





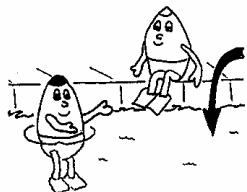
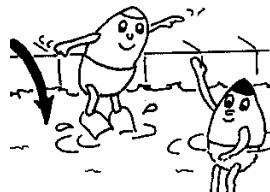






Enfants non autonomes en grande profondeur

NIVEAU 1		NIVEAU 2
PALIER 1	PALIER 2	PALIER 3
A- Je contrôle ma respiration.		
Je ne souffle pas dans l'eau.	Je fais des bulles sous l'eau.	Je fais des bulles sous l'eau pendant au moins 3 secondes.
		
B- Je vais sous l'eau.		
Je mets partiellement la tête sous l'eau.	Je mets la tête sous l'eau entièrement.	Je passe sous une frite.
		
C- J'entre dans l'eau.		
Je saute du bord départ assis en donnant la main.	Je saute du bord debout en donnant la main.	Je saute du bord tout seul. Départ debout.
		
D- Je flotte.		
Je flotte avec 2 planches.	Je flotte sur le dos avec une seule frite sous la nuque ou sur le ventre.	Je fais « l'étoile de mer » sur le dos ou sur le ventre.
		
E- Je me déplace en surface.		
Je me déplace le long du bord sans mettre les pieds par terre.	Je me déplace avec une frite sous les bras sans appui des pieds.	Je me déplace en tenant la ligne d'eau sans appui des pieds.
