

Jeux et activités pour les formateurs – Préparez-vous !

Essayez ces jeux ludiques axés sur la précision pour intégrer le thème de la Semaine nationale de prévention des noyades, « Préparez-vous à être Aqua Bon^{MD} », dans vos cours de natation et de sauvetage.

Choisissez un gilet de sauvetage

Cette activité est idéale pour présenter les gilets de sauvetage et leur utilité aux jeunes nageurs. Préparez une sélection de gilets de sauvetage de différentes tailles et de différents modèles, puis mettez les nageurs au défi de trouver celui qui leur va le mieux. Vérifiez-les tous ensemble et discutez de l'importance des gilets de sauvetage en termes d'ajustement, d'activité et de caractéristiques (sifflets, sangles, etc.).

J'apporte _____ à la plage. Et toi, qu'est-ce que tu apportes ?

Ce jeu est idéal pour faire la transition vers une autre activité ou pour rassembler les nageurs. Le moniteur commence par dire : « J'apporte [objet] à [milieu aquatique]. Et vous, qu'est-ce que vous apportez ? ». Le nageur répond alors en citant un autre objet. S'il s'agit d'un bon choix (gilet de sauvetage, crème solaire, serviette, etc.), le moniteur lui dit qu'il peut venir. Passez ensuite au nageur suivant. « [Nageur A] apporte [objet cité précédemment]. Et toi, qu'est-ce que tu apportes ? ».

Préparez une trousse de premiers soins

Ce jeu s'intègre parfaitement aux parcours des niveaux Initié, Averti, Expert et Bronze. Préparez une série d'objets qui pourraient figurer dans une trousse de premiers soins, tels que des masques de protection, des gants, des pansements et de la gaze. Ajoutez également d'autres objets dont les candidats devront déterminer s'ils pourraient être utiles, comme des cuillères, des post-it, des boussoles ou du mascara. Remettez aux candidats un sac à fermeture éclair et discutez avec eux pendant qu'ils choisissent ce qu'ils souhaitent inclure dans leur trousse de premiers soins. La discussion doit s'aligner sur les points « À voir » du cours.

Mieux vaut prévenir que guérir

Ce jeu aide les nageurs à réfléchir de manière critique à la préparation et à la sécurité. Le moniteur annonce un thème, tel que « se préparer pour une sortie en bateau » ou « se préparer pour une journée à la plage », puis

cite à haute voix différentes choses à emporter ou à faire pour se préparer. Les participants doivent crier « C'est sûr ! » s'il s'agit d'un objet ou d'une activité sans danger, et « Désolé ! » dans le cas contraire.