**Suivi des élèves – Paliers d’acquisition**

Repères pour l'aisance aquatique et paliers d'acquisitions qui permettent de situer l'élève en grande profondeur (au minimum taille de la personne avec le bras levé) et sans matériel de flottaison.

**Palier 1** : Cette première étape consiste à entrer seul dans l'eau, se déplacer en immersion complète et à sortir seul de l'eau.

Objectifs :

* S'engager dans le milieu aquatique et découvrir une nouvelle locomotion
* Passer de l'appui à la suspension
* S'immerger
* S'immerger de plus en plus longtemps

**Palier 2** : Cette seconde étape nécessite de sauter ou chuter dans l'eau, à se laisser remonter, à flotter de différentes manières, à regagner le bord et à sortir seul.

Objectifs :

* Accepter l'action de l'eau sur son corps.
* Sauter et se rendre indéformable pour « passer à travers » l'eau.

**Palier 3** : Cette dernière étape consiste à entrer dans l'eau par la tête, à remonter à la surface, à parcourir 10 m en position ventrale tête immergée, à flotter sur le dos avec le bassin en surface, à regagner le bord et à sortir seul.

Objectifs :

* Accepter le déséquilibre et le changement de direction.
* Choisir sa forme pour s'orienter de différentes façons.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Paliers** | **Observation :**  Repères clés pour le professeur ou l'intervenant | **Elève 1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Palier 1** | 1) Entrer seul dans l'eau |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2) Sortir seul de l'eau |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3) Se déplacer avec les épaules immergées |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4) Immerger complètement la tête pendant plusieurs secondes |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Palier 2** | 5) Toucher le fond avec les pieds (Profondeur taille avec le bras levé) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Enchaînement  6) Puis se laisser remonter passivement |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| A partir d'un saut :  7) Toucher le fond avec les pieds  (Profondeur minimum taille avec le bras levé) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Enchaînement  8) Puis se laisser remonter passivement |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Palier 3** | 9) Basculer dans l'eau depuis le bord et entrer dans l'eau par le haut du dos |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Enchaînement  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) Entrer dans l'eau par la tête en premier et glisser plusieurs mètres sans nager |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14) Parcourir 10 mètres sans prise d'appui solide |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |