

Grille d'évaluation : Aisance Aquatique Paliers 1, 2, 3

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

		Élève	Élève	Élève	Élève	Élève	Élève	Élève	Élève	Élève	Élève	Élève
PALIER 1	1. Entrer seul dans l'eau											
	2. Sortir seul de l'eau											
	3. Se déplacer avec les épaules immergées											
	4. Immerger la tête complètement pendant plusieurs secondes											
Validation PALIER 1 = l'élève est capable d'entrer seul dans l'eau, se déplacer en immersion complète et sortir seul de l'eau												
PALIER 2	5. Toucher le fond avec les pieds *											
	6. Puis se laisser remonter passivement **											
	7. Toucher le fond avec ses pieds (à partir d'un saut) *											
	8. Puis se laisser remonter passivement **											
Validation PALIER 2 = l'élève est capable de sauter ou chuter dans l'eau, se laisser remonter, flotter de différentes manières, regagner le bord, sortir seul de l'eau												

PALIER 3	9. Basculer dans l'eau depuis le bord et entrer dans l'eau par le dos												
	10. Puis pivoter dans l'eau pour se retrouver dos au mur *												
	11. S'allonger sur le ventre, bras dans le prolongement du corps, tête sous les bras, quelques secondes												
	12. S'allonger sur le dos, bras dans le prolongement du corps, le temps de plusieurs échanges ventilatoires												
	13. Plonger tête sous les bras et glisser plusieurs mètres sans nager												
	14. Parcourir 10 mètres sans prise d'appui solide												
Validation PALIER 3 = l'élève est capable d'entrer dans l'eau par la tête, remonter à la surface, parcourir 10 m en position ventrale tête immergée, flotter sur le dos avec le bassin en surface, regagner le bord et sortir seul													

* Profondeur taille avec le bras levé

** L'action est enchaînée avec la précédente