



Degré	5 ^e à 6 ^e 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)

Description de la tâche	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.
Evaluation/Exigences	Les critères d'observation suivants doivent être remplis pour que le test soit réussi. Les élèves disposent de 3 essais.
Critères d'observation	<ul style="list-style-type: none">• Plongeon de départ• Nager 10m• Plonger et ramener l'anneau à la surface• Transport de l'anneau vers le bord du bassin en nage dorsale
Consignes aux élèves	«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.»
Mise en place	Une ligne d'eau devrait être délimitée et réservée à la classe pour cet exercice, l'enseignant immerge l'anneau à 10m du bord.
Matériel	Anneau (5kg), profondeur de l'eau: min. 1.80m
Source	swimsports.ch (Hrsg.). Test de sauvetage 1-4.
Aspects pratiques et indications pédagogiques	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 -