

Niveau 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 lesurplace 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 lesurplace vertical
Se déplacer	Nager 3 à 5 mètres sur le dos		

Réalisé en continuité, sans reprise d'appuis, et validé le :

Niveau 3 : Nageur, fin CM2 / Adapter ses déplacements

Sens du progrès du CM1 au 6ème : vers une réalisation en continuité et 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 20 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 20 mètres sur le dos		

Réalisé en continuité, sans reprise d'appuis, et validé le :

Niveau 3 : Nageur, fin CM2 / 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 :

Paliers d'acquisitions de l'Aisance Aquatique

	Objectifs	Repères clés d'observation
Palier 1 Consiste à entrer seul dans l'eau, se déplacer en immersion complète et à sortir seul de l'eau.	S'engager dans le milieu aquatique et découvrir une nouvelle locomotion	1) Entrer seul dans l'eau
	Passer de l'appui à la suspension	2) Sortir seul de l'eau
	S'immerger	3) Se déplacer avec les épaules immergées
	S'immerger de plus en plus longtemps	4) Immerger complètement la tête pendant plusieurs secondes
Palier 2 Consiste à sauter ou chuter dans l'eau, se laisser remonter, flotter de différentes manières, puis regagner le bord et sortir seul	Accepter l'action de l'eau sur son corps	5) Toucher le fond avec les pieds (Profondeur du bassin taille avec le bras levé, 1,30 minimum)
	Sauter et se rendre indéformable pour « passer à travers » l'eau	<i>Enchaînement</i> 6) Puis se laisser remonter passivement
		À partir d'un saut : 7) Toucher le fond avec les pieds (Profondeur minimum taille avec le bras levé)
		<i>Enchaînement</i> 8) Puis se laisser remonter passivement
Palier 3 Consiste à entrer dans l'eau par la tête, à remonter à la surface, à parcourir 10 m en position ventrale tête immergée, à flotter sur le dos avec le bassin en surface, à regagner le bord et à sortir seul.	Accepter le déséquilibre et le changement de direction	9) Basculer dans l'eau depuis le bord et entrer dans l'eau par le haut du dos
	Choisir la forme que l'on donne à son corps pour s'orienter de différentes façons	10) Puis pivoter dans l'eau pour se retrouver dos au mur (enchaînement)
		11) S'allonger sur le ventre, bras dans le prolongement du corps tête sous les bras, quelques secondes
		12) S'allonger sur le dos, bras dans le prolongement du corps, le temps de plusieurs échanges ventilatoires
		13) Plonger tête sous les bras et glisser plusieurs mètres sans nager
		14) Parcourir 10 mètres sans prise d'appui solide

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

Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appui au bord du bassin (à 1 mètre de tout appui solide) et sans lunettes

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, et 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 vertical pendant 15" puis reprendre le déplacement pour terminer la distance de 20 m.		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 20 m.		Déplacement libre sans contrainte de temps.
Au cours de ce déplacement, réaliser au signal sonore un surplace horizontal dorsal pendant 15" puis reprendre le déplacement pour terminer la distance de 20 m.		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.
S'ancrer de manière sécurisée sur un élément fixe et stable.		Le nageur peut attendre les secours.
- 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'ASNS 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.		

Test du « Pass-Nautique » dès la grande section si possible

à réaliser avec ou sans brassière de sécurité.

L'élève est apte à :

- 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 ou par une personne titulaire d'une qualification mentionnée dans le paragraphe II de l'article A322-3-2 du code du sport.



**ACADÉMIE
DE NORMANDIE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

**Direction des services départementaux
de l'éducation nationale
de l'Orne**

Livret natation élève

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Texte de référence : Note de service du 28-2-2022

Niveau 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 :			