

» Je m'évalue : je colorie les cases à chaque séance.

J'ai peur d'entrer dans l'eau

Je ne veux pas couler : □ □ □ □ □
 Je ne veux pas que l'eau rentre dans mon corps : □ □ □ □ □
 Il y a trop d'eau : □ □ □ □ □
 Il y a trop de bruit : □ □ □ □ □
 C'est trop mouvementé : □ □ □ □ □

J'entre dans l'eau

A l'échelle : □ □ □ □ □
 En sautant
 Dans le bassin : □ □ □ □ □
 Dans un cerceau : □ □ □ □ □
 En arrière : □ □ □ □ □
 Au toboggan : Les pieds en avant : □ □ □ □ □
 La tête en avant : □ □ □ □ □

Je suis dans l'eau

L'eau m'effleure le menton : □ □ □
 Mes camarades m'éclaboussent : □ □ □ □ □
 Je mets la tête sous l'eau : □ □ □ □ □

Bravo ! tu as réussi le niveau 1 !

Je m'allonge dans l'eau

Je fais l'araignée avec des planches :
 Sur le ventre : □ □ □ □ □
 Sur le dos : □ □ □ □ □
 Sans planche : Sur le ventre : □ □ □ □ □

Je me déplace

Sur le ventre : Avec une "frite" : □ □ □ □ □
 Avec une planche : □ □ □ □ □
 Le long d'une perche ou d'une corde : □ □ □ □ □

Bravo ! tu as réussi le niveau 2 !

Je suis à l'aise dans l'eau

Je glisse sur le ventre en me poussant du bord : □ □ □ □ □
 Je glisse sous l'eau en me poussant du bord : □ □ □ □ □
 Je passe sous une perche : □ □ □ □ □
 Je m'assoie au fond du bassin : □ □ □ □ □ Je salue un camarade : □ □ □ □ □
 Je fais de la pêche sous-marine : □ □ □ □ □

Bravo ! tu as réussi le niveau 3 !

Je nage

Une largeur : En brasse : □ □ □ □ □
 En crawl : □ □ □ □ □
 En dos crawlé : □ □ □ □ □
 Une longueur :
 En brasse : □ □ □ □ □ En crawl : □ □ □ □ □
 En dos crawlé : □ □ □ □ □
 25 mètres Brasse : □ □ □ □ □
 Crawl : □ □ □ □ □
 Dos crawlé : □ □ □ □ □
 Plus ? :

Bravo ! tu as réussi le niveau 4 !

