CLASSE de

Natation Niveau 1 et 2

Marianne TERTIAN-PEYROTTE  
Prof. d’EPS Collège Jaurès la Ciotat



Trame du 1er cycle de pratique

SCENARIO ANTICIPE / PREVU / IMAGINE REALISE / ADAPTE A LA REALITE DE LA CLASSE

Trame du 2e cycle de pratique 6e

SCENARIO ANTICIPE / PREVU / IMAGINE REALISE / ADAPTE A LA REALITE DE LA CLASSE

Trame du 3e cycle de pratique 5e

SCENARIO ANTICIPE / PREVU / IMAGINE REALISE / ADAPTE A LA REALITE DE LA CLASSE

NATATION NIVEAU 1 -- 1er cycle de pratique

Aujourd’hui on développe des …

#### Leçon 1

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT: |
|  | CORPS DE LECON:  *Test d’entrée au niveau 1*  *Droit à un 2e essai en cas d’échec.*  *Les élèves ayant échoué au test sont orientés vers le PPRE natation.* |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NATATION NIVEAU 1 -- 1er cycle de pratique

Aujourd’hui on développe des …

#### Leçon 2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Connaissances** | **Capacités** | **Attitudes** |
| * **Respirer = inspirer + EXPIRER !** | * **L’équilibre :** * **alignement corporel horizontal.** * **rôle joué par la tête dans l’alignement.** * **o La respiration :** * **expiration aquatique active, longue et complète.** | * **Accepter de souffler dans l'eau** * **Prendre conscience de la position de son corps** |

ECHAUFFEMENT:

Petit bain: s'équilibrer dans l'eau: étoile de mer

CONTENUS: position du bassin

Variable: seul avec aide, seul sans aide, se faire déplacer, se déplacer seul, sur le dos, sur le ventre

CORPS DE LECON: 25 m nagé, 25m en marchant (rapidement mais sans courir) pour la récup.

Avec une frite à deux dans la largeur: jeu de la prise d'air  
  
Seul: Se déplacer sur le ventre en faisant attention à la position du bassin et celle de la tête - faire des bulles. Dès qu'on a plus d'air, on se tourne sur le dos pour inspirer.

Avec une frite à deux dans la largeur puis dans la longueur: jeu de la prise d'air inspiration costale et brève, tout le monde fait des bulles

Variable: un bras devant, on se tourne brièvement sur le côté, pour être face à face

Co-observation: 1-2-3 soleil : si j'ai le temps de dire Soleil, l'élève marque un point, le but du jeu est d'avoir le moins de points possible.

Si j'ai zéro point, je passe à la co-observation: nombre CB sur 25 mètres: faire 5 de mieux à chaque fois/ on essaye d'atteindre moins de 30 CB

* **On se prépare au test N1 la semaine prochaine!**

RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES   
Apprentissages moteurs / Comportement des élèves

NATATION NIVEAU 1 -- 1er cycle de pratique

Aujourd’hui on développe des …

#### Leçon 3

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT: |
|  | CORPS DE LECON: |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NATATION NIVEAU 1 -- 1er cycle de pratique

2gp: Nv 1 et Nv 2 vitesse

#### Leçon 4

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT**  Nv 1 | ECHAUFFEMENT: |
| CORPS DE LECON:  Situation défi : aller le plus loin en 20 CB |
| RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT**  Nv 2 | ECHAUFFEMENT: |
| CORPS DE LECON:  Situation défi : le serpent |
| RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NATATION NIVEAU 1 -- 1er cycle de pratique

2gp: Nv 1 et Nv 2 vitesse

#### Leçon 5

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT**  Nv 1 | ECHAUFFEMENT:  3\* 25m (lent moyen rapide) |
| CORPS DE LECON: |
| RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT**  Nv 2 | ECHAUFFEMENT:    3\*50 m (lent moyen rapide) |
| CORPS DE LECON: |
| RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NATATION NIVEAU 1 -- 1er cycle de pratique

2gp: Nv 1 et Nv 2 vitesse

#### Leçon 6

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT**  Nv 1 | ECHAUFFEMENT: |
| CORPS DE LECON: |
| RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT**  Nv 2 | ECHAUFFEMENT: |
| CORPS DE LECON: |
| RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NATATION NIVEAU 1 -- 1er cycle de pratique

EVALUATION VITESSE

#### Leçon 7

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT**  Nv 1 | ECHAUFFEMENT: |
| CORPS DE LECON: |
| RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT**  Nv 2 | ECHAUFFEMENT: |
| CORPS DE LECON: |
| RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NATATION NIVEAU 2 -- 2e cycle de pratique

#### Leçon 0

Test d'entrée au N1

+

Brevet: aller ventral - toucher - retour dorsal

+

Prise de chrono 50 m + CB

**BILAN** : Nombre d'élèves au N1/ au N2 / degré d'efficience du N2

NATATION NIVEAU 2 -- 2e cycle de pratique

#### Leçon 1

NV 1 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT: |
|  | CORPS DE LECON:  Fixer la tête avec les battements / la planche  Inspirer en dh des temps moteur |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NV 2 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT: |
|  | CORPS DE LECON:  ***Réaliser une culbute***  En largeur, un bassin, 4 lignes d’eau.  CULBUTE VENTRE – DOS  - Nager, faire une roulade avant autour de la ligne d’eau, ressortir sous la ligne, revenir en dos  - Variables : faire le tour de la 1ère ligne, retour, faire le tour de la 2e, retour, etc…  COULEE VENTRALE  - Coulée simple le plus loin possible sans faire de mouvement  - Coulée + ½ vrille  CULBUTE VENTRE-DOS ET VENTRE-VENTRE  - Faire le tour de la 1ère ligne (culbute ventre-dos), retour faire une culbute ventre-ventre contre le mur avec la ½ vrille  PRENDRE DES REPERES AVEC LE « T »  - Nager à partir de la ligne de drapeaux, prendre de la vitesse, faire deux mouvements de bras après le T, faire une culbute ventre – dos  Critères de réussite : on doit partir sur le ventre, revenir sur le dos, les jambes doivent être pliées quand les pieds se posent contre le mur.  Critère de réalisation : trouver la distance la plus confortable après le T pour tourner pour être ni trop groupé ni jambes tendues  4\*50M Aller crawl retour dos avec une culbute ventre-dos  4\*50M aller retour en crawl avec une culbute ventre-ventre |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

#### Leçon 2

**LE PROGRAMME EST AU TABLEAU**

NV 1 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT:  4 \* 25 m échauffement  4 \* 25 m plongé + crawl |
|  | CORPS DE LECON: Aller le plus loin possible :  Plongeon + 6 CB Fixer la tête - inspirer + 6 CB |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NV 2 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT:    4 \* 25 m échauffement 4 \* 25 m plongé + Crawl  4 \* 25 m plongé + Crawl + culbute arrivée sur le dos |
|  | Exercice spécifique culbute au mur |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

#### Leçon 3

N1 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT:    3\* 25 lent moyen rapide  5 plongeons |
|  | CORPS DE LECON:  S'aligner  Nager en opposition, la planche perpendiculaire à l'eau  Jeu de contrastes |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NV 2 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT:    3\* 25 m (lent moyen rapide) |
|  | CORPS DE LECON:  Plongeon: la reprise de nage  Culbute: inspirer avant le T  Co observation: plongeon, 25 , culbute, 25  Critères de réussite du plongeon: On rentre par les mains, on sort aux fanions en battant des jambes  Critères de réussite de la culbute: On respire avant le T, on se pousse fort du mur et quand on ralentit on bat des pieds |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

#### Leçon 4

**EVALUATION FORMATIVE**

NV 1 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT:    3\*25 m  3\*50 m plongeon culbute |
|  | CORPS DE LECON: |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NV 2 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT:    3\*25 m |
|  | CORPS DE LECON: |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NV DISTANCE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT: |
|  | CORPS DE LECON: |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

#### Leçon 5

NV 1 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT: |
|  | CORPS DE LECON:  Respi - tête  Aligner la tête, faire des bulles |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NV 2 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT:    3\*25 m |
|  | CORPS DE LECON:  Culbutes: travail spécifique en petit bassin  Culbutes et vrilles  Reprise de nage |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

#### Leçon 6

NV 1 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT: |
|  | CORPS DE LECON:  Fusée - arrêt - fusée ou  Fusée - inspi - fusée puis avec 7 inspi, puis 6...  25 m avec chrono des temps yeux hors de l'eau |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

NV 2 VITESSE:

|  |  |
| --- | --- |
| **DÉROULEMENT** | ECHAUFFEMENT: |
|  | CORPS DE LECON:  Passation N2 |
|  | RETOUR AU CALME / BILAN AVEC LES ELEVES  Apprentissages moteurs / Comportement des élèves |

Aujourd’hui on EVALUE

#### Leçon 7

Les brevets du NIVEAU 2

*Fiche présentation*

**Ce qu’il faut faire sans s’arrêter: NAGE DE VITESSE : 50 mètres**

|  |
| --- |
| **culbute.jpg**  NAGE 25 METRES SUR LE VENTRE  PLONGE    TOURNE AVEC UNE CULBUTE  POUSSE TOI DU MUR AVEC LES PIEDS  NAGE 25 METRES  SUR LE DOS  TOUCHE LE MUR AVEC TA MAIN |

**NAGE LONGUE : 12 minutes**

|  |
| --- |
| POUSSE TOI DU MUR AVEC LES PIEDS A CHAQUE VIRAGE  NAGE SUR LE VENTRE OU SUR LE DOS  PLONGE |

Les brevets du NIVEAU 2

*Fiche élève : NOM PRENOM Date*

**Ce qu’il faut faire sans s’arrêter: NAGE DE VITESSE : 50 mètres**

|  |
| --- |
| **culbute.jpg**  NAGE 25 METRES SUR LE VENTRE  Réussi ?🞏  PLONGE  Réussi ?🞏    NAGE 25 METRES  SUR LE DOS  Réussi ?🞏  TOURNE AVEC UNE CULBUTE  Réussi ?🞏  POUSSE TOI AVEC LES PIEDS  Réussi ?🞏  TOUCHE LE MUR AVEC TA MAIN  Réussi ?🞏 |

**Le temps que j’ai mis pour faire 50m : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
Nombre de coups de bras : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ :2=\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\*\*\***

**NAGE LONGUE : 12 minutes**

|  |
| --- |
| NAGE SUR LE VENTRE OU SUR LE DOS  Réussi ?🞏  PLONGE  Réussi ?🞏  POUSSE TOI DU MUR AVEC LES PIEDS A CHAQUE VIRAGE  Réussi ?🞏 |

**Le nombre *d’allers-retours* (=50m) : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Le nombre d’arrêts : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Protocole du** Test d’entrée au NIVEAU 1

**Premier degré du savoir nager (textes officiels collège 2009)**

➀ Vérifier les connaissances et attitudes essentielles :

- connaître les règles d’hygiène corporelle

- connaître les contre-indications

- prendre connaissance du règlement intérieur de l’installation nautique

- connaître et respecter le rôle des adultes encadrant.

➁ Parcours composé de **5 tâches à réaliser en continuité**, **sans reprise d’appuis** au bord du bassin :

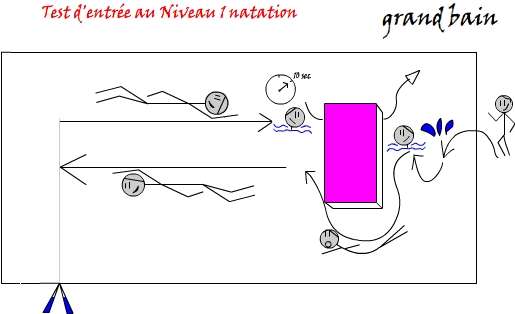
Sauter en grande profondeur

Revenir à la surface et s’immerger pour passer sous un obstacle flottant

Nager 20 m : 10 m sur le ventre et 10 m sur le dos

Réaliser un surplace de 10 secondes

S’immerger à nouveau pour passer sous un obstacle flottant



**TEST NATATION 6e D’ENTREE AU NIVEAU 1 DE COMPETENCE**

**« SAVOIR NAGER » NV 1 COLLEGE**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Elève | Sauter grande prof | Immersion (obstacle) | 20m :10V, 10 D | Surplace 10 sec | Immersion (obstacle) | Réussite (OUI / NON) | Crawl ? |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

Natation de vitesse Niveau 1 VITESSE – **INITIALE**

|  |  |
| --- | --- |
| **Temps** | **Note** |
| 20 | 7 |
| 23 | 6 |
| 27 | 5 |
| 32 | 4 |
| 38 | 3 |
| 45 | 2 |
| 53 | 1 |
| 62 | 0 |

Date : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Rappel : départ plongé OU dans l'eau

" Fiche SUIVI classe "

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Elève:* | ***Evaluation***  *Sec* | *Perf*  */7* | *Maîtrise*  */8* | | | | *Obs.*  */5* | *Note* | *NV 1 vitesse* |
|  |  |  | Equi-libre /2 | Tête /2 | Trajets moteurs /2 | Arrêts /2 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Natation de vitesse Niveau 1 VITESSE – **FINALE**

|  |  |
| --- | --- |
| **Temps (sec.)** | **Note** |
| < 20 | 8 |
| 20 | 7 |
| 23 | 6 |
| 27 | 5 |
| 32 | 4 |
| 38 | 3 |
| 45 | 2 |
| >25 m | 1 |
| >12,5 m | 0 |

Date : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Rappel : départ plongé OU dans l'eau

" Fiche SUIVI classe "

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Elève:* | ***Evaluation***  *Sec* | *Perf*  */8* | *Maîtrise*  */8* | | | *Obs.*  */4* | | | *Note* | *NV 1 vitesse* |
|  |  |  | 0-4  1 arrêt ou + | 4,5-6 +35 CB | 6,5 - 8 -30 CB | 0-1,5  dilettant | 2-3  fiable | 3,5-4 investi |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Natation de vitesse Niveau 2 VITESSE

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Garçons** | **Note** | **filles** |
| < ou = 37 | 8 | < ou = 42 |
| 38" | 7 | 43" |
| 44" | 6 | 49" |
| 51" | 5 | 56" |
| 58" | 4 | 1'03" |
| 1'06" | 3 | 1'11" |
| >1'15 | 2 | >1'20" |
| >50m | 1 | >50m |
| >25m | 0 | >25m |

Date : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Rappel : départ plongé OU dans l'eau

" Fiche SUIVI classe "

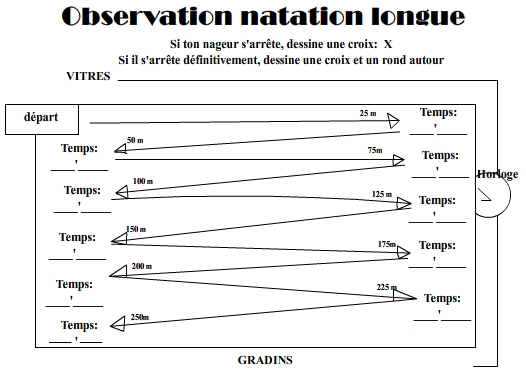
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Elève:* | ***Evaluation***  *Sec* | *Perf*  */8* | *Maîtrise*  */8* | | | *Juge*  */4* | | | *Note* | *NV 2 vitesse* |
|  |  |  | 0-4  +35 CB | 4,5-6 30 à 35 | 6,5 - 8  -30 CB | 0-1,5  dilettant | 2-3  fiable | 3,5-4 multifct |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Fiche d’observation élève nage longue**

**Classe :**

**Nom du nageur :**

**Nom de l’observateur (celui qui écrit) :**

****

**Le nageur s’est arrêté \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ fois et a parcouru \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ mètres.**

Niveau 2 : Les brevets

" Fiche SUIVI classe "

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Brevet 50m*** | | | ***Brevet 12mn*** | | |  |  | | |  | *Note* | *Nv* |
| *Elève:* | *Init* |  | *Finale* | *Init* | *Finale* | |
|  | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |

**NATATION** DE VITESSE – **Protocole d’évaluation collège (personnel)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **COMPÉTENCES ATTENDUES**  NIVEAU 1  A partir d’un départ plongé ou dans l’eau, réaliser la meilleure performance possible sur une distance de 25 mètres en crawl en adoptant l’équilibre et les trajets moteurs les plus efficaces.  Respecter les règles de sécurité et d’hygiène. Assumer le rôle d’observateur.  NIVEAU 2  A partir d’un départ commandé réaliser la meilleure performance possible sur une distance de 50 mètres selon 2 modes de nage, ventral et dorsal, en optimisant le plongeon, le virage et le rapport amplitude fréquence.  Assumer au sein d’un groupe restreint les rôles de starter et de chronométreur | | | | **PRINCIPES D’ÉLABORATION DE L’ÉPREUVE**  Au niveau 1, les élèves réalisent un 25 m crawl chronométré avec un chronométreur et un observateur.  Au niveau 2, les élèves réalisent 50 mètres aller sur le ventre, retour sur le dos, avec un plongeon et une culbute. Ils réalisent le test en autonomie, par 4 avec un chronomètreur et un starter. | | | |
| POINTS À  AFFECTER | ÉLÉMENTS À ÉVALUER | NIVEAU 1 EN COURS D’ACQUISITION | DEGRÉ D’ACQUISITION DU NIVEAU 1 | | | DEGRÉ D’ACQUISITION DU NIVEAU 2 **DNB** | |
| 8/20 | Performance | Distance inachevée ou nécessité d'un arrêt. | |  |  | | --- | --- | | **Temps (sec.)** | **Note** | | < 20 | 8 | | 20 | 7 | | 23 | 6 | | 27 | 5 | | 32 | 4 | | 38 | 3 | | 45 | 2 | | >25 m | 1 | | >12,5 m | 0 | | | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Garçons (sec.)** | **Note** | **filles**  **(sec.)** | | < ou = 37 | 8 | < ou = 42 | | 38" | 7 | 43" | | 44" | 6 | 49" | | 51" | 5 | 56" | | 58" | 4 | 1'03" | | 1'06" | 3 | 1'11" | | >1'15 | 2 | >1'20" | | >50m | 1 | >50m | | >25m | 0 | >25m | | |
| 8/20 | Efficacité du rapport amplitude / fréquence mesurés en cycles de bras (=2 coups de bras) au N2 | L’élève rentre la tête de temps en temps mais ne parvient pas à maintenir le corps aligné. Il rompt avec l’équilibre horizontal et/ou s’arrête avant la fin du 25 mètres. |  | | |  | |
| **0-4** | | Nageur qui s'arrête et repart | **0-4** | Nageur bagarreur *+ de 35 Cy.B* |
| **4,5-6** | | Nageur bagarreur *+ de 35 Cy.B* | **4,5-6** | Nageur aquatique énergétique  *30 à 35 Cy.B* |
| **6,5-8** | | Nageur aquatique énergétique  *30 à 35 Cy.B* | **6,5-8** | Nageur glisseur propulseur  *- de 30 Cy.B* |
| 04/20 | Rôles sociaux | L’élève n’arrive pas à prendre des données fiables. |  | | |  | |
| **0-1,5** | | Observateur dilettante | **0-1,5** | Juge dilettante |
| **2-3** | | Observateur fiable | **2-3** | Juge fiable |
| **3,5-4** | | Observateur investi | **3,5-4** | Juge multifonctions |
|  |  | | Au minimum 12/20 | | | Au minimum 12/20 | |

**COMMENTAIRES** ; Le 12/20 est une barre d’acquisition minimale du niveau 1 réalisée pour plus de lisibilité entre notation et compétence.

**NATATION** DE VITESSE – **Protocole d’évaluation collège (personnel)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **COMPÉTENCES ATTENDUES**  NIVEAU 1  A partir d’un départ plongé ou dans l’eau, réaliser la meilleure performance possible sur une distance de 25 mètres en crawl en adoptant l’équilibre et les trajets moteurs les plus efficaces.  Respecter les règles de sécurité et d’hygiène. Assumer le rôle d’observateur.  NIVEAU 2  A partir d’un départ commandé réaliser la meilleure performance possible sur une distance de 50 mètres selon 2 modes de nage, ventral et dorsal, en optimisant le plongeon, le virage et le rapport amplitude fréquence.  Assumer au sein d’un groupe restreint les rôles de starter et de chronométreur | | | | **PRINCIPES D’ÉLABORATION DE L’ÉPREUVE**  Au niveau 1, les élèves réalisent un 25 m crawl chronométré avec un chronométreur et un observateur.  Au niveau 2, les élèves réalisent 50 mètres aller sur le ventre, retour sur le dos, avec un plongeon et une culbute. Ils réalisent le test en autonomie, par 4 avec un chronomètreur et un starter. | | | |
| POINTS À  AFFECTER | ÉLÉMENTS À ÉVALUER | NIVEAU 1 EN COURS D’ACQUISITION | DEGRÉ D’ACQUISITION DU NIVEAU 1 | | | DEGRÉ D’ACQUISITION DU NIVEAU 2 **DNB** | |
| 8/20 | Performance | Distance inachevée ou nécessité d'un arrêt. | |  |  | | --- | --- | | **Temps (sec.)** | **Note** | | < 20 | 8 | | 20 | 7 | | 23 | 6 | | 27 | 5 | | 32 | 4 | | 38 | 3 | | 45 | 2 | | >25 m | 1 | | >12,5 m | 0 | | | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Garçons (sec.)** | **Note** | **filles**  **(sec.)** | | < ou = 37 | 8 | < ou = 42 | | 38" | 7 | 43" | | 44" | 6 | 49" | | 51" | 5 | 56" | | 58" | 4 | 1'03" | | 1'06" | 3 | 1'11" | | >1'15 | 2 | >1'20" | | >50m | 1 | >50m | | >25m | 0 | >25m | | |
| 8/20 | Efficacité du rapport amplitude / fréquence mesurés en cycles de bras (=2 coups de bras) au N2 | L’élève rentre la tête de temps en temps mais ne parvient pas à maintenir le corps aligné. Il rompt avec l’équilibre horizontal et/ou s’arrête avant la fin du 25 mètres. |  | | |  | |
| **0-4** | | Nageur qui s'arrête et repart | **0-4** | Nageur bagarreur *+ de 35 Cy.B* |
| **4,5-6** | | Nageur bagarreur *+ de 35 Cy.B* | **4,5-6** | Nageur aquatique énergétique  *30 à 35 Cy.B* |
| **6,5-8** | | Nageur aquatique énergétique  *30 à 35 Cy.B* | **6,5-8** | Nageur glisseur propulseur  *- de 30 Cy.B* |
| 04/20 | Rôles sociaux | L’élève n’arrive pas à prendre des données fiables. |  | | |  | |
| **0-1,5** | | Observateur dilettante | **0-1,5** | Juge dilettante |
| **2-3** | | Observateur fiable | **2-3** | Juge fiable |
| **3,5-4** | | Observateur investi | **3,5-4** | Juge multifonctions |
|  |  | | Au minimum 12/20 | | | Au minimum 12/20 | |

**COMMENTAIRES** ; Le 12/20 est une barre d’acquisition minimale du niveau 1 réalisée pour plus de lisibilité entre notation et compétence.