



Madame, Monsieur,

Dans le cadre des activités physiques programmées (Séquence d'Aviron) en 5^{ème} pour l'année scolaire 2020-2021, nous vous sollicitons pour nous faire parvenir une attestation de savoir nager (« Attestation scolaire du Savoir Nager » - Arrêté du 9-7-2015 - J.O. du 11-7-2015), défini comme suit :

Parcours à réaliser en continuité, sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes :

- à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière ;
- se déplacer sur une distance de 3,5 mètres en direction d'un obstacle ;
- franchir en immersion complète l'obstacle sur une distance de 1,5 mètre ;
- se déplacer sur le ventre sur une distance de 15 mètres ;
- au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 secondes puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- faire demi-tour sans reprise d'appuis et passer d'une position ventrale à une position dorsale ;
- se déplacer sur le dos sur une distance de 15 mètres ;
- au cours de ce déplacement, au signal sonore réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 secondes, puis reprendre le déplacement pour terminer la distance des 15 mètres ;
- se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète ;
- se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ.

Il est possible de réaliser ce test dans une piscine municipale en sollicitant un maître-nageur. Cette attestation devra être fournie **impérativement** le jour de la rentrée auprès du professeur principal.

En l'absence de ce document, ***l'enfant ne pourra pas pratiquer*** l'activité Aviron.

Veillez recevoir l'expression de nos salutations distinguées.

L'équipe pédagogique EPS