



Degré	7 ^e à 9 ^e année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Nager
Compétence	Utiliser différentes techniques pour nager en sécurité sur une distance plus ou moins longue
Niveau C	Je combine successivement les 4 nages. Je nage une longue distance sous l'eau.



Nager 1km

Description de la tâche	L'élève parcourt une distance de 1km en 30 minutes, en nage libre.	
Evaluation/Exigences	Les critères suivants doivent être remplis pour que le test soit réussi.	
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">• Départ dans l'eau.• La distance de 1km est parcourue en nageant.• Durée max. 30 min.• Aucune pause durant la natation et les virages.	
Consignes aux élèves	«Partez dans l'eau et nagez 1km en nage libre en moins de 30 min. Parcourez cette distance sans interruption.»	
Mise en place	2 couloirs de nage devraient être délimités et réservés pour la classe.	
Matériel	-	
Source	-	
Aspects pratiques indications pédagogiques	Durée	Env. 45 min. pour une demi-classe
	Organisation	Style libre avec départ dans l'eau. Un couloir par direction. La moitié de la classe nage, l'autre note le nombre de longueurs effectuées. Changement des rôles.
	Personnes évaluées	Demi-classe
	Problèmes	-