

DIPLÔME NATIONAL DU BREVET : NATATION DE VITESSE

Compétences attendues de niveau 2		Principes d'élaboration de l'épreuve	
À partir d'un départ commandé, réaliser la meilleure performance possible sur une distance de 50 mètres selon 2 modes de nage, ventrale et dorsale, en optimisant le plongeon, le virage et le rapport amplitude fréquence. Assumer au sein d'un groupe restreint les rôles de starter et de chronométrateur.		Par groupes de 2 à 4 élèves, organiser une prise de performance sur 50 mètres, selon 2 modes de nages codifiées selon les règles fédérales, 25 m en ventral puis 25 m dorsal. Les élèves passent dans tous les rôles : nageur, starter, observateur - chronométrateur. Des temps de concentration sont prévus. L'enseignant définit les espaces d'évolution (couloirs, espaces de déplacements des nageurs et des chronométrateurs/observateurs, espaces de récupération et d'échanges). Un cycle de bras correspond à deux coups de bras en crawl et dos crawlé, et à un mouvement de bras en brasse. Pour un élève ne finissant pas les 50 m on comptabilisera les tranches de 12,5 m parcourues.	

Points	Éléments à évaluer		Degrés d'acquisition du niveau 2 de compétence		20				
8	Performance au 50 m deux nages		voir le tableau suivant		8				
Filles	Moins de 25 m nagés	Parcours 50 m inachevé 0,5 par 12,5 m nagés	≥ 1'20"	1'11"	1'03"	56"	49"	43"	≤ 42"
Garçons	Moins de 25 m nagés	Parcours 50 m inachevé 0,5 par 12,5 m nagés	≥ 1'15"	1'06"	58"	51"	44"	38"	≤ 37"
Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8

8	Efficacité du rapport amplitude/fréquence (cycles de bras sur 50 m)	Nageur bagarreur plus de 35 cycles de bras 0 - 4	Nageur aquatique énergétique de 30 à 35 cycles 4,5 - 6	Nageur glisseur propulseur moins de 30 cycles 6,5 - 8
4	Efficacité du starter, du chronométrateur, et de l'observateur	Du juge dilettante Donne les départs sans faire respecter l'intégralité du règlement. Chronomètre avec une différence de plus de 3 dixièmes par rapport au chronométrateur de référence. Les observations sont globales.	Au juge fiable Donne les départs en respectant les commandements officiels. Chronomètre avec une différence de 2 à 3 dixièmes par rapport au chronométrateur de référence. Les observations sont réalisées correctement	Au juge multifonctions Donne les départs avec toujours la même régularité dans les commandements. Chronomètre avec moins de 2 dixièmes de différence. Toutes les observations sont justes et accompagnées de conseils pertinents pour le nageur. 3,5 - 4

Exemples d'items du socle commun liés à cette activité		Exemple d'indicateurs permettant de renseigner ces items	
Compétence 7:	Mobiliser à bon escient ses capacités motrices dans le cadre d'une préparation physique adaptée à son potentiel S'engager dans un projet individuel. Assumer des rôles, prendre des initiatives et des décisions	L'élève gère son effort entre une performance à réaliser sur 50 mètres et des contraintes de réalisation : optimisation des coulées, amplitude de nage et régularité du rythme de mouvements de bras. L'élève démontre qu'il est capable de concevoir un projet de course et de le mener à bien. L'élève s'implique efficacement dans le fonctionnement du groupe. Il reste concentré sur ses rôles de starter et chronométrateur.	