

&ECOLE :.....

Classe :

NOM :

Prénom :

Mon cahier du nageur



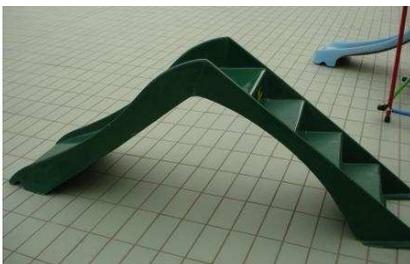
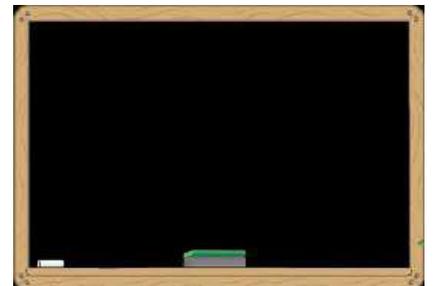
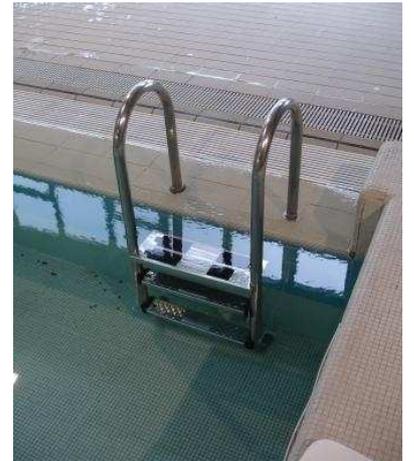
Les étapes à la piscine

Numérote les images de 1 à 7 dans l'ordre.



Le jeu des 5 erreurs

Barre ce que tu ne peux pas trouver dans une piscine :



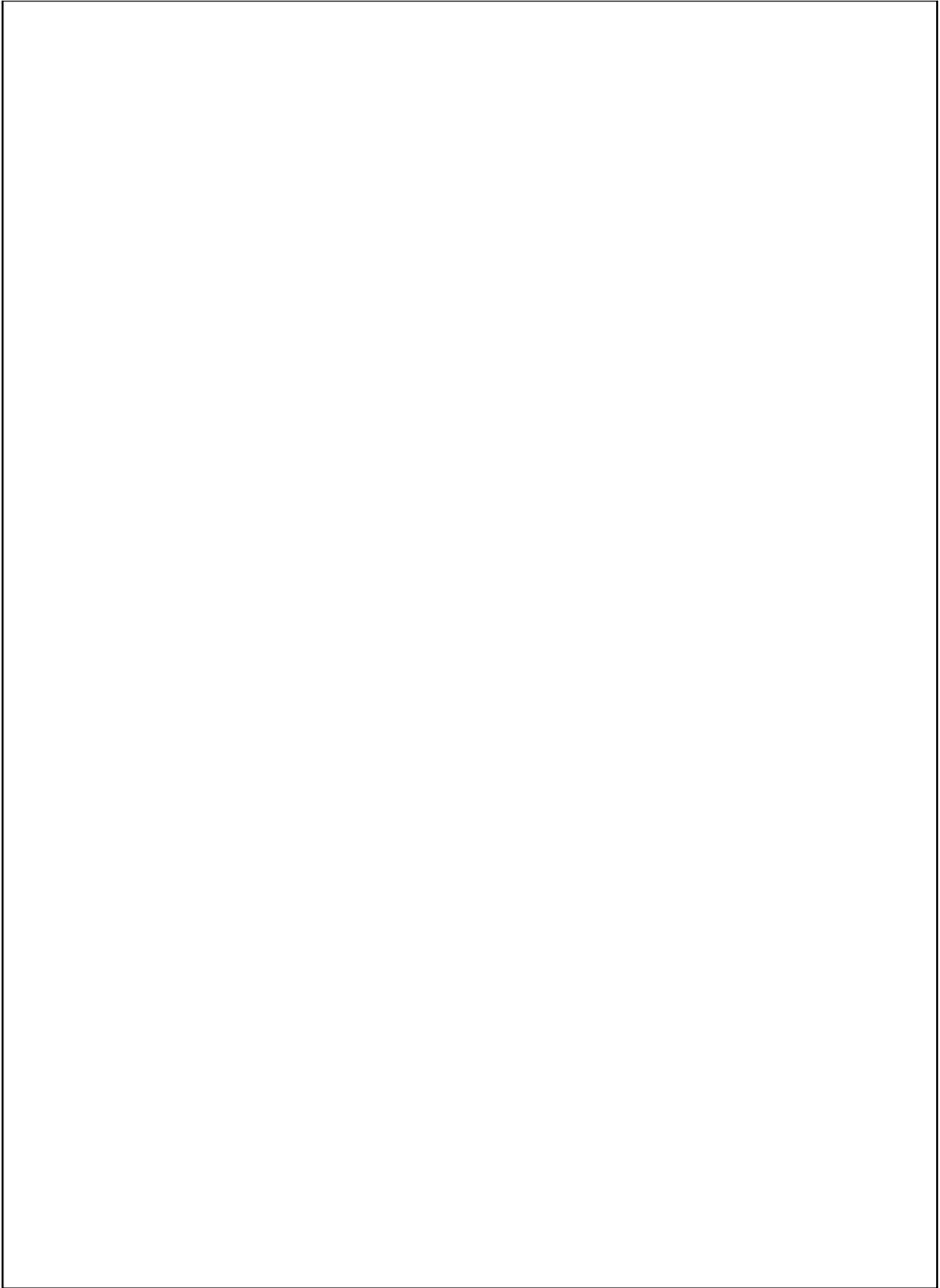
Mon sac de piscine

Que mettre dans mon sac de piscine ?



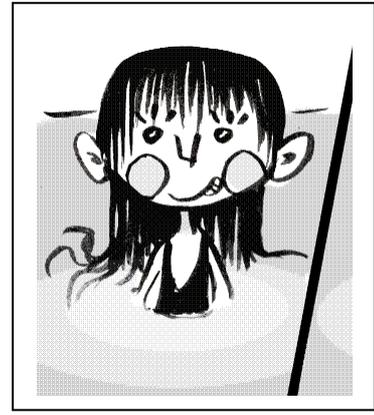
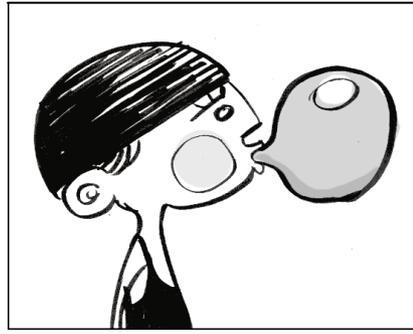


Dessine la piscine



Ma sécurité et l'hygiène à la piscine





Les maîtres nageurs



Claire



Arnaud



Pierrick



Maurice

Les agents techniques



Carole



Isabelle



Lionel

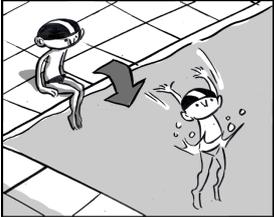


Monique

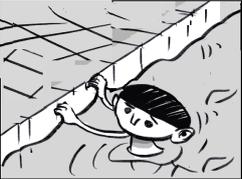
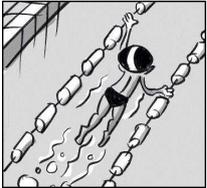
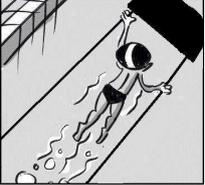
Pendant les 3 premières séances

Je découvre.

Les entrées dans l'eau :

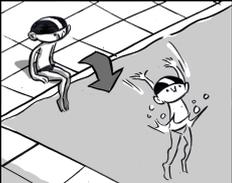
		<p>Je rentre dans l'eau par l'échelle.</p>
	<p>Je rentre dans l'eau en glissant du bord.</p>	
		<p>Je rentre dans l'eau en sautant assis ou debout.</p>

Les déplacements :

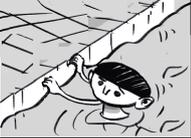
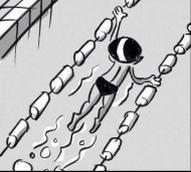
		<p>Je me déplace le long de la goulotte.</p>
	<p>Je me déplace le long de la goulotte, allongé sur le ventre.</p>	
		<p>Je me déplace le long de la ligne d'eau.</p>
		<p>Je me déplace entre les 2 lignes d'eau.</p>
	<p>Je me déplace entre les 2 barres de la passerelle.</p>	

Pendant la 4^{ème} et la 5^{ème} séance

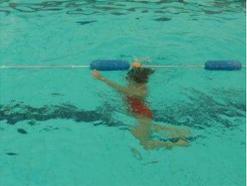
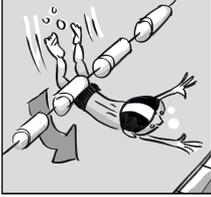
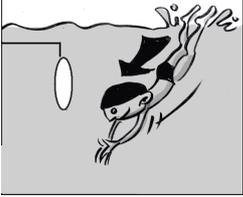
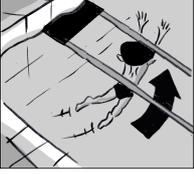
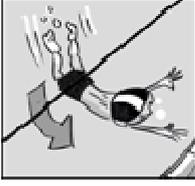
Les entrées dans l'eau :

		<p>Je rentre dans l'eau par l'échelle.</p>	
		<p>Je rentre dans l'eau en glissant du bord.</p>	
	 		<p>Je rentre dans l'eau en sautant du bord, - debout ou assis - avec ou sans frite - avec ou sans l'aide de la barre</p>
		<p>Je rentre dans l'eau en glissant sur le tapis.</p>	
		<p>Je rentre dans l'eau par le toboggan.</p>	

Les déplacements :

		<p>Je me déplace le long de la goulotte.</p>	
		<p>Je me déplace le long de la goulotte, allongé sur le ventre.</p>	
			<p>Je me déplace le long de la ligne d'eau en me tenant - avec une seule main. - à 2 mains</p>
		<p>Je me déplace entre les 2 lignes d'eau.</p>	
		<p>Je me déplace entre les 2 barres de la passerelle.</p>	
	<p>Je me déplace le long d'une barre.</p>		

Les immersions :

 	<p>Je mets la tête sous l'eau.</p>
 	<p>Je passe sous la ligne d'eau.</p>
  	<p>Je descends le long de la barre ou de l'échelle.</p>
 	<p>Je passe dans le cerceau.</p>
 	<p>Je passe sous la passerelle ou sous la barre.</p>

Mes progrès

Ce que j'ai préféré...

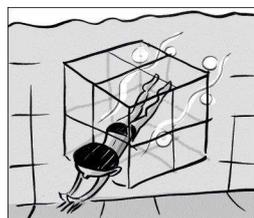
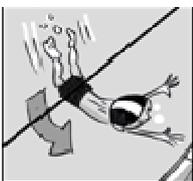
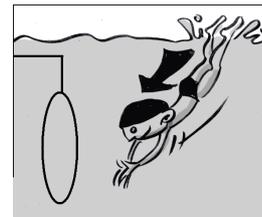
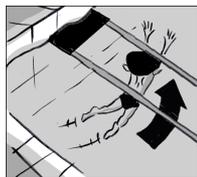
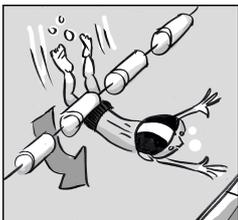
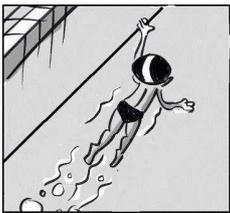
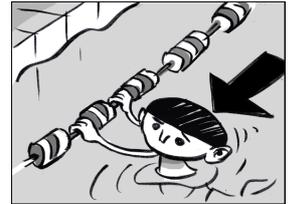
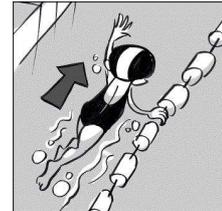
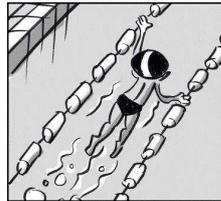
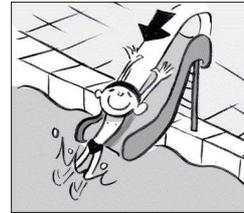
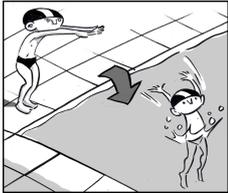
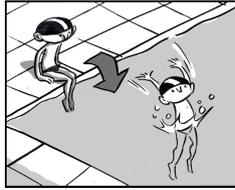
Ce que j'ai réussi...

Séances 4
et 5
Situation
de
référence
Date :

Ce que j'ai réussi ...

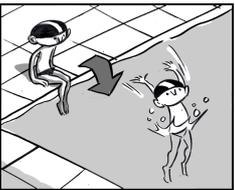
Séance 12
Bilan du
module
Date :

Je pioche dans la réserve d'images :



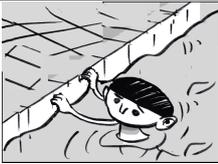
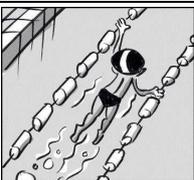
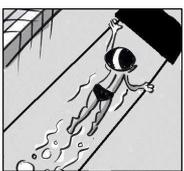
De la 6^{ème} à la 11^{ème} séance

Les entrées dans l'eau :

		<p>Je rentre dans l'eau par l'échelle.</p>		
		<p>Je rentre dans l'eau en glissant du bord.</p>		
				<p>Je rentre dans l'eau en sautant du bord, - debout ou assis - avec ou sans frite - avec ou sans l'aide de la barre</p>
		<p>Je rentre dans l'eau en glissant sur le tapis.</p>		
		<p>Je rentre dans l'eau par le toboggan.</p>		

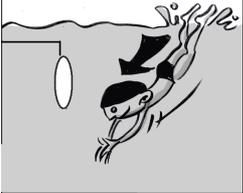
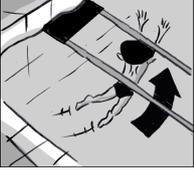
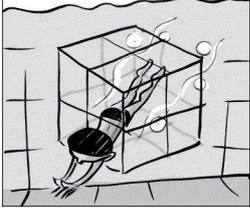
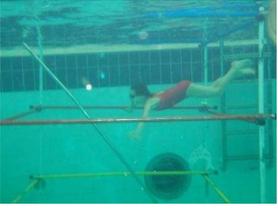
De la 6^{ème} à la 11^{ème} séance

Les déplacements :

		<p>Je me déplace le long de la goulotte.</p>	
	<p>Je me déplace le long de la goulotte, allongé sur le ventre.</p>		
			<p>Je me déplace le long de la ligne d'eau en me tenant</p> <ul style="list-style-type: none"> - avec une seule main. - à 2 mains
		<p>Je me déplace entre les 2 lignes d'eau.</p>	
	<p>Je me déplace entre les 2 barres de la passerelle.</p>		
	<p>Je me déplace le long d'une barre.</p>		
	<p>Je me déplace avec une frite sous les bras.</p>		
	<p>Je me déplace le long du « pont de singe ».</p>		

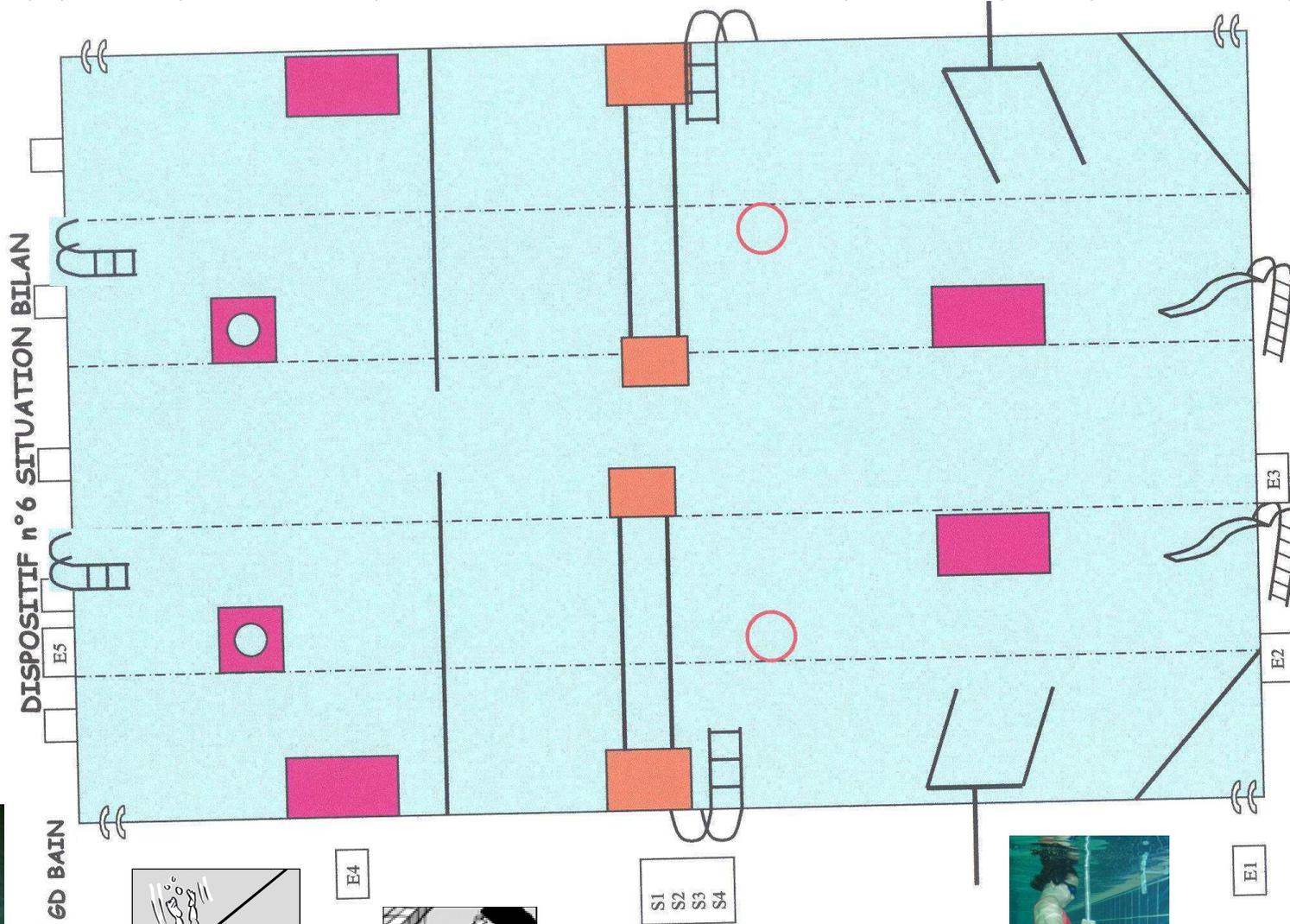
De la 6^{ème} à la 11^{ème} séance

Les immersions :

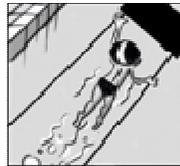
		<p>Je mets la tête sous l'eau.</p>	
		<p>Je passe sous la ligne d'eau.</p>	
			<p>Je descends le long de la barre ou de l'échelle.</p>
		<p>Je passe dans le cerceau.</p>	
		<p>Je passe sous la passerelle ou sous la barre.</p>	
		<p>Je vais dans la cage.</p>	

Pendant la dernière séance

Relie chaque photo à sa représentation sur le dispositif dessiné ci-dessous. Colorie les éléments du dispositif et trace le parcours que tu vas réaliser à la piscine.



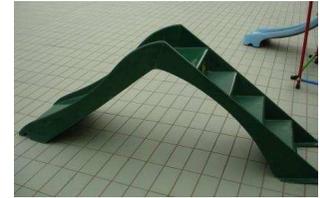
E4



S1
S2
S3
S4



E1



E3

E2

