

# Sports aquatiques: Avancer avec les avant-bras et les mains sur 10m (niveau A)

Au cours de ce test, l'enseignant évalue la capacité des élèves à avancer avec les bras, la tête en premier.

Les élèves s'allongent dans l'eau, le corps solide et tendu, les bras le long du corps. Par un mouvement régulier des avant-bras et des mains, ils avancent lentement, tête la première. Ils parcourent au moins 10 mètres de cette manière.

[Avancer avec les avant-bras et les mains sur 10m \(niveau A\)](#) (pdf)

[Avancer avec les avant-bras et les mains sur 10m \(niveau A\): Fiche d'évaluation](#) (xls)



## Remarques générales

Les compétences disciplinaires se voient concrétisées au travers de trois niveaux: le niveau A – susceptible d'être atteint par presque tous les élèves, le niveau B – par la moyenne d'entre eux et le niveau C – par les meilleurs.

Les compétences disciplinaires et/ou les tests associés peuvent aussi servir à faire le point: Où se situent les élèves? Quelles compétences doivent être travaillées en premier lieu? Quelles compétences sont importantes pour les élèves? Sur la base de ces questions, une convention d'objectifs est établie avec les élèves: qu'est-ce qui est fait et voulu, quand et comment?

L'évaluation par l'enseignant d'une compétence doit être accompagnée le plus souvent possible par une évaluation personnelle de l'élève. Cette manière de procéder incite ce dernier non seulement à développer sa capacité de réflexion, mais encore à endosser des responsabilités.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO