

Evaluation Sheet

Formation Swiss Aquatics Kids

Moniteur:

Jour:

Heure:

Nom:



Moniteur:	Specific
Jour:	
Heure:	
Nom:	
	15 m delfino
	25 m rana
	50 m dorso
	50 m crawl

Notes:

.....
.....
.....

swiss aquatics 
education



check-list

100m dos	départ
	rotation autour de l'axe longitudinal à partir de la hanche
100m crawl	coude haut pendant la phase de retour du bras
	respiration sur le côté
50m brasse	coordination
	ramener les jambes avec résistance faible
25m dauphin	coordination
	pas de pause avant la phase de retour des bras

Evaluation Sheet Formation Swiss Aquatics Kids



Moniteur:

Jour:

Heure:



Nom:

Moniteur:	Specific
Jour:	
Heure:	
Nom:	
	150m Dos
	100m quatre nages battement de jambes
	25m mouvement de jambes simultané sur le dos
	Traction de plongée

check-list

150m dos	départ
	rotation autour de l'axe longitudinal à partir de la hanche
100m quatre nages battement de jambes	séquences correctes
	virages conformes au règlement
25m mouvement de jambes simultané sur le dos	mouvement de bras symétrique
Plongeon de départ avec traction de plongée	séquences correctes
	longues phases de glisse

Notes:

Vous trouvez plus d'informations sur la formation Kids ainsi qu'une description détaillée des formes cibles et des étapes d'apprentissage dans le Teachers Guide et les Visual Guides.
education@swiss-aquatics.ch

Evaluation Sheet Formation Swiss Aquatics Kids



Notes:

Specific



check-list

100m quatre nages	séquences correctes
	virages conformes au règlement
200m crawl	coude haut pendant la phase de retour du bras
	respiration sur le côté
15m plongée avec plongeon de départ	accomplir la distance sans interruption
Pratique: entrée dans l'eau adaptée à la situation	selon règlement de SSS
Théorie: dispos. d'urgence, maximes de la baignade	selon règlement de SSS

Evaluation Sheet
Formation Swiss Aquatics Kids

Moniteur:

Jour:

Heure:

Nom:

Notes:



Specific

250m pyramide des quatre nages			
50m Dauphin		Pratique: Amener la victime	Pratique: Plonger trois anneaux
			Théorie: base de la plongée

swiss aquatics 
education



check-list

250m pyramide des quatre nages	séquences correctes
	virages conformes au règlement
50m dauphin	coordination
	pas de pause avant la phase de retour des bras
	virages conformes règlement
Pratique: ramener la victime au bord	selon règlement de SSS
	pas de contact avec le moniteur / bord du bassin
Pratique: plonger trois anneaux	selon règlement de SSS

Théorie: bases de la plongée selon règlement de SSS

Evaluation Sheet

Formation Swiss Aquatics Kids

Moniteur:

Jour:

Heure:



Nom:

Moniteur:	Specific
Jour:	
Heure:	
Nom:	
	200m quatre nage
	100m Brasse
	20m plongée avec plongeon de départ
	Pratique: utiliser supports et aides
	Théorie: mise en alerte, schéma BLSAED

swiss aquatics +
education



check-list

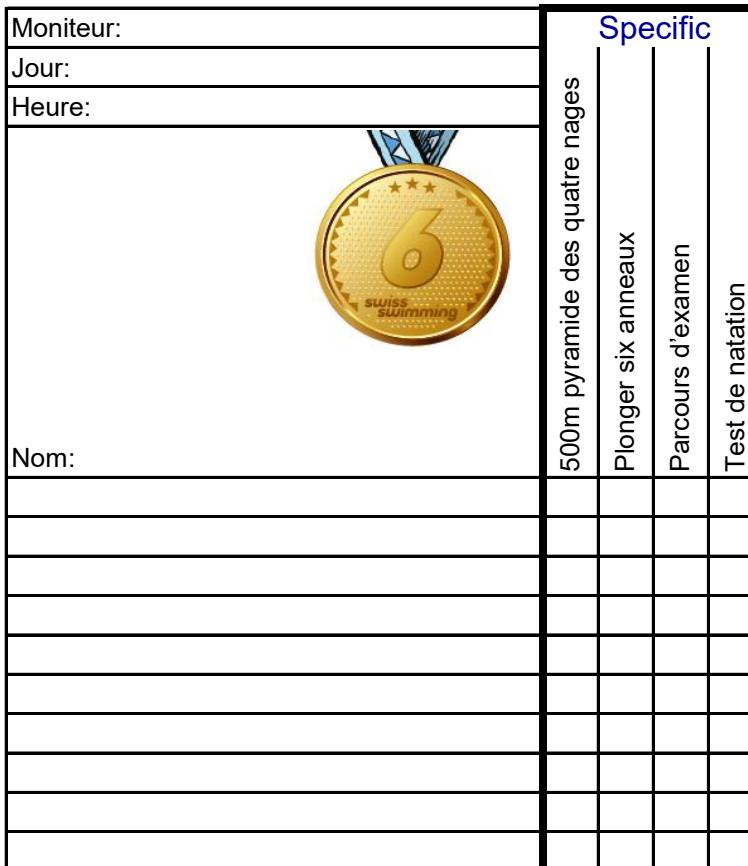
200m quatre nage	séquences correctes
	virages conformes règlement
100m brasse	coordination
	mouvements partiels efficaces
20m plongée avec plongeon de départ	accomplir la distance sans interruption
Pratique: utiliser supports et aides de sauvetage	selon règlement de SSS
Théorie: mise en alerte, schéma BLS/AED	selon règlement de SSS

Notes:

Vous trouvez plus d'informations sur la formation Kids ainsi qu'une description détaillée des formes cibles et des étapes d'apprentissage dans le Teachers Guide et les Visual Guides.
education@swiss-aquatics.ch

Evaluation Sheet

Formation Swiss Aquatics Kids



Notes:

swiss aquatics 
education



check-list

500m pyramide des quatre nages	séquences correctes
	virages conformes au règlement
Plonger six anneaux	selon règlement de SSS
Parcours d'examen	selon règlement de SSS
Test de natation	selon règlement de SSS

Vous trouvez plus d'informations sur la formation Kids ainsi qu'une description détaillée des formes cibles et des étapes d'apprentissage dans le Teachers Guide et les Visual Guides.
education@swiss-aquatics.ch