

<http://savoir-nager.enseigne.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article12>



Aisance

- Un Non Nageur -

Date de mise en ligne : vendredi 1er avril 2016

Copyright © Savoir Nager - Tous droits réservés

Aisance

L'enseignant va détecter ici le « degré de gêne » que représente l'action/contact de l'eau sur lui.

Modalité d'entrée dans l'eau

Refuse la chute

- ▶ C'est l'entrée dans l'eau par l'échelle :
 - [Un premier cas :](#)
 - [Un second cas :](#)
 - [Un troisième cas :](#)

- ▶ Une entrée dans l'eau par le mur en arrière (de dos au bassin)

- ▶ [Une entrée dans l'eau en sautant : ou encore](#)

Chute arrière acceptée

- ▶ Le saut arrière groupé (entrée dans l'eau par les pieds)

- ▶ Il est dos au bassin et entre en bascule. Une entrée dans l'eau par le dos/les fesses

- ▶ [Une entrée dans l'eau en plongeant mais qui n'est pas recommandée pour l'attestation du savoir nager.](#)

Reprise de nage/équilibre après l'entrée dans l'eau : A DECLINER

Flottaison/Surplace

Surplace en position verticale 10 secondes

- ▶ [Il est Passif mais efficace :](#)
- ▶ [Il est Actif et efficace : ou encore ou encore](#)

- ▶ Il est Actif et peu efficace : En attente de vidéo

Surplace en position verticale inférieur à 10 secondes

- ▶ [Il ne parvient pas à se maintenir en station verticale :](#)
- ▶ [Il est épuisé :](#)