Nom : ………………………………… Classe : …………………



Savoir nager

Le savoir-nager correspond à une maîtrise du milieu aquatique. Il reconnaît la compétence à nager en sécurité, dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'eau calme à pente douce). Son acquisition est un objectif des classes de CM1, CM2 et sixième.

Sa maîtrise permet d'accéder à toute activité aquatique ou nautique susceptible d'être programmée dans le cadre des enseignements obligatoires ou d'activités optionnelles en EPS, ou à l'extérieur de l'école, notamment pour la pratique des activités sportives mentionnées aux articles A. 322‑42 et A. 322‑64 du [code du sport](http://www.legifrance.gouv.fr/affichCode.do?cidTexte=LEGITEXT000006071318).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes** | **CM1** | **CM2** | **6ème** |
| - à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière ; |  |  |  |
| - se déplacer sur une distance de 3,5 mètres en direction d'un obstacle ; |  |  |  |
| - franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 mètre ; |  |  |  |
| - se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 mètres ; |  |  |  |
| - au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ; |  |  |  |
| - faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale ; |  |  |  |
| - se déplacer sur le dos sur une distance de 15 mètres ; |  |  |  |
| - au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ; |  |  |  |
| - se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète ; |  |  |  |
| - se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ. |  |  |  |

***Connaissances et attitudes :***

*- Savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème ;*

*- connaître les règles de base liées à l'hygiène et la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé ;*

*- savoir identifier les environnements et les circonstances pour lesquels la maîtrise du savoir-nager est adaptée.*