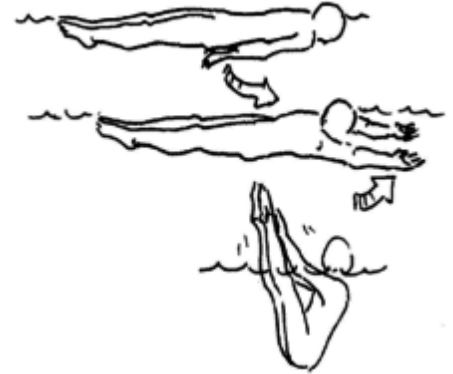


Sports aquatiques: Carpe (niveau A)

Au cours de ce test, les élèves présentent un élément de base de la natation synchronisée: la carpe.

En position allongée sur le dos, corps tendu, les élèves pagayent sur place. Depuis cette position, ils ramènent énergiquement les jambes tendues vers la poitrine et les mains par-dessus la tête vers les chevilles. Les mains touchent les pieds au-dessus de l'eau.

Dans cette position, ils se laissent couler jusqu'à être complètement immergés. Dès que les orteils sont sous l'eau, ils relâchent lentement la position et remontent.



[Carpe \(niveau A\)](#) (pdf)

[Carpe \(niveau A\): 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