

### 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.

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

Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis 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 des 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<sup>nd</sup> degré par le Professeur d'EPS.



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

## De l'Aisance aquatique vers le Savoir Nager

Niveau 1 Palier 1	Niveau 2 Palier 2	Niveau 3 Palier 3	Niveau 4	Niveau 5	A S N S

De la maternelle jusqu'à la fin du cycle 3

## De l'Aisance aquatique...

vers

## le Savoir Nager

Niveau1 (Palier 1)	Niveau 2 (Palier 2)	Niveau 3 (Palier 3)	Niveau 4	Niveau 5
<input type="checkbox"/> J'entre seul dans l'eau.	<input type="checkbox"/> Je saute dans l'eau <b>ou</b> <input type="checkbox"/> Je chute dans l'eau.	<input type="checkbox"/> J'entre dans l'eau par la tête et remonte à la surface.	<input type="checkbox"/> Je saute seul.	<input type="checkbox"/> J'entre dans l'eau par la tête départ debout (plongeon).
<input type="checkbox"/> Je me déplace en immersion complète.	<input type="checkbox"/> Je me laisse remonter.	<input type="checkbox"/> Je parcours 10m en position ventrale tête immergée.	<input type="checkbox"/> Je me laisse remonter à la surface (remontée passive).	<input type="checkbox"/> Je nage 25 m en améliorant mon temps.
	<input type="checkbox"/> Je flotte de différentes manières.	<input type="checkbox"/> Je flotte sur le dos avec le bassin en surface.		
<input type="checkbox"/> Je regagne le bord seul.			<input type="checkbox"/> Je me déplace seul sur 15 m sans reprise d'appuis.	<input type="checkbox"/> Je nage 3 min en améliorant ma distance parcourue.
<input type="checkbox"/> Je sors seul de l'eau.				



<input type="checkbox"/> maîtrise <b>toutes</b> les compétences attendues du <b>palier 1</b>	<input type="checkbox"/> maîtrise <b>toutes</b> les compétences attendues du <b>palier 2</b>	<input type="checkbox"/> maîtrise <b>toutes</b> les compétences attendues du <b>palier 3</b>	<input type="checkbox"/> maîtrise <b>toutes</b> les compétences attendues du <b>niveau 4</b>	<input type="checkbox"/> maîtrise <b>toutes</b> les compétences attendues du <b>niveau 5</b>
<b>Palier 1 validé</b> Date :..... Classe : .....	<b>Palier 2 validé</b> Date :..... Classe : .....	<b>Palier 3 validé</b> Date :..... Classe : .....	<b>Niveau 4 validé</b> Date :..... Classe : .....	<b>Niveau 5 validé</b> Date :..... Classe : .....



Validation possible du Pass-Nautique à partir de la Grande Section