



Préscolaire 1 / Méduse

Date :
Heure :
Moniteur.trice :

Résultats de l'apprenant.e

Participe aux activités avec enthousiasme.

Est heureux.euse dans l'eau.

Éducation et sensibilisation à la sécurité

Connaît les règles de sécurité aquatique et les dangers inhérents.

Les sons et les règles de base de la sécurité aquatique.

Comprend la différence entre les objets qui flottent et ceux qui ne flottent pas.

Sait comment appeler à l'aide.

Entrée dans l'eau et sortie de l'eau

Entre dans l'eau, avec de l'aide.

Sort de l'eau.

Entre dans l'eau en utilisant l'escalier ou l'échelle.

Entre dans l'eau à partir du bord de la piscine.

Saute en eau peu profonde avec de l'aide.

Contrôle de la respiration

Fait des bulles en tenant un.e adulte ou le bord de la piscine.

Se met progressivement le visage dans l'eau.

Respiration rythmée en tenant un.e adulte ou le bord de la piscine.

Respiration rythmée : fait des bulles.

Récupère un objet en eau peu profonde.

Battements de jambes en tenant le mur et en faisant des bulles.

Flottabilité et maintien en surface

Flotte sur le ventre, avec de l'aide.

Flotte sur le dos, avec de l'aide.



Préscolaire 1 / Méduse

Suite

Date :
Heure :
Moniteur.trice :

Déplacement dans l'eau

Se déplace dans l'eau à hauteur de la poitrine.

Se fait remorquer sur le ventre en utilisant un VFI.

Se fait remorquer sur le ventre : battement de jambes et mouvement des bras.

Se fait remorquer sur le dos en utilisant un VFI.

Se fait remorquer sur le dos : battement de jambes et mouvement des bras.

Glissade sur le ventre, avec de l'aide.

Glissade sur le dos, avec de l'aide.