

# «Les enfants ont fait d'énormes progrès»

**CONTRÔLE DE SÉCURITÉ AQUATIQUE** La noyade consécutive à une chute dans l'eau: c'est l'accident le plus fréquent chez les moins de 9 ans. Pour que les enfants aient une meilleure sécurité en eau profonde, swimsports.ch et le bpa ont adopté le contrôle de sécurité aquatique (CSA), s'inspirant d'un modèle canadien. À peine introduit, le CSA connaît un grand succès.

Lengnau près de Bienne: la piscine de l'école Kleinfeld retentit de joyeux cris d'enfants. C'est le jour du test CSA pour les élèves de «quatrième», il règne donc une certaine excitation. L'enseignante de natation Ursula Wyss explique une dernière fois la marche à suivre: «Vous faites d'abord une roulade ou une culbute dans l'eau. Puis vous pédalez dans l'eau et restez sur place à la surface, et vous faites en même temps des signes d'une main et répondez à mes questions. Ensuite, vous nagez trois longueurs de bassin. Et durant tout ce temps, vous ne posez pas une seule fois vos pieds sur le fond du bassin.» Cela dit, Madame Wyss subdivise ses 16 élèves en quatre quatuors, chaque groupe passera le test

à tour de rôle, les trois autres vont faire du waterpolo sous la surveillance de leur institutrice, Pia Travaglini Sutter.

Le test commence donc avec une roulade dans l'eau, qui simule une chute dans l'élément liquide. «Pédaler, bouger, agiter les pieds, et lever un bras en l'air» crie Ursula Wyss à deux candidats. Et à David et Gian-Luca, elle pose des questions, sans arrêt: «Quelle est la couleur du chronomètre? Quelle heure est-il à l'horloge de la piscine? De quelle couleur est mon costume de bain?» tandis que les deux garçons répondent en faisant des efforts pour se maintenir sur place à la surface de l'eau. Tout en parlant, elle les fait tourner une fois sur leur axe: «Trois, deux, un, hop, mainte-

nant vous devez encore nager trois longueurs!» Tout heureux, après une minute de sur place dans l'eau, les deux s'en vont en barbotant comme ils peuvent: David comme un petit chien qui apprendrait la brasse, et Gian-Luca sur le dos avec une technique bien à lui.

## L'endurance est un atout

«Vos bras! Servez-vous aussi de vos bras», dit Ursula Wyss aux deux nageurs tout en marchant à leurs côtés, et elle illustre son conseil du geste. Aux derniers mètres des trois longueurs, leurs petits copains les encouragent: «Hop David, hop Gian-Luca, allez-y, ça y est presque!» Ils touchent le but, à quelques mètres l'un de l'autre, complètement essoufflés. «Qu'est-ce que c'était dur!» dit Gian-Luca, et David l'approuve de la tête. Ensuite, c'est le contrôle final; Ursula Wyss demande si Gian-Luca et David ont touché le fond du bassin pendant l'exercice de pédaler sur place, les deux surveillants disent que non. Alors elle fait le dernier «vu» sur son bloc-notes et annonce que le test est réussi. Les deux gamins sont soulagés et heureux; ils appellent joyeusement le prochain groupe au départ du test.

## Une deuxième chance

Ces derniers mois, Ursula Wyss a entraîné le CSA en intégrant ses éléments dans son cours de natation. En parallèle, on a parlé en classe du comportement



Jasmin et Lara commencent par une culbute en arrière.



Ce n'est pas une sinécure pour **Gian-Luca** et **David**: pendant 60 secondes pédaler dans l'eau et tenir un bras levé, et en plus répondre aux questions de la monitrice.

dans l'eau, des «maximes de la baignade». Lors du test, c'est la première fois que les enfants effectuent tous les exercices à la suite. Une heure plus tard, tous ont fait le test, les enfants, impatients, sont réunis au bord du bassin. L'enseignante donne le verdict: «Quand nous avons fait les exercices séparément, tout a très bien joué. Aujourd'hui, pendant le contrôle, il y a eu des problèmes de coordination chez quelques-uns. Alors, certains auront une deuxième chance: Dominique, Shanice, Pravinth, Michel et Sunay pourront refaire le test dans deux semaines. Les attestations, je les garde pour l'instant, je les distribuerai quand tous auront réussi.» Murmures chez les enfants, satisfaction et déception mêlées. Ensuite, Madame Wyss envoie ses élèves faire du waterpolo.

Depuis janvier 2009, Ursula Wyss a déjà effectué le test CSA à Lengnau dans huit classes du degré inférieur. Ce sont 150 enfants environ qui ont eu la fierté de montrer leur attestation à la maison. «Les enfants ont fait de très gros progrès. Au début, le seul fait d'entrer dans la piscine et de mettre la tête sous l'eau demandait un gros effort à beaucoup. Cela a changé – bien qu'il y ait encore des améliorations techniques à faire. Apprendre avec l'attestation CSA en point de mire est un très bon stimulant.»

Beatrice Suter

### Sécurité des enfants en eau profonde

De nombreuses noyades d'enfants sont dues à une chute non intentionnelle dans une eau profonde; elles se produisent souvent à proximité de la rive salvatrice. Le contrôle de sécurité aquatique (CSA) a pour ambition d'apprendre aux enfants à maîtriser cette situation, pour qu'ils soient en mesure de revenir seuls au bord de la rive. L'enseignement habituel de la natation apprend l'accoutumance à l'eau, la maîtrise de cet élément et diverses

techniques de natation. Avec le CSA, on donne la priorité à la domination de la peur de l'eau et à la compétence de «se sauver soi-même d'une situation d'urgence». Mis au point au Canada, le CSA a été adapté pour la Suisse. Depuis son introduction l'année dernière, 4'300 enfants alémaniques et romands déjà ont reçu l'attestation. Les promoteurs du CSA sont swimssports.ch et leurs partenaires: la Société Suisse de Sauvetage SSS, la Fédération Suisse de Natation FSN, Jeunesse + Sport J+S et le bpa.



Pour la roulade, **Michel** devait se faire violence; maintenant, il la fait volontiers.