



Degré	1 ^{re} à 2 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Nager
Compétence	Disposer des bases pour évoluer aisément dans l'eau
Niveau A	J'effectue les mouvements-clés de la natation.



Battements de jambes alternés

Description de la tâche	En se poussant du mur avec des battements de jambes alternés, l'élève effectue 15 m en roulant deux fois de la position dorsale à la position ventrale et vice-versa (roulement de tronc). Les bras restent tendus dans le prolongement du corps pendant tout l'exercice.								
Evaluation/Exigences	Les critères d'observation suivants doivent être remplis pour que le test soit réussi.								
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">• L'élève se pousse du mur avec les deux jambes.• Une distance d'au moins 15m est parcourue avec des battements de jambes alternés.• 2 rotations de la position ventrale à dorsale.• 2 rotations de la position dorsale à ventrale.• Bras tendus dans le prolongement du corps.								
Consignes aux élèves	«Pousse-toi depuis le mur du bassin avec les deux pieds et avance au moins 15m avec des battements de jambes alternés. Roule 2x de la position dorsale à la position ventrale et vice-versa. Les bras restent tendus dans le prolongement du corps pendant tout l'exercice.»								
Mise en place	-								
Matériel	-								
Source	swimsports.ch (éd.). Tests de base5. Natation. Pieuvre.								
Aspects pratiques et indications pédagogiques	<table><tr><td>Durée</td><td>env. 1 minute par personne évaluée</td></tr><tr><td>Organisation</td><td>Choisir une forme d'organisation permettant de garantir la sécurité de tous les enfants pendant la leçon de natation. Il est judicieux d'effectuer le test avec un élève à la fois, pendant qu'une autre personne encadre les autres élèves.</td></tr><tr><td>Personnes évaluées</td><td>1 personne évaluée</td></tr><tr><td>Problèmes</td><td>-</td></tr></table>	Durée	env. 1 minute par personne évaluée	Organisation	Choisir une forme d'organisation permettant de garantir la sécurité de tous les enfants pendant la leçon de natation. Il est judicieux d'effectuer le test avec un élève à la fois, pendant qu'une autre personne encadre les autres élèves.	Personnes évaluées	1 personne évaluée	Problèmes	-
Durée	env. 1 minute par personne évaluée								
Organisation	Choisir une forme d'organisation permettant de garantir la sécurité de tous les enfants pendant la leçon de natation. Il est judicieux d'effectuer le test avec un élève à la fois, pendant qu'une autre personne encadre les autres élèves.								
Personnes évaluées	1 personne évaluée								
Problèmes	-								