

# Nager: Nager 500 mètres (niveau B)

**Au cours de ce test, les élèves montrent qu'ils sont capables de nager 500 mètres en style libre sans interruption, y compris lors des virages.**

L'élève nage une distance de 500m en style libre.

Dans l'organisation du test, l'enseignant veille que le départ se fasse dans l'eau au fur et à mesure, que les élèves se suivent «en boucle».



Une moitié des élèves nage pendant que l'autre note les longueurs effectuées. Ensuite, on inverse les rôles.

[Nager 500 mètres \(niveau B\)](#) (pdf)

[Nager 500 mètres \(niveau B\): 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**