

**Un nouvel outil USEP : le DVD "Ecole de Natation Française"  
avec livret test "Sauv'nage"  
pour de nouvelles rencontres USEP natation des temps scolaire et non scolaire**

En partenariat avec le Comité Olympique Français et les fédérations concernées, l'USEP vient d'éditer un DVD "Livret de l'école de natation française" qui présente avec vidéos et supports complémentaires des situations de renforcement des activités d'apprentissage de natation (water-polo, natation synchronisée, plongeon, nage avec palmes, ...) et un livret d'évaluation du savoir nager par le test "Sauv'nage".

Ce DVD est disponible au prêt à l'USEP 86 afin que vous puissiez :

- Proposer des situations lors de séances de natation (d'été) avec classes de cycle III ou fin de cycle II,
- Organiser une épreuve ou rencontre USEP avec 2 classes affiliées réunies sur une demi-journée sur un bassin (d'été) en fin de cycle,
- Organiser en fin d'année scolaire, une rencontre USEP du mercredi après-midi pour les enfants volontaires issus des classes USEP d'un secteur et amenés par leurs parents avec des jeux et le test "Sauv'nage".

Pour l'organisation de cette nouvelle rencontre hors temps scolaire, l'USEP 86 pourra vous apporter un soutien logistique et financier afin de prendre en charge les frais d'ouverture et de surveillance de l'activité par surveillant BEESAN ou ETAPS.

Merci de voir la faisabilité d'un tel projet avec votre collectivité et de nous contacter pour finaliser tout projet de rencontre USEP natation (contact par bordereau demande de matériel).

**Validation du test: l'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre, dans la continuité, sans prise d'appui solide, sans lunettes.**

Objectifs, visés	Consignes	Critères d'évaluation
<b>1</b> Enchaînement entrée dans l'eau et immersion. Réaliser une entrée dans l'eau simple avec impulsion, une immersion totale et une remontée passive.	Sauter du bord, se laisser remonter passivement.	Existence d'une impulsion, d'une immersion totale et d'une remontée sans propulsion.
<b>2</b> Flottaison ventrale. Réaliser une flottaison ventrale.	Réaliser un équilibre en position ventrale.	Equilibre ventral, maintenu en surface pendant 5 secondes (palmes et bassin en surface).
<b>3</b> Immersion orientée. Enchaîner un déplacement ventral, un passage en immersion et une sortie de l'eau maîtrisée.	Nager jusqu'au cercueil et y entrer.	Réaliser sans prise d'appui sur le cercueil.
<b>4</b> Equilibre vertical. Se maintenir en position verticale.	Rester en position verticale tête hors de l'eau durant 5 secondes.	Tête émergée pendant 5 secondes (oreilles et bouche hors de l'eau).
<b>5</b> Enchaînement déplacement ventral et immersion. Enchaîner une succession de déplacements en surface et en immersion.	Ressorte du cercueil, nager (entre 10 et 20 m). Passer sous chaque obstacle (m. : 2 à 4 lignes d'eau espacées d'au moins 1,50 m).	Déplacement sur le ventre, sortie du visage entre chaque obstacle.
<b>6</b> Flottaison dorsale. Réaliser une flottaison dorsale.	Réaliser un équilibre en position dorsale.	Equilibre dorsal maintenu pendant 5 secondes (palmes et bassin à la surface).
<b>7</b> Déplacement dorsal. Réaliser une propulsion dorsale.	Nager sur le dos (entre 15 m et 20 m).	Déplacement sans temps d'arrêt en conservant la position dorsale.
<b>8</b> Exploration de la profondeur. Enchaîner une immersion, un déplacement vers le fond du bassin, une localisation et la saisie d'un objet, une remontée maîtrisée.	À la fin du parcours, aller chercher un objet au fond du bassin, le montrer au-dessus de l'eau, le lâcher et terminer le parcours en position dorsale.	Remonter l'objet et le montrer au-dessus de la surface. L'objet est immergé à 1,30 m de profondeur (plus ou moins 30 cm en fonction de l'âge).

Le : ..... à : .....  
 Nom : .....  
 Prénom : .....  
 Nè(e) le : .....  
 Fédération : .....  
 Club/structuré : .....  
 N° de licence : .....  
 Nom de l'évaluateur : .....  
 N° identifiant : ..... Signature: \_\_\_\_\_

**école de natation française**  
**Diplôme sauv'nage**  
 USEP FRANCE OLYMPIQUE

La grille d'évaluation peut être téléchargée sur le site internet de chaque fédération