

Grille d'observation

Repères clés pour l'encadrant

Nom : Prénom : Palier 1  / Palier 2  / Palier 3 

Pour permettre de situer le pratiquant sur cette grille, les repères clés **doivent s'observer en grande profondeur** (au minimum taille de la personne avec le bras levé) **et sans matériel de flottaison**

Passages obligés*	Objectifs	Observation		3 Paliers de l'aisance aquatique		
		Repères clés pour l'encadrant	Observé	P1	P2	P3
Passage obligé 1	S'engager dans le milieu aquatique et découvrir une nouvelle locomotion	1) Entrer seul dans l'eau	Oui <input type="checkbox"/>	Palier 1 : Cette première étape consiste à entrer seul dans l'eau, se déplacer en immersion complète et à sortir seul de l'eau. Palier 2 : Cette seconde étape nécessite de sauter ou chuter dans l'eau, à se laisser remonter, à flotter de différentes manières, à regagner le bord et à sortir seul. Palier 3 : Cette dernière étape consiste à entrer dans l'eau par la tête, à remonter à la surface, à parcourir 10 m en position ventrale tête immergée, à flotter sur le dos avec le bassin en surface, à regagner le bord et à sortir seul.		
		2) Sortir seul de l'eau	Oui <input type="checkbox"/>			
Passage obligé 2	Passer de l'appui à la suspension	3) Se déplacer avec les épaules immergées	Oui <input type="checkbox"/>			
Passage obligé 3	S'immerger	4) Immerger complètement la tête pendant plusieurs secondes	Oui <input type="checkbox"/>			
Passage obligé 4	S'immerger de plus en plus longtemps					
Passage obligé 5	Accepter l'action de l'eau sur son corps	5) Toucher le fond avec les pieds (Profondeur taille avec le bras levé)	Oui <input type="checkbox"/>			
		<i>Enchaînement</i> 6) Puis se laisser remonter passivement	Oui <input type="checkbox"/>			
Passage obligé 6	Sauter et se rendre indéformable pour « passer à travers » l'eau	<i>A partir d'un saut :</i> 7) Toucher le fond avec les pieds (Profondeur minimum taille avec le bras levé)	Oui <input type="checkbox"/>			
		<i>Enchaînement</i> 8) Puis se laisser remonter passivement	Oui <input type="checkbox"/>			
Passage obligé 7	Accepter le déséquilibre et le changement de direction	9) Basculer dans l'eau depuis le bord et entrer dans l'eau par le haut du dos	Oui <input type="checkbox"/>			
		<i>Enchaînement</i> 10) Puis pivoter dans l'eau pour se retrouver dos au mur	Oui <input type="checkbox"/>			
Passage obligé 8	Choisir sa forme pour s'orienter de différentes façons	11) S'allonger sur le ventre, bras dans le prolongement du corps tête sous les bras, quelques secondes	Oui <input type="checkbox"/>			
		12) S'allonger sur le dos, bras dans le prolongement du corps, le temps de plusieurs échanges ventilatoires	Oui <input type="checkbox"/>			
		13) Plonger tête sous les bras et glisser plusieurs mètres sans nager	Oui <input type="checkbox"/>			
		14) Parcourir 10 mètres sans prise d'appui solide	Oui <input type="checkbox"/>			

Quel que soit le niveau d'acquisition de l'aisance aquatique le pratiquant mineur doit être, et rester en permanence sous la surveillance d'un adulte.

Palier 3 : en piscine, je suis capable de regagner le bord et m'extraire seul du bassin ou d'attendre d'être aidé

*En situation il n'y a pas un ordre contraint des passages obligés