Cahors** sur des créneaux d'1h30 (horaire d'arrivée et de sortie des vestiaires de la piscine) : 2h dans l'emploi du temps scolaire :(*Sous réserve d'acceptation des créneaux horaires*)

- **chaque LUNDI de 15h00 à 17h00**
- **et VENDREDI de 13h00 à 15h00 en semaine B**
- **soit semaine A : 4h d'entraînement et en semaine B: 2h d'entraînement.**

Un programme pédagogique est mis en place conjointement par les entraîneurs et les professeurs d'EPS.

Les élèves seront **accompagnés à la piscine par leur enseignant d'EPS** à pied. . Selon les groupes, ils seront pris en charge par l'entraîneur ou leur professeur d'EPS.

Un **certificat médical** pour une pratique régulière de la natation sera demandé lors de l'inscription.

En cas de dispense d'activités physiques, les règles appliquées en EPS seront mises en oeuvre.

Les projets en plus du perfectionnement dans les nages:

- découvrir le **SAUVETAGE AQUATIQUE** et ses différentes techniques.
- suivre la formation de **SECOURISME PSC** (Premiers secours citoyens)
- possibilité de participer ponctuellement à une compétition officielle FFN (pour ceux qui ne sont pas inscrits au club)
- initiation à la plongée
- passer les **diplômes JEUNES OFFICIELS UNSS : Juges et coach**
- assister à une compétition de Haut niveau à Montauban ou Toulouse
- commencer à préparer sur le long terme le diplôme de Surveillant de baignade
- faire une sortie Canoë en fin d'année avec les élèves de l'option Natation.

Inscriptions auprès de votre enseignant d'EPS (feuille d'inscription à compléter pour participer aux tests qui auront lieu le MERCREDI 27 Mai de 9H à 12h)

Date limite retour des dossiers : Vendredi 12 JUIN 2026



Collège Olivier de Magny
Cahors



Les objectifs de l'option Natation sont multiples tant d'un point de vue pédagogique et scolaire que sportif. Elle permet de mieux répartir la charge d'entraînement sur la semaine en respectant les rythmes des adolescents. (travail scolaire, sommeil, entraînements..).

L'option Natation s'intègre dans le projet d'établissement du collège et participe pleinement à l'amélioration des chances de réussite de ses élèves. La motivation scolaire et la réussite des élèves peuvent être soutenues par la pratique de la natation et réciproquement. On peut mettre en parallèle les efforts accomplis à l'école et ceux accomplis dans l'eau.

Apprendre sur soi, gérer son stress, son mental, avoir confiance en soi, se dépasser mais aussi respecter ses camarades, le règlement, accepter la réussite comme l'échec, sont autant de valeurs éducatives transmises à travers cet enseignement sportif. Enfin, le développement de l'autonomie et du sens des responsabilités à travers l'implication en compétition sont également des objectifs permettant l'épanouissement de nos élèves.

Si vous souhaitez plus d'informations sur cette option, vous pouvez poser vos questions aux professeurs d'EPS référentes aux adresses suivantes: frederique.dangaly@ac-toulouse.fr.
christel.colas@ac-toulouse.fr