Relais immersion obstacles

Savoir nager • Collège 4e/3e • CA2

Objectif

Cooperation enchainement

But

Equipe valide relais

Thème

Enchainer des actions motrices variees : sauter, s'immerger, nager sous l'eau, franchir un obstacle

Organisation et rôles

Un observateur par equipe — 5 élèves, dont 4 en action et 1 observateurs.

Sécurité

Un nageur par ligne, obstacles souples

Consigne

Equipe de 4. Chaque eleve saute, s'immerge, franchit 1 cerceau sous l'eau avant relais suivant.

Critères de réalisation

- Saut correct
- Franchissement propre
- Relais fluide

Critère de réussite

Relais termine sans faute

Matériel

4 cerceaux, 8 plots, chrono

Variables de différenciation

- Equipe 3–5
- Distance sous eau 8–12 m
- Repetitions 2–3