

## FICHE-REPERE A DESTINATION DES ENSEIGNANTS

ENTREES	IMMERSIONS	EQUILIBRES / FLOTTAISONS	DEPLACEMENTS	SORTIES	ACTIONS JUXTAPOSEES / ENCHAÎNEES
Entrer par l'escalier	Immerger le visage en se tenant au bord	Flotter en étoile ventrale avec aide	Se déplacer à l'aide du mur ou de la ligne d'eau	Sortir de l'eau par l'escalier	Actions juxtaposées
Descendre à l'échelle *		Flotter en étoile dorsale avec aide	Se déplacer à l'aide du mur ou de la ligne d'eau tête immergée *		
Entrer assis du bord *	Passer sous la ligne d'eau	Flotter en étoile ventrale sans aide **	Se déplacer sur le ventre ou le dos à l'aide de matériel		
Entrer en sautant avec aide (frite ou perche ...)			Se déplacer en fusée ventrale tête immergée sur 3 à 5 m *		
Entrer par le toboggan avec aide	Descendre le long de la perche ou de la cage	Flotter en boule sans aide **	Se déplacer sans aide tête immergée sur 10 m ***		
<b>Entrer en sautant sans aide + remontée passive **</b>	<b>Passer dans un cerceau à 50 cm de profondeur</b>	<b>Tenir en étoile de mer pendant 5 à 10s **</b>	<b>Nager 15 m en autonomie ***</b>	<b>Sortir seul de l'eau par le bord * ** ***</b>	
Entrer par le toboggan tête avant et sans aide ***	Passer dans un cerceau à 1 m de profondeur	Equilibre vertical	Se déplacer sur le dos sans aide		3 actions enchaînées
Plonger à genou ***	Aller chercher 3 objets différents (sans aide, moyenne et grande profondeur)	Flotter en étoile dorsale sans aide ***	Se déplacer avec les bras et les jambes sur 10 m ***		
Plonger du bord ***	Réaliser un parcours subaquatique	Enchaîner étoile ventrale et étoile dorsale	Enchaîner 10 m sur le ventre et 10 m sur le dos ***		4 actions enchaînées

NB :

- Les cases en gris correspondent aux attendus de fin de cycle 2.
- Les astérisques correspondent aux paliers de l'aisance aquatique : \* 1<sup>er</sup> palier / \*\* 2<sup>ème</sup> palier / \*\*\* 3<sup>ème</sup> palier
- RAPPEL : les paliers de l'aisance aquatique se valident en grande profondeur cf : fiche élève 