

Natation – Formation Swiss Swimming Kids: Basic – Level 1

Dans le Level 1, les enfants sont familiarisés avec l'élément eau et maîtrisent les compétences clés respiration et flottement.



Autonomie: Les enfants sont capables d'entrer dans le bassin et de le quitter de manière autonome.

Respirer et s'orienter: Les enfants sont capables de s'immerger complètement trois fois, en gardant les yeux ouverts. Ils expirent visiblement sous l'eau et n'inspirent qu'une seule fois hors de l'eau.

Flotter: De la position debout les enfants sont capables de se mettre en position flottante (accroupis, position ventrale, position dorsale etc.). Ils gardent cette position pendant cinq secondes sans aucune aide.

Sauter en toute sécurité dans une eau où les enfants ont pied: Les enfants sont capables de sauter de manière autonome depuis le bord du bassin dans une eau où ils ont pied (à hauteur de poitrine de l'enfant).

Basic – Level 1

[Fiche d'évaluation](#) (pdf)

Source: [Swiss Swimming \(2014\): Teachers Guide – Votre guide de formation Swiss Swimming Kids. Berne](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO