	1 Entrées	2 Immersion	3 Respiration	4 Propulsion	5 Équilibration
N1	Je saute dans l'eau dans le petit bain à l'aide d'un support (main d'un adulte, frite, perche, planche…)	Je mets le visage dans l'eau.	Je fais des bulles (en soufflant au moins 3 fois).	Je descends à l'échelle et je me déplace en tenant le mur sur au moins 5 mètres dans le grand bain.	J'accepte de perdre mes appuis (bord et fond).Je m'allonge à l'aide d'une frite en position ventrale ou dorsale.
TEST	**Je rentre dans l'eau, je passe sous la perche en faisant des bulles, j'accepte de me laisser trainer sur 5 mètres la tête dans l'eau par un autre élève avec une frite sur le ventre, puis je me laisse tirer par la tête sur le dos.**				
N2	Je saute dans l'eau dans le petit bain, ou le grand bain à l'aide d'un support (main d'un adulte, frite, perche, planche…)	Je descends toucher la 3e marche de l'échelle dans le grand bassin (avec les 2 mains). Je me laisse remonter sans mouvement.	Je souffle longuement sous l'eau (au moins 5 fois).	Je me déplace par l'action des jambes à l'aide de matériel (frite, planche, autre…) sur le ventre (5 mètres) puis sur le dos (5 mètres).tête dans l'eau.	Je réalise l'étoile de mer (dans le grand bain ou le petit bain) sur le dos.
TEST	**Je rentre dans l'eau dans le grand bain, je me laisse remonter, je me déplace sur 15 mètres avec des aides (frittes, planche)**				
N3	Je saute sans aide dans le grand bassin.	Je m'immerge intégralement pour franchir un obstacle d'1m50 de long.	Je réalise une coulée ventrale en apnée avec les bras dans le prolongement du corps au-dessus de la tête.	Je parcours 15 m avec l'aide des jambes, les bras servant à prendre appui pour inspirer.	Je réalise une glissée dorsale ou ventrale avec les bras au-dessus de la tête, dans le prolongement du corps. Je parcours 15 m
TEST	**ASSN, enchainer les actions sans lunettes : Je chute en arrière, je passe sous un obstacle de 1m50 à l'aller et au retour, je parcours 15 mètres en nage ventrale et 15 mètres en nage dorsale, je reste sur place 15 secondes à la verticale et en étoile.**				
N4	Je saute ou je plonge du bord dans le grand bassin.	J'effectue un plongeon en « canard » et récupère un objet lesté. Je remonte, je le montre.	J'enchaîne des respirations rythmées, en nageant. (inspiration sur 2 ou 3 mouvements)	Je me déplace librement sur le ventre et/ou le dos, sur au moins 30 m.	Je fais un tour sur moi-même avec au moins un bras hors de l'eau. Je réalise une coulée (torpille)
TEST	**Je plonge ou je fais ma coulée départ dans l'eau, je vais chercher un anneau au bout de la ligne.**				

NIVEAU 1

Date:
Nom de l'enseignant :

NIVEAU 2

Date:
Nom de l'enseignant :

NIVEAU 3

Date:
Nom de l'enseignant :

NIVEAU 4

Date:
Nom de l'enseignant :

NOM: .....

Prénom: .....

Date de naissance: .....

Signature du titulaire :

FONTENAY-SOUS-BOIS liaison CM2/6ème

LIVRET du SAVOIR NAGER SCOLAIRE