

En classe, je choisis 4 actions que je sais faire sans me mettre en danger.

| entrer | se déplacer | s'immerger | flotter |
|--------|-------------|------------|---------|
| | | | |

A la piscine, je réalise plusieurs fois chacun des actions choisies. Je coche chaque réussite.

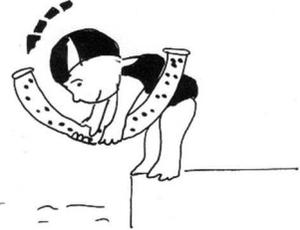
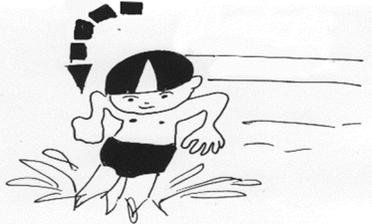
| | | | |
|--|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|--|--|--|--|

En classe : Je surligne les deux actions que je vais enchaîner.

A la piscine, je réalise mon parcours au moins 3 fois. Je note mes réussites.

| | Essai 1 | Essai 2 | Essai 3 | Essai 4 | Essai 5 |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Parcours réussi ? → <i>Je coche</i> | <input type="checkbox"/> |
| Actions enchainées ? → <i>J'entoure</i> | OUI / NON |

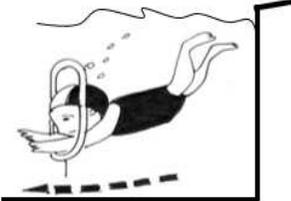
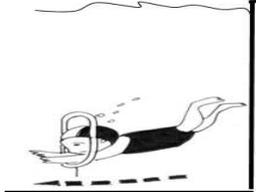
Entrer

| | | | |
|---|--|--|--|
|  <p>J'entre par l'échelle.</p> |  <p>Je saute avec une frite.</p> |  <p>Je saute sans frite</p> |  <p>J'entre en chute avant ou arrière</p> |
|---|--|--|--|

Se déplacer

| | | | |
|---|---|--|---|
|  <p>Je me déplace le long du bord.</p> |  <p>Je me déplace avec une frite.</p> |  <p>Je me déplace sur le ventre sans frite (10m).</p> |  <p>Je me déplace sur le dos sans frite (10m).</p> |
|---|---|--|---|

S'immerger

| | | | |
|--|---|---|--|
|  <p>Je passe sous une ligne d'eau ou sous une perche.</p> |  <p>Je passe dans un cerceau en petite profondeur.</p> |  <p>Je vais chercher un objet en GRANDE profondeur.</p> |  <p>Je passe dans un cerceau en GRANDE profondeur.</p> |
|--|---|---|--|

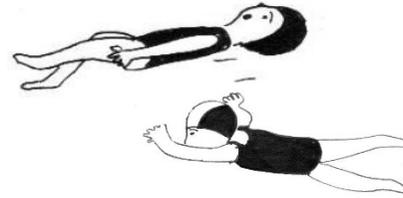
Flotter



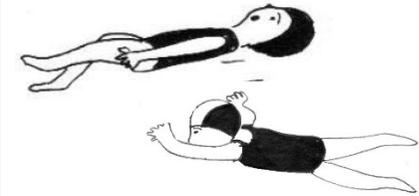
Je flotte avec un tapis.



Je flotte avec une frite.



Je flotte sans matériel en
petite profondeur



Je flotte sans matériel en
GRANDE profondeur