

Stage du comité de l'Essonne : Avenirs.

Dimanche 31 octobre 2021 :

Notre premier jour de stage commence dans de bonnes conditions. Les enfants sont attentifs et sages. Certains sont un peu anxieux de ne pas savoir à quelle sauce ils vont être mangés.

Nous avons proposé des chambres par affinité pour faciliter la séparation avec la famille.

Pour notre première séance, nous avons proposé des choses un peu bizarres pour les nageurs.

Beaucoup sont étonnés des demandes souvent ouvertes et courtes de l'entraîneur qui laisse les nageurs trouver leur réponse en fonction de la demande. Parfois le manque de précisions sur ce qu'il faut faire exactement les rends perplexes. Par exemple : « faire le tour du bassin en nageant. » « Comment ? Quelle nage ? Dans quel sens ? Avec qui ? Pourquoi ? »

Notre objectif de séance : Prendre pleinement connaissance de l'environnement dans lequel les nageurs vont évoluer, et vérifier le niveau de leur aisance aquatique.

Par exemple les nageurs ont dû faire 2 longueurs dans chaque couloir disponible, puis toucher le fond avec plusieurs parties du corps un peu partout dans le bassin ou simplement faire le tour du bassin en marchant. Ensuite il s'agissait par exemple de trouver la meilleure manière de prendre de l'air pour se laisser remonter sans rien faire.

Certains nageurs, parmi les meilleurs, nous ont étonnés en affirmant qu'il était plus facile de faire 25 mètres en crawl les poumons vides que les poumons pleins. Nous n'avons pas cherché à les contredire.

Le fil conducteur de la semaine pourrait être : Faut-il construire le nageur ou le former ? Quelles sont les options pour l'entraîneur ?