



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



Se propulser avec les bras

Description de la tâche	En se poussant du mur avec les deux pieds, l'élève effectue 8m sous la surface de l'eau uniquement par traction des bras.								
Evaluation/Exigences	Le test est réussi lorsque les critères d'observation suivants sont remplis.								
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">• L'élève se pousse du mur avec les deux pieds.• L'élève nage une distance d'au moins 8m.• Les bras créent un appui par des mouvements des bras et des mains vers l'intérieur et vers l'extérieur avec une orientation des coudes vers l'avant (mouvement d'essuie-glace).• Les mouvements de bras ont lieu sous l'eau.• pas de «mouvement brasse» ni de propulsion des jambes.								
Consignes aux élèves	«Pousse-toi depuis le mur du bassin avec les deux pieds et avance au moins de 8m en te propulsant uniquement avec les bras sous la surface de l'eau. Tes coudes sont orientés vers l'extérieur et tes bras effectuent un mouvement vers l'intérieur et vers l'extérieur (comme un essuie-glace).»								
Mise en place	-								
Matériel	-								
Source	swimsports.ch (éd.). Tests de base 4. Natation. Pingouin.								
Aspects pratiques et indications pédagogiques	<table><tr><td>Durée</td><td>env. 1 min. par personne</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 enfant à la fois, pendant qu'une autre personne encadre les autres élèves.</td></tr><tr><td>Personnes évaluées</td><td>1 personne testée à la fois</td></tr><tr><td>Problèmes</td><td>-</td></tr></table>	Durée	env. 1 min. par personne	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 enfant à la fois, pendant qu'une autre personne encadre les autres élèves.	Personnes évaluées	1 personne testée à la fois	Problèmes	-
Durée	env. 1 min. par personne								
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 enfant à la fois, pendant qu'une autre personne encadre les autres élèves.								
Personnes évaluées	1 personne testée à la fois								
Problèmes	-								