

Nom : ……………………………….……………

Prénom : …………………………………………

**Mon livret du nageur**

Grâce à ce livret l’élève pourra se repérer dans ses apprentissages.

Ce livret suit les recommandations de la circulaire de 2022.

|  |
| --- |
| *Illustration de l’élève* |

Année 1 : Je suis en ………

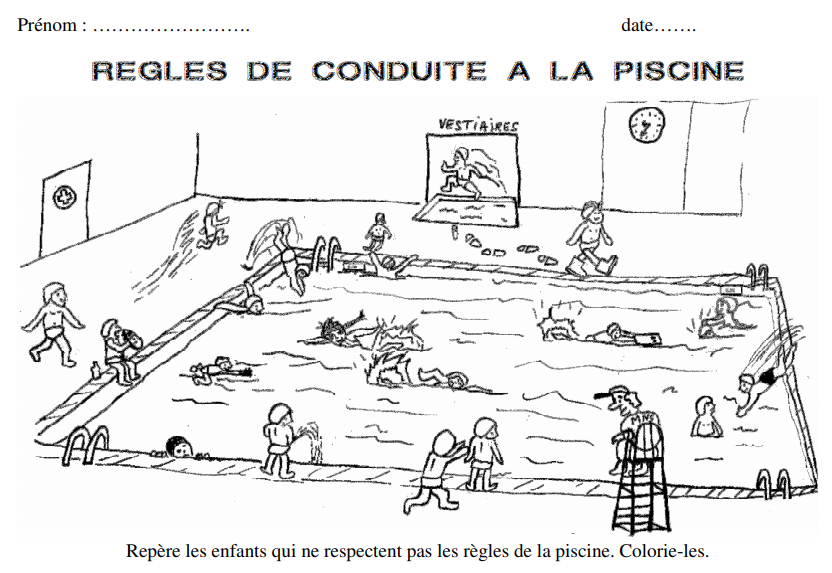
Année 2 : Je suis en ………..

Année 3 : Je suis en …………..

Année 4 : Je suis en ……………

Claudine Durand, CPC EPS – Circonscription St Julien-Genevois

**Les règles de la piscine**



Ecris les règles que vous avez établies en classe :

……………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………

**Images séquentielles**

Remets les images dans l’ordre :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 |

**Année 1 : 20…….…/20………**

|  |  |
| --- | --- |
| Avant la première séance | As-tu envie d’aller à la piscine ? ………………………….. parce que ………  ............................................................................................................... |
| J'aimerais apprendre à ………………………………………………………………………  ............................................................................................................... |
| J’ai peur……………………………………………………………………………………………. |
| Séance 1  Bilan | Qu’as-tu aimé ? ………………………………………………….………………………………  ...............................................................................................................  Comment te sens-tu ? ………………………………………………………………………. |
| Séance 2 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 3 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 4 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 4 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 5 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 6 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 7 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 8 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Après les séances | Je suis content… parce que j'arrive à ……………………………………………………….  ........................................................................................................................  ........................................................................................................................  L’année prochaine j’aimerais …………………………………………………………………….  ........................................................................................................................ |

Dessine le moment que tu as préféré de ce cycle natation :

|  |
| --- |
|  |

**Année 2 : 20…….…/20………**

|  |  |
| --- | --- |
| Avant la première séance | As-tu envie d’aller à la piscine ? ………………………….. parce que ………  ............................................................................................................... |
| J'aimerais apprendre à ………………………………………………………………………  ............................................................................................................... |
| J’ai peur……………………………………………………………………………………………. |
| Séance 1  Bilan | Qu’as-tu aimé ? ………………………………………………….………………………………  ...............................................................................................................  Comment te sens-tu ? ………………………………………………………………………. |
| Séance 2 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 3 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 4 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 4 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 5 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 6 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 7 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 8 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Après les séances | Je suis content… parce que j'arrive à ………………………………………………………..  ........................................................................................................................  ........................................................................................................................  L’année prochaine j’aimerais …………………………………………………………………….  ........................................................................................................................ |

Dessine le moment que tu as préféré de ce cycle natation puis légende ton dessin.

|  |
| --- |
|  |

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

**Année 3 : 20…….…/20………**

|  |  |
| --- | --- |
| Avant la première séance | As-tu envie d’aller à la piscine ? ………………………….. parce que ………  ............................................................................................................... |
| J'aimerais apprendre à ………………………………………………………………………  ............................................................................................................... |
| J’ai peur……………………………………………………………………………………………. |
| Séance 1  Bilan | Qu’as-tu aimé ? ………………………………………………….………………………………  ...............................................................................................................  Comment te sens-tu ? ………………………………………………………………………. |
| Séance 2 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 3 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 4 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 4 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 5 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 6 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 7 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Séance 8 | Mon objectif est de ………………………………………………………………………….  ...............................................................................................................  Est-ce que j’ai atteint mon objectif ? ……………………………………..…………… |
| Après les séances | Je suis content… parce que j'arrive à …………………………………………………….  ........................................................................................................................  ........................................................................................................................  S’il y avait eu encore un cycle de natation l’année prochaine j’aurais aimé apprendre à ……………….…………………………………………………………………………….  …………………………………………………………………………………………………………………. |

Raconte le moment que tu as préféré de ce cycle natation puis dessine-le :

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

|  |
| --- |
|  |

**Le suivi des paliers**

Colorie l’illustration quand tu sais réaliser l’action. Demande validation à ton maitre ou à ta maitresse avant.

|  |  |
| --- | --- |
| Palier 1 | Evaluation |
|  | Palier validé le :  …………………………. |

|  |  |
| --- | --- |
| Palier 2 | Evaluation |
|  | Palier validé le :  …………………………. |

|  |  |
| --- | --- |
| Palier 3 | Evaluation |
|  | Palier validé le :  ……………… |

|  |
| --- |
| L’attestation du Savoir Nager en Sécurité, à valider en fin de cycle 3 :   * Elle a pu être validée le ……………………………… * Elle n’a pas pu être validée. |

Images séquentielles à découper :

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |