

##### NATATION

##### EVALUATION - TESTS

**Premier palier**

**Connaissance et capacités à évaluer en fin de cycle 2 :**

« Se déplacer sur une quinzaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d’appui ».

« S’immerger, se déplacer sous l’eau, se laisser flotter ».

### Indications pour l’évaluation (celle-ci s’effectue en deux parties séparées par un temps de récupération) :

* se déplacer sur une quinzaine de mètres, sans aide à la flottaison et sans reprise d’appuis.

Effectuer un enchaînement d’actions sans reprise d’appuis en moyenne profondeur :

* sauter dans l’eau ;
* se déplacer brièvement sous l’eau (par exemple pour passer sous un obstacle flottant) ;
* se laisser flotter un instant avant de regagner le bord.

**Deuxième palier**

**Connaissance et capacités à évaluer en fin de cycle 3 :**

« Se déplacer sur une trentaine de mètres sans aide à la flottaison et sans reprise d’appui ».

« Plonger, s’immerger, se déplacer ».

### Indications pour l’évaluation (celle-ci s’effectue en deux parties séparées par un temps de récupération) :

* se déplacer sur une trentaine de mètres, sans aide à la flottaison et sans reprise d’appui. Par exemple, se déplacer sur 25 mètres, effectuer un virage, une coulée et une reprise de nage pour gagner le bord.

Enchaîner sans reprise d’appuis :

* sauter ou plonger en grande profondeur ;
* effectuer un déplacement orienté en immersion (par exemple pour passer dans un cerceau immergé) ;
* effectuer un sur-place de 5 à 10 secondes avant de regagner le bord.