

## Notes Cycle 1

Pour pouvoir déterminer une note, vous devez d'abord déterminer les notes partielles. Celles-ci sont définies comme suit:

Facile:

Réussi	Note 4.5
Réussi partiellement	Note 4
Pas réussi	Note 3.5

Moyen:

Réussi	Note 5
Réussi partiellement	Note 4.5
Pas réussi	Retour au „Facile“

Difficile:

Réussi	Note 6
Réussi partiellement	Note 5.5
Pas réussi	Retour au “Moyen”

La note est fondée sur le niveau de l'élève. La note est plus élevée ou plus basse en fonction du niveau atteint par l'élève (facile, moyen, difficile). Les critères se referent aux exécutions techniques continues dans le School Guide.

## Légende

PV	Pose ventrale
PD	Pose dorsale
BJA	Battements de jambes alternés
Streamline- Position	Position du corps étirée de la tête aux pieds, bras allongés

Nom: \_\_\_\_\_

Facile			Moyen			Difficile		
Tête complètement sous l'eau, expirer 1x			Tête complètement sous l'eau, ouvrir les yeux, expirer 1x			Tête complètement sous l'eau, ouvrir les yeux, expirer et inspirer une fois en alternance, trois fois de suite.		
Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne
Réussi partiellement			Réussi partiellement			Réussi partiellement		
Pas réussi			Pas réussi			Pas réussi		
Flotter 5 sec., accessoires autorisés			Flotter 5 sec. dans une position à choix			Flotter 5 sec., dans deux positions à choix		
Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne
Réussi partiellement			Réussi partiellement			Réussi partiellement		
Pas réussi			Pas réussi			Pas réussi		
Glisser 5 sec. position à choix PV ou PD, accessoires autorisés			Glisser 5 sec. position à choix PV ou PD			Glisser 5 sec. en PV et PD, bras le long du corps et en position Streamline (flèche)		
Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne
Réussi partiellement			Réussi partiellement			Réussi partiellement		
Pas réussi			Pas réussi			Pas réussi		
5 sec. BJA en PV ou PD, accessoires autorisés			10m BJA en PV et PD, bras le long du corps ou en position Streamline (flèche)			10m BJA avec rotation autour de l'axe longitudinal, bras le long du corps ou position Streamline (flèche)		
Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne
Réussi partiellement			Réussi partiellement			Réussi partiellement		
Pas réussi			Pas réussi			Pas réussi		
Saut dans une eau où les enfants ont pied			Saut dans une eau où les enfants ont pied (avec immersion), revenir en nageant avec aide			Saut dans une eau où les enfants ont pied et revenir en nageant		
Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne	Réussi		Moyenne
Réussi partiellement			Réussi partiellement			Réussi partiellement		
Pas réussi			Pas réussi			Pas réussi		

*swiss aquatics*   
*education*