



Degré	5 <sup>e</sup> à 6 <sup>e</sup> année
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Sports aquatiques
Compétence	Exécuter les éléments de base de différents sports aquatiques (plongeon, water-polo, natation synchronisée et sauvetage) pour améliorer son répertoire cinétique
Niveau C	J'effectue trois éléments difficiles sur quatre dans différents sports aquatiques.



## Transport de poids (C)

<b>Description de la tâche</b>	Les élèves effectuent un plongeon de départ, nagent 10m et plongent pour récupérer l'anneau et le ramener à la surface de l'eau. Ils ramènent ensuite l'anneau vers le bord du bassin en nage dorsale.	
<b>Evaluation/Exigences</b>	Les critères d'observation suivants doivent être remplis pour que le test soit réussi. Les élèves disposent de 3 essais.	
<b>Critères d'observation</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Plongeon de départ</li><li>• Nager 10m</li><li>• Plonger et ramener l'anneau à la surface</li><li>• Transport de l'anneau vers le bord du bassin en nage dorsale</li></ul>	
<b>Consignes aux élèves</b>	«Après un plongeon de départ, nagez env. 10m jusqu'à ce que vous aperceviez l'anneau au-dessous de vous. Plongez et remontez l'anneau à la surface. Transportez-le ensuite vers le bord du bassin en nage dorsale.»	
<b>Mise en place</b>	Une ligne d'eau devrait être délimitée et réservée à la classe pour cet exercice, l'enseignant immerge l'anneau à 10m du bord.	
<b>Matériel</b>	Anneau (5kg), profondeur de l'eau: min. 1.80m	
<b>Source</b>	swimsports.ch (Hrsg.). Test de sauvetage 1-4.	
<b>Aspects pratiques et indications pédagogiques</b>	Durée	env. 3 min. pour 1 élève
	Organisation	Les élèves effectuent l'exercice à tour de rôle, 2 élèves effectuent leurs tentatives en alternance.
	Personnes évaluées	1 personne
	Problèmes	-