**LIVRET D’EVALUATION DE LA PISCINE DE FONTENAY-TRESIGNY**

Nom: ……………. ……. Prénom : ………… Date de naissance : ...../..…../……

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NIVEAU 1 : Le corps sans appui plantaire** | | | |
| **ENTREE** | **DEPLACEMENT** | **IMMERSION** | **FLOTTER** |
| je descends dans l’eau et je garde un contact avec le bord | Je me déplace le long du mur ou d’une ligne d’eau10m sans appui plantaire | J’immerge entièrement ma tête sous l’eau | Je fais une étoile ventrale avec de l’aide (en tenant le bord ou avec 2 frites). |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NIVEAU 2 : Vers le corps flottant** | | | |
| **ENTREE** | **DEPLACEMENT** | **IMMERSION** | **FLOTTER** |
| J’entre dans l’eau par les pieds avec une frite ou sans matériel mais avec aide | Se déplacer 5m le long du mur ou d’une ligne d’eau sans se tenir | Attraper un objet à plus de 1m de profondeur | Faire la boule en surface |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NIVEAU 3 : Vers le corps flottant (2)** | | | |
| **ENTREE** | **DEPLACEMENT** | **IMMERSION** | **FLOTTER** |
| J’entre dans l’eau par les pieds avec une frite | Se déplacer 10m le long du mur sans se tenir sur le dos ou sur le ventre | Attraper un objet à plus de 1,50m de profondeuravec aide (perche, échelle…) | Faire la bouteille (flottaison verticale) |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIVEAU 4 : Le corps flottant** | | | | |
| **ENTREE** | **DEPLACEMENT** | | **IMMERSION** | **FLOTTER** |
| Je saute dans l’eau par les pieds sans matériel | Se déplacer sur une douzaine de mètres (« petit chien ») sans se tenir | Se déplacer 10 mètres sur le dos | Toucher le fond à 2m15 avec aide (perche, échelle…) | Se laisser remonter à la surface sans agir dans différentes positions |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TEST départemental (réussite complète de tous les items en continu en grande profondeur)** | | |
| Sauter | Remonter passivement | Se déplacer 15 mètres ventral et/ou dorsal sans appui |
|  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIVEAU 5 : Le corps projectile** | | | | |
| **ENTREE** | | **DEPLACEMENT** | **IMMERSION** | **FLOTTER** |
| Entrer dans l’eau | | Se déplacer 12,5 mètres sur le ventre, en soufflant dans l’eau et 12,5 mètres sur le dos sans matériel | Franchir en immersion complète un obstacle sur une distance de 1,5 mètre | Je fais l’étoile 15’’sur le ventre et le dos sans matériel |
| par les pieds, corps aligné (chandelle) | en boule arrière |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ETRE AUTONOME Parcours ASSN (compétence minimale attendue à la fin du CM2)**  **(réussite complète de tous les items en continu sans reprise d’appuis au bord du bassin en grande profondeur et sans lunettes)** | | | | | |
| Chute AR du bord | Se déplacer 3,5 m et franchir un obstacle de 1,5 m | Se déplacer sur le ventre 15m avec un surplace vertical de 15’’ | Se déplacer 15m sur le dos avec un surplace dorsal de 15’’ | Se remettre sur le ventre et franchir un obstacle de 1,5m | Se déplacer sur 3,5m pour revenir au point de départ |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NIVEAU 6 : Le corps propulseur discontinu** | | | |
| **Enchainer :** | | | |
| Plonger (entrer par la tête) | Se déplacer 50 m (25 m en ventral et  25 m en dorsal sans interruption) | Maintenir un surplace tête hors de l’eau de 10’’ | Réaliser un parcours subaquatique : à partir d’un plongeon canard ou traverser une cage, puis ramasser plusieurs objets. |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIVEAU 7 : Aller vers d’autres activités** | | | | | |
| **NATATION SPORTIVE** | | | **SAUVETAGE** | | |
| départ plongé | | |
| 25 mètres dos | 25 mètres brasse, avec une respiration adaptée | 25 mètres crawl, avec une respiration adaptée | je nage 25 mètres le plus vite possible | je vais chercher le mannequin enfant à l’aide d’un plongeon canard | je le remorque sur 25 mètres |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **NIVEAU 7 : Aller vers d’autres activités** | | | | |
| **NATATION SYNCHRONISEE**  **REALISER UNE PRODUCTION COLLECTIVE** | | | | |
| CREER SUR UNE MUSIQUE UN ENCHAINEMENT AVEC : | | | | |
| Une entrée | Des déplacements | Des figures  individuelles | Des formations | Une cascade |
|  |  |  |  |  |