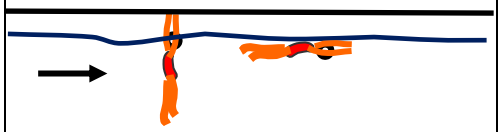
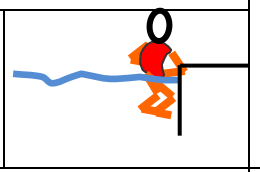
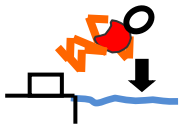
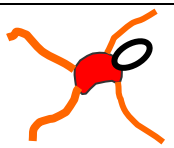
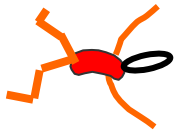
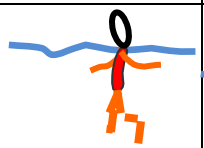
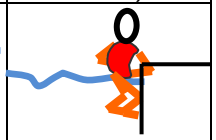
Ecole : _____ classe : _____ **Aisance aquatique : validation des paliers** Date : _____

Les actions s'effectuent en grande profondeur et sans matériel de flottaison. **X** : l'action est réussie, **O** : l'action n'est pas réussie

Palier 1		J'entre seul dans l'eau :par l'échelle, ou du muret (assis, saut, …)		Je me déplace les épaules immergées puis avec la tête sous l'eau plusieurs secondes, en me tenant au mur ou pas	Je sors seul de l'eau : soit par l'échelle, soit par le muret		**Le test est validé (oui / non)**
Noms	**Prénoms**						

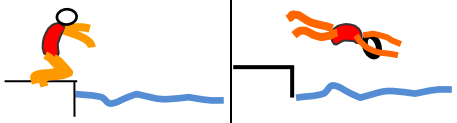
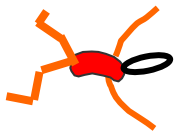
Ecole : _____ classe : _____ **Aisance aquatique : validation des paliers** Date : _____

Les actions s'effectuent en grande profondeur et sans matériel de flottaison. **X** : l'action est réussie, **O** : l'action n'est pas réussie

Palier 2		Je saute ou je chute dans l'eau		Je me laisse remonter à la surface	Je flotte de différentes manières : étoile de mer ventrale ou dorsale, maintien verticale, …			Je regagne le bord et je sors seul (échelle ou muret)	**Le test est validé** (oui / non)
Noms	**Prénoms**								

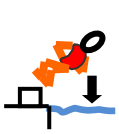
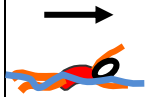
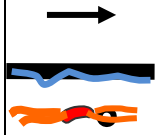
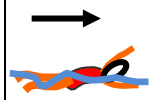
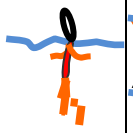
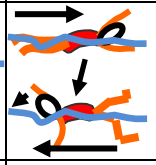
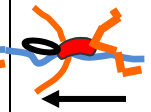
Ecole : _____ classe : _____ **Aisance aquatique : validation des paliers** Date : _____

Les actions s'effectuent en grande profondeur et sans matériel de flottaison. **X** : l'action est réussie, **O** : l'action n'est pas réussie

Palier 3		Je rentre dans l'eau la tête la première	Je me laisse remonter à la surface	Je parcours 10 m en position ventrale, tête immergée	Je flotte sur le dos avec le bassin en surface	Je regagne le bord et je sors seul (échelle ou muret)	**Le test est validé (oui / non)**
Noms	**Prénoms**						

Ecole : _____ classe : _____ **Validation du savoir nager** Date : _____

Le parcours s'effectue sans reprise d'appui. Les actions doivent toutes s'enchaîner. Le parcours est validé si toutes les actions sont réussies et enchaînées sans reprise d'appui.

X : l'action est réussie, **O** : l'action n'est pas réussie Le test est validé : **OUI** Le test n'est pas validé : **NON**

Attestation du Savoir Nager en Sécurité		**Aller**						**Retour**					**Le test est validé**
		Entrer dans l'eau en chute arrière	Se déplacer sur une distance de 3,5 mètres	Franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 mètre	Se déplacer sur le ventre sur une distance de 20 mètres. Au cours du déplacement, au signal, réaliser un équilibre vertical pendant 15 secondes.		Faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale	Se déplacer sur le dos sur une distance de 20 mètres. Au cours du déplacement, au signal, réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 secondes		Se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète	Se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ.	L'élève s'ancre de manière sécurisée sur un élément fixe et stable	
Noms	**Prénoms**