**ANNEXE 4 Observables, repères de progressivité**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ETAPE 1 | ETAPE 2 | ETAPE 3 | ETAPE 4 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Entrées** | | | | | | | | | |
| Descendre | S  Sauter | | | Basculer | | | Plonger | | |
| **Immersions** | | | | | | | | | |
| S’immerger avec aide matériel | | | | | S’immerger en autonomie (sans aide matérielle) | | | | |
| En se tenant à un appui solide (mur, ligne, frite, perche…) | | En lâchant tout appui matériel (remontée passive) | | | Pour passer sous un obstacle horizontal d’une longueur d’1.5m | | | Pour passer sous un obstacle en « grande profondeur » | |
| **Flottaison Maintiens d’une position** | | | | | | | | | |
| Avec aide à la flottaison | | | Sans aide à la flottaison | | | | | | |
| Flotter en se tenant à un appui plus ou moins solide (mur, ligne, frite …) | | | Flotter sans aucune aide matérielle pendant un temps allant jusqu’à 10’’ en ventral et 15’’ en dorsal. | | | Maintenir une position statique vertical ET en « étoile de mer » pendant 15’’ | | | Au moins 15’’ tout en étant capable de changer d’orientation (verticalement, sur le ventre et sur le dos) |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ETAPE 1 | ETAPE 2 | ETAPE 3 | ETAPE 4 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Déplacements** | | | | | | |
| Se déplacer en se tenant à un appui plus ou moins solide | | Se déplacer sans aide matérielle | | | | |
| En se tenant à un appui plus ou moins solide (mur, ligne, frite …) | | Sur une distance de 15m en ventral ou en dorsal | | Sur une distance de 20m en ventral et 20m en dorsal, en bras et jambes | | Sur une distance de 30m en ventral et 30m en dorsal avec synchronisation ventilation/propulsion |
| **Sorties** | | | | | | | |
| A l’aide de l’échelle | En prenant appui sur les bords du bassin au ras de l’eau. | | A l’aide d’un tapis sur lequel il faut monter pour sortir | | En prenant appui sur les bords élevés du bassin | | |