



Degré	10 ^e à 12 ^e année (lycée/gymnase)
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Nager
Compétence	Utiliser différentes techniques pour nager avec aisance
Niveau C	Je combine les 4 nages. J'effectue correctement les virages.



4 x 50m quatre nages avec virages

Description de la tâche	L'élève effectue une longueur de bassin dans chacun des 4 techniques de nage: (papillon, dos crawlé, brasse et crawl) avec virages corrects sans interruption et sans limite de temps.
Evaluation/Exigences	Le test est réussi lorsque les critères d'observation suivants sont remplis.
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">• Saut de départ.• Virage Papillon – Dos crawlé correct.• Virage Dos crawlé – Brasse correct.• Virage Brasse – Crawl correct.• Les différentes techniques sont appliquées correctement.• Différentes nages dans le bon ordre.
Consignes aux élèves	«Vous avez appris les techniques du papillon, brasse, crawl et dos crawlé ainsi que les techniques de virages correspondantes. Appliquez ces techniques correctement sur une longueur de bassin, effectuez le virage correspondant et continuez dans la technique suivante. Vous nagez donc les 4 techniques à la suite, sans interruption.»
Mise en place	2 lignes d'eau devraient être délimitées et réservées pour la classe
Matériel	-
Source	-
Aspects pratiques et indications pédagogiques	Durée 10 min. par élève Organisation 2 élèves partent en même temps Personnes évaluées 2 personnes testées à la fois Problèmes -