

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

| AISANCE<br>AQUATIQUE |                                                          | PALIER 1 | Date de<br>validation | Niveau<br>de<br>classe |
|----------------------|----------------------------------------------------------|----------|-----------------------|------------------------|
| Repère 1             | Entrer seul dans l'eau                                   |          |                       |                        |
| Repère 2             | Sortir seul de l'eau                                     |          |                       |                        |
| Repère 3             | Se déplacer avec les épaules immergées                   |          |                       |                        |
| Repère 4             | Immerger complètement la tête pendant plusieurs secondes |          |                       |                        |

| AISANCE<br>AQUATIQUE                                                                |                                                                                         | PALIER 2 | Date de validation | Niveau de classe |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------|------------------|
| Repères 5 et 6                                                                      | Toucher le fond avec les pieds puis se laisser remonter passivement                     |          |                    |                  |
| Repères 7 et 8                                                                      | A partir d'un saut, toucher le fond avec les pieds puis se laisser remonter passivement |          |                    |                  |
| L'évaluation s'effectue en grande profondeur (taille de l'élève avec le bras levé). |                                                                                         |          |                    |                  |

| AISANCE<br>AQUATIQUE |                                                                                                                                 | PALIER 3 | Date de validation | Niveau de classe |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------|------------------|
| Repères 9 et 10      | Basculer dans l'eau depuis le bord et entrer dans l'eau par le haut du dos puis pivoter dans l'eau pour se retrouver dos au mur |          |                    |                  |
| Repère 11            | S'allonger sur le ventre, bras dans le prolongement du corps tête sous les bras, quelques secondes                              |          |                    |                  |
| Repère 12            | S'allonger sur le dos, bras dans le prolongement du corps, le temps de plusieurs échanges ventilatoires                         |          |                    |                  |
| Repère 13            | Entrer dans l'eau par la tête en premier et glisser plusieurs mètres sans nager                                                 |          |                    |                  |
| Repère 14            | Parcourir 10 mètres sans prise d'appui solide                                                                                   |          |                    |                  |

| ATTENDUS DE FIN DE CYCLE 2                                                          |                                                                                             | Date de validation | Niveau de classe |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------|
| Action                                                                              | Se déplacer dans l'eau sur une quinzaine de mètres sans appui et après un temps d'immersion |                    |                  |
| L'évaluation s'effectue en grande profondeur (taille de l'élève avec le bras levé). |                                                                                             |                    |                  |

| ATTENDUS DE FIN DE CYCLE 3                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ATTESTATION DU SAVOIR NAGER EN SECURITE<br>En grande profondeur | Date de validation | Niveau de classe |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------|------------------|
| Actions                                                                                                                  | <p><b>Enchaîner les actions suivantes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière ;</li><li>- se déplacer sur une distance de 3,5 mètres en direction d'un obstacle ;</li><li>- franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 mètre ;</li><li>- se déplacer sur le ventre sur une distance de 20 mètres ;</li><li>- au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance ;</li><li>- faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale ;</li><li>- se déplacer sur le dos sur une distance de 20 mètres ;</li><li>- au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance ;</li><li>- se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète ;</li><li>- se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ ;</li><li>- s'ancrer de manière sécurisée sur un élément fixe et stable.</li></ul> |                                                                 |                    |                  |
| L'évaluation s'effectue sur un parcours réalisé en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                 |                    |                  |