

# OUTIL D'ÉVALUATION : NATATION DE VITESSE

## Cycle 3 (niveau 6è)



COMPÉTENCE ATTENDUE :		SITUATION PROPOSÉE :						
Produire la meilleure performance possible sur 25m en crawl et sur 25m en dos, en optimisant le rapport amplitude fréquence, l'équilibre entre les 2 nages et la respiration. Assumer au sein d'un petit les rôles de starter, chronométreur, observateur et secrétaire.		Après un départ commandé réalisé successivement 25m en crawl et 25m en dos. Chaque nageur s'efforcera d'optimiser sa force propulsive, d'équilibrer son temps de course dans les 2 nages et d'adapter sa respiration au mode de nage (souffler dans l'eau en crawl). Chaque de 3 s'organise pour assumer les différents rôles (nageur, starter, chronométreur, compteur, secrétaire)						
OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE		MAITRISE INSUFFISANTE		MAITRISE FRAGILE		MAITRISE SATISFAISANTE		MAITRISE TRÈS SATISFAISANTE
PERFORMANCE	SUR 6	0.5	1	2	3	4	5	6
NIVEAU DE PERFORMANCE  SUR 6 POINTS	Temps au 25m SUR 6 POINTS	Réalise seulement 25m dans 1 des 2 nages	Réalise 25 m en crawl et 25m en dos	Temps Inférieur à 36	Temps Inférieur à 34	Temps Inférieur à 32	Temps Inférieur à 30	Temps Inférieur à 28''
				Temps Inférieur à 38	Temps Inférieur à 36	Temps Inférieur à 34	Temps Inférieur à 32	Temps Inférieur à 30''
MAITRISE	SUR 6	1.5		3		4.5		6
NIVEAU DE MAITRISE  SUR 6 POINTS	Efficacité rapport amplitude/coup de bras SUR 2 POINTS	Plus de 19 cycles de bras (37 CB ou plus)		17 à 19 cycles de bras (33 à 37 CB)		Entre 15 et 17 cycles de bras (30 à 33 CB)		Moins de 15 cycles de bras (- de 30 coups de bras sur 50m)
	Entrée dans l'eau SUR 2 POINTS	0.5		1		1.5		2
	Respiration SUR 2 POINTS	Entre en sautant		Entrée en boule ou en plat		Plonge du bord		Départ plongé du plot
Gestion SUR 8		2		4		6		8
GESTION METHODOLOGIE  SUR 8 POINTS	Ecart de temps entre les deux 25m SUR 2 POINTS	0.5 13''		1 12''		1.5 11''		2 10''
	Estimation de performance SUR 2 POINTS	Erreur de 8''		Erreur de 7''		Erreur de 6''		Erreur de moins de 5''
	Organisation en groupe Engagement responsable SUR 4 POINTS	Le groupe se disperse, les rôles ne sont pas assumés correctement et la fiche est très incomplète ou pas remplie Comportement peu soucieux des règles et des consignes.		Fiche partiellement remplie, observations et chronométrage approximatifs Respecte les règles et consignes, mais s'engage peu.		Fiche remplie, les rôles sont assumés, mais beaucoup de perte de temps, manque d'efficacité. Respecte les règles et consignes et s'engage sur sollicitation.		Le groupe est organisé, efficace. Chacun assume successivement les rôles et renseigne la fiche complètement. Connait et applique les règles d'hygiène et de sécurité. Est toujours impliqué, responsable et autonome.