

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 54 (1997)

**Heft:** 8

**Artikel:** La découverte de l'eau dans la joie et le plaisir : accoutumance à l'eau des enfants en âge préscolaire

**Autor:** Astolfi, Marco

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997988>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 06.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## La découverte de l'eau dans la joie et le plaisir

# Accoutumance à l'eau des enfants en âge préscolaire

Marco Astolfi

Photos: Daniel Käsermann



**Les images que véhiculent les médias ainsi que la mode des activités de loisirs liées à l'eau pourraient laisser croire que l'aisance dans l'eau est naturelle chez tout un chacun. Pourtant, bien que nous soyons issus de l'élément liquide, il n'en est pas ainsi et l'on note de grandes différences entre les individus.**

La limite de nos capacités dans l'eau est marquée par un danger objectif qui est la noyade. C'est pour aborder de façon un peu plus sûre cette limite qu'une accoutumance à l'eau est indispensable. Et si vous êtes parmi ceux qui appréhendent d'entrer dans l'eau, sachez que tous ont dû passer cette étape pour maîtriser – mais jamais de manière absolue – leur relation avec l'eau. En proposant aux petits enfants une découverte de l'eau basée sur le plaisir, le jeu et le bien-être, nous pouvons les amener à avoir tout au long de leur vie une attitude positive et plus sûre à chaque fois qu'ils aborderont des activités sur ou sous l'eau.

### L'accoutumance à l'eau

Parler de l'accoutumance à l'eau n'est pas chose aisée. Sinon, pourquoi existe-

rait-il des points de vue si différents que l'on peut découvrir dans la littérature spécifique? Nous limiterons donc notre réflexion à la problématique de l'accoutumance à l'eau avec des enfants âgés de 3 à 7 ans environ. L'accoutumance à l'eau avec des adolescents, des adultes et des aînés, si elle vise les mêmes objectifs finaux, est complètement différente dans son approche. Le degré de compréhension, la faculté d'analyse des adolescents et des adultes excluent une large partie des moyens que l'on utilise pour l'accoutumance à l'eau avec des enfants. Nous ne traiterons pas des activités avec des bébés et des nourrissons dans le milieu aquatique, la controverse étant là encore plus forte et notre position à ce sujet, très claire. Les contraintes matérielles (température et qualité de l'eau, bruit, par exemple) et psychologique (attachement à la

mère et au père) font que cette expérience du bébé avec l'eau ne peut être positive que grâce à une forte implication des parents dans le cadre familial. Des démarches avec des personnes étrangères prennent vite des allures de dressage et les méthodes contraignantes qu'elles impliquent ont un effet négatif sur le vécu du bébé, méthodes que nous ne pouvons cautionner.

L'accoutumance, comme l'apprentissage, n'est pas qu'une répétition de tâches simples. Il faut plus globalement tenir compte d'éléments tels la complexité du geste, bien sûr, mais également l'émotion et la motivation. Ces deux derniers points impliquent toutefois une dimension qu'il est difficile de cerner, de définir: l'affectivité. Dans la relation qui se crée entre l'enfant et l'adulte, la dimension affective est celle qui se prête le plus difficilement à l'analyse. L'affectivité ne s'apprend pas et, sans elle, rien n'est possible! Dans toute la démarche qui nous conduit à favoriser l'accoutumance à l'eau avec des petits enfants, nous pouvons nous interroger sur la motivation qui les pousse à apprendre. Ce sont les parents ou les enseignants qui désirent engager l'enfant dans cette approche. Même si l'accoutumance n'est pas un apprentissage de gestes sportifs spécifiques, nous cherchons néanmoins des réponses motrices utilisables pour l'apprentissage de la technique de la natation. L'accoutumance à l'eau cherche avant tout à mettre l'enfant dans des situations de jeu, à lui faire ressentir du plaisir. Doit-il être nécessairement motivé pour apprendre? Selon certains auteurs: «Il existe des apprentissages qui se produisent sans une intention préalable d'apprendre. Quelques recherches ont montré que l'apprentissage peut survenir quand l'élève n'est pas dirigé par l'intention d'apprendre.» (Famose, 1990)

### Objectifs pédagogiques

Le choix des situations proposées et le rôle du moniteur apparaissent comme les deux points centraux sur lesquels nous pouvons intervenir. Il y a lieu de s'interroger, dans cette démarche, sur la place de l'enseignant, de celui qui propose des thèmes d'activités. Toute la difficulté de l'intervention peut se résumer en ces quelques mots: «Ce n'est ni la place du laisser-aller ni celle de la non-directivité et encore moins celle de l'autoritarisme.» Comment le moniteur doit-il se profiler entre le «faites ce qu'il vous plaît» et la leçon directive?



L'accoutumance à l'eau ne doit pas être uniquement une suite d'exercices mais au contraire, une proposition de diverses situations dans lesquelles l'enfant va trouver sa place, se mouvoir, interpréter et recréer son environnement. Ainsi, il ne restera pas enfermé dans une méthode rigide qui implique réussite ou échec. Non, surtout pas ! L'objectif du moniteur, de l'enseignant, est de placer l'enfant dans un environnement sécurisant où les sources d'intérêt seront constamment renouvelées. Cela exige de la part de l'enseignant la capacité de gérer des situations sans cesse nouvelles et inattendues : savoir repérer l'activité que l'on peut faire durer, celle qui peut apporter un plaisir nouveau ; savoir, en même temps, éviter de tomber dans la facilité de présenter des situations trop simples pour se convaincre que la démarche choisie est la bonne au vu de la facilité d'exécution de l'enfant. Au contraire, le moniteur devra trouver les bonnes impulsions, celles qui vont interpeller l'enfant et l'obliger à résoudre de nouvelles tâches. Nous percevons là tout l'intérêt de ce processus où il est sollicité aussi bien dans les domaines moteur, cognitif que psychologique. En renonçant à privilégier des modèles stéréotypés, nous lui permettons de construire à son rythme, un répertoire personnel de situations motrices qui lui faciliteront les tâches d'apprentissage moteur quand il abordera par la suite les gestes complexes des techniques sportives, de la natation ou autres.

Dans cette perspective, tous les jeux sensoriels et créatifs où se mêlent mime, rythme, chansons et comptines sont autant d'activités dans lesquelles le petit enfant opère des expériences motrices. Il s'ingénie à transformer et à reconstruire ce que nous lui proposons en un monde qu'il peut appréhender, comprendre. « Apprendre est un processus qui entraîne des modifications relativement durables du potentiel comportemental, résultant d'expériences environnementales spécifiques. S'il y a eu apprentissage, quel qu'en soit le degré, interviennent des changements comportementaux. ... Parler d'« expériences environnementales spécifiques » au lieu d'exercices sert à suggérer que l'on peut parfois apprendre sans s'exercer réellement, ... » (Bakker & coll., 1992)

## Un partenariat

Le choix des situations proposées est primordial, sachant que pour chaque enfant le sens d'une activité et la compréhension de la consigne se font de manière différente. Pour faire en sorte que chaque enfant trouve un point d'accrochage et accepte d'entrer dans le jeu, il y a lieu de multiplier la nature des sollicitations : visuelles, comme des démonstrations, auditives comme des chansons ou comptines et, surtout, kinesthésiques. Car il n'est a priori pas possible pour l'en-

seignant de dire que tel aménagement, telle proposition déboucheront sur telle réponse et encore moins qu'ils sont le fait de tel objectif atteint. L'observation doit être au centre des préoccupations de l'enseignant. Il prendra en considération l'attitude de l'enfant face à une tâche. Il devra observer avec méthode afin de se rendre compte de l'évolution du comportement de l'enfant face à l'élément liquide et d'améliorer ainsi les situations éducatives proposées.

La place du maître subit un bouleversement profond ! Il doit prendre du recul tout en restant très proche de chaque enfant, pour pouvoir le conduire sans l'enfermer dans une démarche aboutissant à une seule et unique solution. Dans l'accoutumance à l'eau, il n'y a pas de réponse juste ou fausse. Il n'y a que la réaction propre à chaque enfant en réponse à la situation proposée. En cela, le jeu, les comptines, permettent à l'enfant de se créer un monde à sa dimension, par son engagement et sa motivation. L'enfant construit son propre projet auquel il va donner vie. Il intégrera ainsi les notions dont il dispose pour les relier aux nouvelles propositions. L'adulte, le moniteur devient dans le jeu non plus celui qui sait, celui qui dirige, mais un partenaire, un élément indispensable au bon déroulement de l'histoire. « L'enseignant par son corps, parle aux élèves en même temps qu'il leur parle. Par son corps, il peut communiquer l'aisance, la décontraction, la liberté, le plaisir ou inversement l'inquiétude, le mouvement étriqué, l'effort douloureux. » (J. André, in Schmitt, 1989)

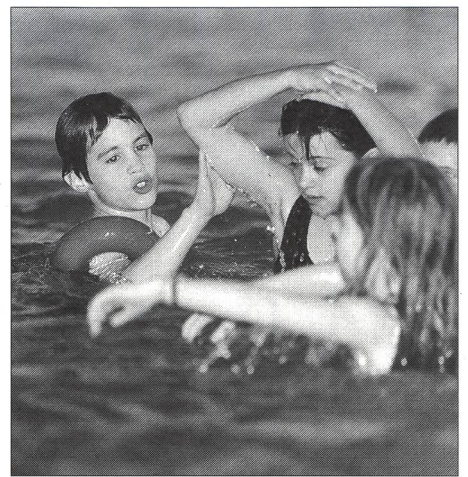
## La méthode douce

Nous sommes convaincus qu'il existe des périodes sensibles et optimales pour l'apprentissage de mouvements complexes. L'accoutumance à l'eau doit préparer l'enfant afin que, le moment venu,

*Marco Astolfi a une formation de maître d'éducation physique I et II et est licencié en sciences sociales et pédagogiques. Actuellement, il est directeur du Centre de formation des maîtres d'éducation physique de l'Université de Lausanne. Il est également membre du comité central de l'Interassociation suisse pour la natation.*

il ne soit pas handicapé, voire arrêté par des problèmes qui font partie de la base de la natation et qu'il peut aborder bien avant les mouvements techniques complexes. « Il ne s'agit donc pas de vouloir faire apprendre trop tôt à un enfant des gestes qu'il peut acquérir à moindre coût plus tard. » (Lecharpentier, 1990)

A notre avis, un moyen privilégié d'accoutumer le très jeune enfant à l'élément



aquatique est la prise en charge par un personnel formé (instituteur, moniteur, maître d'éducation physique, etc.) ou par un groupe dans lequel la mère ou le père est intégré. En effet, à l'âge de trois ou quatre ans (et plus tard également, bien entendu !), les liens affectifs qui unissent les parents à l'enfant garantissent à ce dernier la sécurité dont il a besoin pour aborder sans angoisse des situations nouvelles. Pour simplifier, nous dirons que dans une situation nouvelle, l'enfant retrouve ce besoin d'attachement qui, dans les premières années de sa vie, lui est vital. Et cela, seule une personne aussi proche que la mère ou le père peut le lui apporter. C'est dans ce sens que nous estimons que la méthode douce préconisée par l'Interassociation suisse pour la natation dans « Accoutumance à l'eau Parents-Enfants » nous paraît la mieux appropriée à cette importante étape qu'est la découverte de l'eau. De plus, cette méthode convient parfaitement aux leçons données à la piscine dans le cadre du jardin d'enfants et des classes enfantines. En effet, la plupart du temps, les parents sont sollicités par l'enseignant où le maître de natation pour assurer un bon déroulement de la leçon. Voilà, réunis naturellement, tous les intervenants privilégiés pour la réussite de ce moment fort apprécié par la majorité des enfants.

## Bibliographie

- Bakker, F.C.; Whiting, H.T.A.; Van der Brug, H.: Psychologie et pratiques sportives. Ed. Vigot, Paris 1992.  
 Pfister, R. & coll.: Activités physiques et sportives, efficacité motrice et développement de la personne. Ed. AFRAPS, Clermont-Ferrand octobre 1990.  
 Famose, J.-P.: Motivation et apprentissage, in: Pfister & coll.: Activités physiques et sportives, efficacité motrice et développement de la personne. Ed. AFRAPS, Clermont-Ferrand octobre 1990.  
 Lecharpentier, D.: Perspectives développementalistes et apprentissages moteurs, in: Pfister & coll.: Ed. AFRAPS, Clermont-Ferrand octobre 1990.  
 Schmitt, P.: Nager, de la découverte à la performance. Ed. Vigot, Paris 1989.  
 Collectif d'auteurs: Natation préscolaire, IAN, Aesch, 2<sup>e</sup> édition française 1997. ■