**PHASE DE REFERENCE – FICHE 3 : Projet de l’élève** Nom : ……………………………………………….. Prénom : …………………………………………………..

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **En classe, je choisis 4 actions que je sais faire sans me mettre en danger.** | | | | | |
| entrer | se déplacer | s’immerger | | flotter | |
|  |  | |  | |  |
| **Je précise ma manière de faire** | | | | | |
|  |  | |  | |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **A la piscine, je réalise mon parcours. Je note mes réussites.** | | | | | |
|  | **Essai 1** | **Essai 2** | **Essai 3** | **Essai 4** | **Essai 5** | |
| **Parcours réussi ? 🡪 *Je coche*** |  |  |  |  |  | |
| **Actions enchainées ? 🡪 *J’entoure*** | **OUI / NON** | **OUI / NON** | **OUI / NON** | **OUI / NON** | **OUI / NON** | |

**Entrer**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| J’entre dans l’eau en gardant des appuis. | Je saute. | Je plonge |  |

**Se déplacer**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| Je me déplace avec aide. | Je me déplace sans aide. |  |  |

**Flotter**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| Je flotte avec aide. | Je flotte sans aide. |  |  |

**S’immerger**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| Je laisse couler de l’eau sur mon visage. | J’immerge ma bouche. | J’immerge mon visage. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| Je m’immerge en entier. | Je passe sous un objet posé en surface (cerceau, ligne d’eau, barre). | Je vais au fond de l’eau. |

|  |
| --- |
|  |
| Je me déplace sous l’eau. |