



Degré	4 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Nager
Compétence	Nager en eau profonde et appliquer différentes techniques pour assurer sa survie dans l'eau
Niveau C	J'applique trois différentes techniques de natation. Je nage sous l'eau sur une distance moyenne.



Nager 15m sous l'eau avec plongeon de départ (C)

Description de la tâche	Après le plongeon de départ, l'élève nage 15m sous l'eau.	
Evaluation/Exigences	Les critères d'observation suivants doivent être respectés pour que le test soit réussi. Les élèves disposent de 3 essais.	
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">• Plongeon de départ• La marque des 15m est atteinte sous l'eau. On mesure depuis la tête de la personne.• Le corps entier est immergé	
Consignes aux élèves	«Inspirez profondément, effectuez un plongeon de départ et nagez sous l'eau jusqu'à la marque des 15m. L'intégralité de votre corps doit être immergé. Vous avez 3 essais.»	
Mise en place	Marquer la limite des 15m, l'espace utilisé devrait être fermé aux autres nageurs.	
Matériel	Matériel de marquage	
Source	-	
Aspects pratiques et indications pédagogiques	Durée	env. 2 min. par élève et par tentative
	Organisation	Les élèves plongent à tour de rôle; 2 élèves effectuent leurs essais à tour de rôle.
	Personnes évaluées	1 personne évaluée
	Problèmes	-