

CANDIDATS HANDICAPES MOTEURS PRATIQUANT DANS L'EAU

Classification G3

- **Atteinte des membres inférieurs exclusivement, se déplacent en fauteuil roulant ou...**
 - **Se déplaçant aisément avec 1 ou 2 cannes ou...**
- **Marchant avec une atteinte motrice (coordination neuro motrice déficiente) de 2 membres d'un seul côté ou...**
- **Amputation totale ou partielle (minimum poignet ou cheville) au niveau de 2 membres.**

Classification G4

- **Marchant sans canne avec atteinte motrice au niveau de 1 ou 2 membres inférieurs ou...**
 - **Marchant sans canne avec atteinte motrice légère des 4 membres (coordination neuro motrice déficiente) ou...**
- **Amputation au niveau d'un seul membre (minimum poignet ou cheville).**

NAGE DE DUREE : 10 MINUTES

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPE D'ELABORATION DE L'EPREUVE			
<p>Niveau 1 - Savoir gérer son effort et son énergie pour nager longtemps, régulièrement et sans arrêt dans un temps donné en 2 nages maximum dont au moins une ventrale.</p> <p>Niveau 2 - Savoir gérer son effort et son énergie de façon optimale pour nager longtemps, régulièrement et en ligne droite, la plus grande distance possible en un temps donné dans une seule nage ventrale. L'expiration subaquatique est régulière et maîtrisée.</p>		<p>L'épreuve s'effectuera dans un bassin de 25 M Epreuve de 10 minutes départ plongé ou glissé dans l'eau 2 modes de déplacement sont autorisés parmi les suivants : ventral alternatif, ventral simultané, dorsal alternatif, dorsal simultané <i>avec obligatoirement une nage ventrale</i> Avant le début de l'épreuve, le nageur communique au jury son projet de distance, le ou les modes de déplacement et la distance qu'il parcourra par mode de déplacement. Règle 1 : les changements de nage se feront uniquement à l'issue des 25 m après le virage. Règle 2 : la note de performance ne pourra dépasser 06 sur 12 s'il le candidat s'arrête une fois plus de 2'' au cours de l'épreuve.</p>			
Points	ELEMENTS A EVALUER	NIVEAU 1 NON ATTEINT	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2	
12/20	Performance chronométrée	DE 02 à 06	DE 06 à 09	DE 09 à 12	
		CF Tableau de performance	CF Tableau de performance	CF Tableau de performance	
		- Quelle que soit la performance, la note ne peut dépasser 06/12 s'il y a 1 arrêt de plus de 2'' dans le parcours.			
06/20	REGULARITE	0.25 point par critère	0.5 point par critère	1 point par critère	
		Nombre de nage	3 nages dont une ventrale	2 nages dont une ventrale	1 nage ventrale
		changements de nage	3 changements de nage durant l'épreuve	2 changements de nage maximum	0 changement
		Vitesse	Courbe de vitesse irrégulière	Un fléchissement de vitesse	Vitesse régulière sans fléchissement
		Virage/reprise de nage	Ralentissement marqué en abordant le virage. Pas de coulée ni de poussée sur le mur	Faible poussée et courte coulée ventrale	Bonne poussée sur le mur Coulée dorsale et ventrale optimales
		Déplacement	Zigzags – touche plusieurs fois les lignes d'eau sur la longueur	Ne nage pas au centre de la ligne Tendance à obliquer sans anticiper la rectification de trajectoire.	Nage au centre de sa ligne en ligne droite. Anticipe la rectification de trajectoire
		Concentration Respiration	Comportement excessif Découragement précoce Pas d'expiration subaquatique	Peu de concentration au départ et irrégulière durant l'épreuve. Expiration subaquatique irrégulière	Concentration soutenue Expiration subaquatique régulière
02/20	Conformité au projet annoncé Cf fiche individuelle d'évaluation	0	Entre 0.25 et 1 point	Entre 1.25 et 2 points	
		Non-conformité	conformité + ou – acceptable	conformité quasi totale	

NATATION FICHE D'ÉVALUATION INDIVIDUELLE

Nage de durée - G3 - G4

NOM :	Prénom :	Note finale	
Classification :		N1/12	N2 / 2
examen :	Année 200		N3 / 6
		PENALITE : 1 pt par arrêt de 2''	

CONSIGNES AU CANDIDAT	CONSIGNES AU JURY
<p>AVANT L'ÉPREUVE</p> <p>1° : Remplir la case de renseignements individuels</p> <p>2° : Inscrire dans la colonne PROJET du tableau 1 d'évaluation</p> <ul style="list-style-type: none"> - la distance prévue en 10 minutes - le mode de déplacement en dos par 25 m <p>DC dos crawlé – DS dos mouvements simultanés des bras –</p> <p>B brasse – C crawl</p>	<p>SUR TABLEAU 1</p> <p>1° : inscrire pour chaque 50 M le temps de passage sur le tableau ci-dessous</p> <p>2° : inscrire pour chaque 25 m le mode de déplacement</p> <p>DC dos crawlé – DS dos mouvements simultanés des bras</p> <p>B brasse – C crawl</p> <p>3° : dessiner la courbe de rythme</p> <p>SUR TABLEAU 2</p> <p>4° : remplir les 3 rubriques : performance – conformité au projet – régularité</p> <p>5° : remplir la colonne des NOTES</p>

TABLEAU 1

Projet de distance :					Distance réalisée :														
	50	100	150	200	250	300	350	400	425										
Temps passage																			
Temps par 50 m 1° 50 m = temps de base																			
Différence avec le 1° 50 m																			
Tracé de la courbe de rythme	Dessiner globalement la courbe de rythme																		
	-	-----																	
	+																		
	25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	300	325	350	375	400	425	450	
Projet nage(s)																			
Réalisation																			
Nombre de changements de nage :	<i>ex : B B C B B CC = 3 chgts</i>																		

DC : dos crawlé mouvements alternatifs des bras – battements jambes

DS : dos mouvements simultanés bras – battements jambes

B : brasse

C : crawl

NATATION Nage de durée - G3 - G4

Nom :

Prénom :

TABLEAU 2

		<i>PROJET</i>		<i>REALISATION</i>	<i>NOTE</i>
<i>PERFORMANCE</i>	<i>Distance en 10'</i>				<i>N 1/12</i>
<i>ECART AU PROJET</i>		0pt	0,5pt	1pt	<i>N2/2</i>
	<i>Modes de déplacement</i>	+ d'1 différence	1 différence	Idem projet	
	<i>Distance totale</i>	plus de ± 10%	De± 10% à ± 5%	moins de ± 5%	
R E G U L A R I T E		0.25 par tâche	0.50 par tâche	1 point par tâche	<i>N 3 / 6 :</i>
	Nombre de nages	Plus de 2 nages	2 nages dont une ventrale	1 nage ventrale	
	Nombre de changements	3 changements de nage durant l'épreuve en bout de bassin	2 changements de nage maximum durant l'épreuve en bout de bassin	0 changement	
	Rythme	Courbe de vitesse irrégulière	Un fléchissement de vitesse	Vitesse régulière sans fléchissement	
	Virage Reprise de nage	Ralentissement marqué en abordant le virage. Pas de coulée ni de poussée sur le mur	Faible poussée Courte coulée ventrale	Bonne poussée sur le mur et Coulée dorsale et ventrale optimales.	
	déplacement	Zigzags Touche plusieurs fois les lignes d'eau sur la longueur	Ne nage pas au centre de la ligne Tendance à obliquer sans anticiper la rectification de trajectoire.	Nage au centre de sa ligne en ligne droite. Anticipe la rectification de trajectoire	
Concentration respiration	Comportement excessif Découragement précoce Pas d'expiration subaquatique	Peu de concentration au départ et irrégulière durant l'épreuve. Expiration subaquatique irrégulière	Concentration soutenue Expiration subaquatique régulière		

PERFORMANCE

F – G4 : fille G4 ; F – G3 : fille G3 ; G – G4 : garçon G 4 ; G – G3 : garçon G3

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
F - G4	- de10'	10'	200	225	250	275	300	325	350	375	400	+ 400
F - G3	- de10'	10'	150	175	200	225	250	275	300	325	350	+ 350
G -G4	- de10'	10'	250	275	300	325	350	375	400	425	450	+ 450
G -G3	- de10'	10'	200	225	250	275	300	325	350	375	400	+ 400