

# Pour entrer dans l'eau

# Pour me déplacer, m'équilibrer

# Pour m'immerger, respirer

**Je sais entrer dans l'eau en descendant par l'échelle**

**Je sais entrer dans l'eau en descendant par l'échelle**

**Je sais sauter du bord avec l'aide d'un adulte**

**Je sais glisser seul du toboggan, pieds en avant**

**Je sais sauter du bord en petite profondeur**

**Je sais glisser du bord**

**Je sais sauter du bord en grande profondeur**

**Je sais glisser seul du toboggan, pieds en avant**

**Je sais plonger en basculant du bord**

**Je sais plonger en donnant une impulsion**

**Je sais glisser seul du toboggan, tête en avant**

**Je sais me déplacer seul, librement, dans l'eau avec appuis plantaires**

**Je sais me déplacer en ayant de l'eau jusqu'au menton**

**Je sais flotter avec un tapis, un objet flottant**

**Je sais avancer le long d'une ligne d'eau, sans appuis plantaires**

**Je sais faire la méduse**

**Je sais participer à des jeux collectifs avec ou sans ballon**

**Je sais me déplacer le long d'une ligne d'eau, d'une corde, d'une perche, avec appuis plantaires**

**Je sais longer le mur avec appuis plantaires**

**Je sais avancer en battant des jambes, avec ou sans objet fuyant (bûche, planche...)**

**Je sais faire la boule**

**Je sais m'allonger sur l'eau pour faire l'étoile dorsale**

**Je sais passer dans la cage à écureuil, tête immergée**

**Je sais souffler dans l'eau**

**Je sais passer dans un cerceau immergé**

**Je sais pousser sur le mur avec les pieds, pour faire des coulées dorsales avec appuis fuyants (planche)**

**Je sais pousser sur le mur avec les pieds, pour faire des coulées ventrales avec appuis fuyants (planche)**

**Je sais ramasser un objet au fond de l'eau**

**Je sais faire un plongeon canard**

**Je sais crier, chanter en laissant l'eau entrer dans ma bouche**

**Je sais passer sous une perche**

**Je sais passer sous une corde**

**Je sais mettre la tête dans l'eau**

**Je sais descendre le long d'une perche**

**Rouge : Les entrées dans l'eau (la queue)**  
**Bleu : S'équilibrer, se déplacer (la partie centrale)**  
**Vert : S'immerger, respirer (la tête)**