

Cycle 1 (Non nageur)

Explorer le milieu aquatique



Sens du progrès en Maternelle : vers une réalisation en continuité.

Capacité à :	Tâche à réaliser	Acquis Oui / Non	Remarques
Accéder à l'eau	Entrer dans l'eau sans aide		... vers la réalisation d'un saut
S'immerger	Aller sous l'eau en récupérant des objets immergés		... vers l'apnée respiratoire
Se déplacer	Se déplacer, sans ou avec petit matériel pour aider à la flottaison		
Réalisé en continuité et validé le :			

Cycle 2 (Autonome)

Transformer sa motricité



Sens du progrès du CP au CE2 : vers une réalisation en continuité et sans reprise d'appuis solides.

Capacité à :	Tâche à réaliser	Acquis Oui / Non	Remarques
Sauter	Sauter sans aide, en s'immergeant et en se laissant remonter à la surface		... vers le surplace vertical
S'immerger	Rechercher un objet immergé (environ 2 m) momentanément avec l'aide d'un appui		
Se déplacer	Nager 15 mètres sur le ventre		
S'équilibrer	Passer d'une position ventrale à une position dorsale		... vers le surplace vertical
Se déplacer	Nager 3 à 5 mètres sur le dos		
Réalisé en continuité, sans reprise d'appuis, et validé le :			



Cycle 3 (Nageur) Fin CM2

Adapter ses déplacements

Sens du progrès du CM1 à la 6è : vers une réalisation en continuité sans reprise d'appuis solides.

Capacité à :	Tâche à réaliser	Acquis Oui / Non	Remarques
Entrer dans l'eau	Chuter en arrière à partir d'une position accroupie, ou plonger		Pour la chute arrière, le corps reste groupé
S'immerger	Franchir en immersion complète un obstacle		
Se déplacer	Nager 15 mètres sur le ventre		
S'équilibrer	Passer d'une position ventrale à une position dorsale		... vers la réalisation d'un surplace horizontal dorsal
Se déplacer	Nager 15 mètres sur le dos		
Réalisé en continuité, sans reprise d'appuis, et validé le :			

Evolution vers la validation de l'ASSN Attestation Scolaire « Savoir Nager »

- Maîtrise d'un parcours aquatique réalisé à au moins 1 mètre de tout appui solide.
- Maîtrise de connaissances spécifiques au milieu aquatique



Cycle 3

Réaliser une performance

Capacité à :	Tâche à réaliser						Acquis Oui / Non
Entrer dans l'eau	plonger						
Se déplacer (à compléter)	25 m	50 m	
Validé le :							

Parcours et connaissances du « savoir nager » pour l'ASSN

Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes à au moins 1 mètre du bord

Tâche à réaliser	Validation	Indicateurs de réussite
Entrer dans l'eau : chute arrière de 0,8 m. max, profondeur mini 1,50 m.		A partir d'une position accroupie, le corps, dos orienté vers l'eau, reste dans l'axe de la chute.
Se déplacer sur 3,50 m. vers l'obstacle.		Déplacement libre.
Passer sous l'obstacle : immersion complète sur une distance de 1,5 m.		L'immersion du corps doit être complète. Aucune partie du corps ne doit toucher l'obstacle.
Se déplacer sur le ventre sur 15 m.		Déplacement libre sans contrainte de temps.
Au cours de ce déplacement, réaliser au signal sonore, un surplace pendant 15''.		Position verticale statique ou dynamique, visage et voies respiratoires émergées.
Faire demi-tour du ventre sur le dos.		Sans reprise d'appui solide, ne pas toucher le fond, le mur, la ligne d'eau ou un objet flottant.
Se déplacer sur le dos sur 15 m.		Déplacement libre sans contrainte de temps.
Au cours de ce déplacement, réaliser au signal sonore un surplace horizontal dorsal pendant 15''.		Position horizontale dorsale statique avec ou sans action de stabilisation, voies respiratoires émergées.
Se retourner sur le ventre et passer à nouveau sous l'obstacle : largeur 1,5 m.		Immersion complète, aucune partie du corps ne doit toucher l'obstacle.
Se déplacer pour revenir au départ.		Déplacement libre sans contrainte de temps.
- Savoir identifier le responsable de la surveillance à alerter. - Connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité. - Savoir identifier les circonstances pour lesquelles l'ASSN est adaptée.		- Localiser le surveillant. - Douche systématique, et consignes de sécurité (règlement du centre aquatique). - Identifier ses ressources et ses limites.
Validé en continuité le - dans le 1er degré par le Professeur des écoles et le MNS, - dans le 2 nd degré par le Professeur d'EPS.		

Dans le cadre des accueils collectifs de mineurs (Circulaire n° 2017-127 du 22-8-2017)

Test du « Certificat d'aisance aquatique » dès la grande section si possible

à réaliser avec ou sans brassière de sécurité

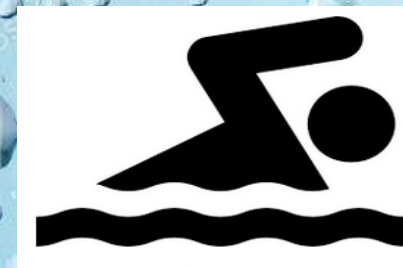
L'élève est apte à :	avec brassière : oui - non
- effectuer un saut dans l'eau ;	oui - non
- réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 secondes ;	oui - non
- réaliser une sustentation verticale pendant 5 secondes (se maintenir à la verticale pdt 5'')	oui - non
- nager sur le ventre pendant 20 mètres ;	oui - non
- franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.	oui - non
Validé le : par tout enseignant dans l'exercice de ses missions.	

Dans le cadre scolaire (Circulaire n° 2000-075 du 31 mai 2000)

Test d'aptitude à la pratique des activités nautiques, dit « anti-panique »

à réaliser avec brassière de sécurité dans une profondeur d'eau au moins égale à 1m 80.

L'élève est capable de se déplacer dans l'eau sans présenter de signe de panique, sur un parcours de 20 mètres, habillé de vêtements propres (tee-shirt et, si possible, pantalon léger, de pyjama par exemple), avec passage sous une ligne d'eau, posée et non tendue. Le départ est réalisé à partir d'un tapis disposé sur l'eau ou d'un support flottant par une chute arrière volontaire.
Validé le : par CPC/CPD-EPS, MNS, Educ./Cons.APS, BE voile/C.K./aviron.



Livret de natation de l'élève

Nom :

Prénom :

Date de naissance :