ANNUEL RÈGLEMENT
2019/2020

FÉDÉRATION FRANÇAISE
NATATION

école de natation française

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION

PARTENAIRE PRINCIPAL
EDF

PARTENAIRES OFFICIELS
TYR
GROUPE MDS Mutuelle des Sportifs

SUIVEZ NOUS SUR
YouTube
ffnatation.fr

SOMMAIRE

Avant-Propos *3*

L'Ecole de Natation Française 4

Concept de l'ENF 5

Préambule 6

Les trois étapes de l'Ecole de Natation Française 6

Les conditions de participation au programme ENF 8

Organisation générale d'une session de passage de "TESTS ENF" 10

SAUV'NAGE 13

PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST NATATION COURSE 15

PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST NATATION ARTISTIQUE 16

PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST DE WATER-POLO 18

PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST PLONGEON 20

PASS'SPORT DE L'EAU – TEST NAGE AVEC PALMES 22

PASS'COMPETITION – NATATION COURSE ET EAU LIBRE 24

PASS'COMPÉTITION - NATATION ARTISTIQUE 26

PASS'COMPÉTITION - WATER-POLO: LE PARCOURS DE TIR 29

PASS'COMPÉTITION - WATER-POLO : LE MATCH 30

PASS'COMPÉTITION - PLONGEON 31

Annexes

NUMÉROS D'ATTRIBUTION DES FÉDÉRATIONS DU CONSEIL INTERFÉDÉRAL DES ACTIVITÉS AQUATIQUES 32

NUMÉRO D'IDENTIFIANT ENF POUR LES ASSISTANTS ÉVALUATEUR LES ÉVALUATEURSET LES FORMATEURS 33

EN ATTENTE DE VALIDATION

AVANT-PROPOS

École de Natation Française 2019-2020

Il y a une volonté fédérale forte de faire évoluer l'École de Natation Française (ENF).

A ce titre, la FFN mène une deuxième phase d'évolution, après les aménagements de la saison 2018/2019, avec une consultation plus élargie afin de réunir toutes les sensibilités fédérales. Ainsi, après un appel à candidatures, le groupe de travail ENF est constitué de dix-huit personnes. Ce panel se veut le plus représentatif possible en termes de structures fédérales (club, comité, ligue, FFN mais également le CIAA) et de qualité des acteurs (élus, cadres techniques et salariés).

Ainsi, suite aux réflexions du groupe de travail sur l'ENF, nous nous sommes attachés à la réforme du 3ème niveau des tests. En effet, sur 80 000 Avenirs licenciés auprès de la fédération seuls 10 000 deviennent des compétiteurs. Forts de ce constat, la Natation course a initié un challenge dénommé le « Challenge Avenirs ».

Cette réforme attendue permettra une simplification du parcours de l'enfant et une entrée plus précoce dans la compétition.

Concernant le Pass'sports de l'eau, cette étape sera questionnée au cours de cette saison sportive pour d'éventuelles modifications qui seraient présentées à l'AG FFN 2020.

Bonne saison à toutes et à tous.

Mme Christiane GUERIN
Secrétaire Générale FFN
Présidente de la commission fédérale Formation - ENF

EN ATTENTE DE VALIDATION

L'ECOLE DE NATATION FRANÇAISE

Les Fédérations ayant la Natation en partage sont confrontées aux mêmes problématiques : les équipements, l'encadrement et l'organisation des pratiques, enfin l'accessibilité pour tous ; notamment aux personnes en situation de handicap. Concernant l'organisation des pratiques, les enjeux consistent à placer la Natation au service de la construction du nageur et des clubs. L'idée est de donner à l'École de Natation Française (ENF) tout son sens. Une École dans le sens de l'éducation et une École dans le sens de la formation. Pour répondre à ces problématiques, la Fédération Française de Natation s'est associée à 17 autres fédérations olympiques, affinitaires, scolaires et groupements d'employeurs pour former le Conseil Interfédéral des Activités Aquatiques (CIAA).

Partant du constat que des personnes déclarées comme sachant nager se noient et que chaque fédération ou institution a sa propre définition du savoir nager concernant les mêmes enfants, le CIAA a créé le test du **Sauv'nage.** Ce test est commun d'une institution à l'autre, il inclut des situations demandant une adaptation et il vérifie l'acquisition de fondamentaux.

La deuxième étape de formation du nageur, le **Pass'sports de l'eau,** est basée sur le développement des habiletés motrices dans le cadre de l'apprentissage du jeune enfant. Les neurosciences et l'étude du développement du cerveau (notamment Jean-Pierre Changeux et Alain Berthoz) montrent l'importance de la période située avant 9 ans dans le développement moteur de l'enfant.

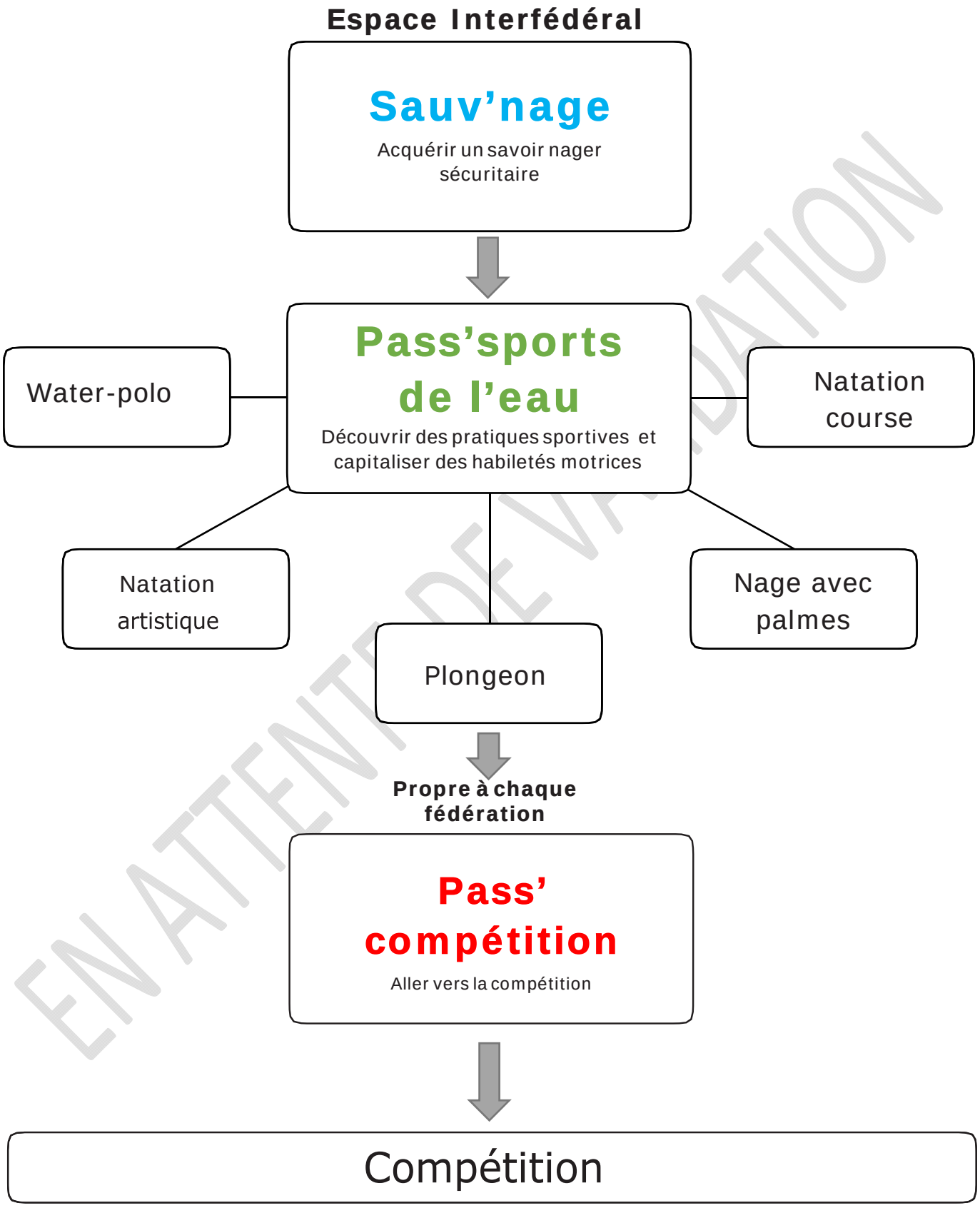
La troisième étape, le **Pass'compétition,** permet au jeune pratiquant de valider l'assimilation de l'environnement dans lequel il va se confronter aux autres ainsi que l'acquisition de compétences techniques requises par la compétition.

C'est dans ce contexte que la Fédération Française de Natation et le CIAA ont créé le concept de l'ENF.

Rappel :
L'ensemble des vidéos de l'École de Natation Française sont accessibles dans la partie École de Natation Française de la rubrique ÉVEIL - ÉDUCATION du site internet de la FFN (www.ffnatation.fr).

EN ATTENTE DE VALIDATION

CONCEPT DE L'ENF



EN ATTENTE DE VALIDATION

PREAMBULE

Les trois étapes de l'Ecole de Natation Française

La première étape:

Le « **Sauv'nage** » - Garantir la sécurité des pratiquants. Cette première étape permet d'acquérir les compétences minimales pour assurer sa propre sécurité dans l'eau et une maîtrise des fondamentaux.

À ce niveau, il est essentiel de préparer l'étape suivante (Pass'sports de l'eau) par l'exigence des objectifs visés. Apprendre à ne pas se contenter du minimum est une culture, une éducation qui favorise l'apprentissage de l'exigence.

La deuxième étape:

Le « **Pass'sports de l'eau** » - Enrichir et capitaliser les habiletés motrices. Cette seconde étape certifie l'acquisition de compétences sportives diversifiées à travers la pluridisciplinarité.

Cette étape certifie l'acquisition de compétences complexes intégrées dans des environnements différents. L'exigence réclamée dans une discipline favorise son transfert dans une autre discipline.

La troisième étape:

Le « **Pass'compétition** », propre à chaque fédération. Cette troisième étape garantit à son titulaire la capacité de se confronter aux autres, connaissance de la règle et du contexte de la compétition, maîtrise de toutes les techniques lui permettant de se confronter à « armes égales ».

Le cahier des charges ENF remis aux clubs qui sollicitent l'agrément ENF fournit les éléments utiles pour garantir le bon déroulement de leurs actions, dans un cadre identique et conforme à l'esprit de l'École de Natation Française. Il s'agit, entre autres, de garantir pour chaque titulaire d'un test de l'ENF d'une égalité de traitement et de jugement lors du passage des tests quelle que soit son appartenance fédérale.

EN ATTENTE DE VALIDATION

Des évolutions dans les règles de l'École de Natation Française:

Il y avait une volonté fédérale de faire évoluer l'ENF, sans toutefois la dénaturée et en tenant compte des avancées actuelles en terme de règlementation.

AMÉNAGEMENTS:

Ainsi, pour cette nouvelle saison sportive 2019/2020, les nageuses et nageurs des categories "Jeunes" et après ne sont pas soumis au caratère obligatoire de l'ENF. La catégorie "Avenirs" prend part au parcours de l'ENF.

NOUVEAUTÉS:

Challenge Avenirs

Le "Challenge Avenirs" définit dans l'Annuel Règlement Natation Course 2019/2020 servira désormais de support à l'obtention des Pass'compétition Natation Course et Eau Libre. Les nageurs(euses) qui valideront le "Challenge Avenirs" dans les conditions définies dans les textes disposeront ainsi, à partir de cette saison 2019/2020, des Pass'compétition NC et EL et pouront s'engager dans les compétitions de leur choix de ces deux disciplines à partir des périodes définies.
Pas de changement pour les Pass'compétition Natation Artistique, Water-Polo et Plongeon.

La participation au "Challenge Avenirs" n'est pas soumise à l'obtention préalable du Sauv'nage, ni du Pass'sports de l'eau. En revanche, pour la délivrance du Pass'compétition NC et EL, à l'issue du "Challenge Avenirs", le nageur devra être titulaire du Sauv'nage et du Pass'sports de l'eau.

Formations fédérales

Pour les nageurs(euses) souhaitant s'inscrire dans les formations fédérales (Brevets Fédéraux et Moniteur Sportif de Natation) et devant justifier de l'obtention du Pass'compétition pour les disciplines Natation Course et Eau libre, une attestation sécurisée de 100 mètres 4 nages, réalisée lors d'une competition du programme fédérale, sera délivrée, sur demande, par le DTN ou son représentant sur le territoire de la ligue régionale de natation concernée.

RAPPELS:

Les titulaires d'un Pass'compétition doivent disposer d'une licence compétiteur pour s'engager dans les programmes de competitions des disciplines concernées.

Les nageurs expatriés ou étrangers des categories Avenirs, licenciés au sein de la FFN, peuvent bénéficier, sur demande motivée auprès de la FFN et après accord de celle-ci, d'une dispense de passage de tests ENF, délivré au cas par cas, pour prendre part aux compétitions du programme fédéral.

L'accès à la compétition est présenté ci-après.

Tous les nageurs, à l'exception de ceux de la catégorie Avenirs *(filles nées en 2010 et après et garçons nés en 2009 et après)* **prenant part au "Challenge Avenirs", sont tenus, pour obtenir le Pass'compétition de la discipline concernée de respecter la chronolgie des tests ENF (Sauv'nage puis Pass'sports de l'eau et enfin Pass'compétition) avant d'accéder à la competition.**

Pour les catégories Jeunes (filles nées en 2009 et avant et garçons nés en 2008 et avant) et après: pas d'obligation ENF.

Pour être enregistrés dans la rubrique ENF du logiciel extraNat de la FFN, les nageurs concernés devront respecter la chronologie des tests ENF et devront être titulaires du test ENF sous-jacent pour enregistrer le test ENF correspondant.

EN ATTENTE DE VALIDATION

LES CONDITIONS DE PARTICIPATION AU PROGRAMME ENF

1 - Conditions d'agrément « École de Natation Française » (ENF)

Sont concernées:

- toute association affiliée à la Fédération Française de Natation ou à une des fédérations membres du CIAA qui souhaite adhérer aux principes de l'ENF.

Les conditions:

- avoir renseigné et signé le formulaire de demande d'agrément et l'avoir envoyé à la fédération via la ligue régionale;
- être à jour de l'affiliation;
- s'engager à avoir au moins une personne titulaire de la certification d'évaluateur ENF1, pour le test Sauv'nage.

L'agrément est délivré pour l'année sportive en cours, et renouvelé chaque année par tacite reconduction si les conditions requises par le cahier des charges ENF sont respectées; notamment l'enregistrement des résultats de sessions de passage de tests ENF dans la rubrique ENF du logiciel extraNat.

La FFN peut ne pas renouveler l'agrément en cas de manquement entraînant une incidence négative sur la crédibilité de la démarche. Les fédérations membres du Conseil Interfédéral seront informées de la décision.

2 - Formation des évaluateurs ENF de la FFN

Les compétences des acteurs ne sont pas remises en cause, elles sont utilisées. La formation des « évaluateurs ENF » vise à présenter le dispositif, la philosophie, et établir une cohérence entre les acteurs de toutes les fédérations mais aussi au sein de notre fédération.

L'évaluation du « Sauv'nage » et du « Pass'sports de l'eau » est réservée aux « éducateurs », car à ce niveau la compétence pédagogique est essentielle.

Le « Pass'compétition », propre à chaque fédération du Conseil Interfédéral des Activités Aquatiques (CIAA), concerne l'entrée dans la compétition. Les officiels intègrent le dispositif comme « évaluateur » dans la discipline où ils officient. À ce stade, les officiels peuvent intégrer le dispositif comme « évaluateur ENF3 » selon les conditions définies dans le profil des évaluateurs ENF3 et **après avoir suivi la formation correspondante**.

Pour obtenir leur certification, les évaluateurs ENF et les assistants évaluateurs ENF ont obligatoirement suivi les formations correspondantes. Les candidats doivent être licenciés à la Fédération Française de Natation.

Il est à noter que dans le cadre du "Challenge Avenirs", les officiels A de Natation Course officient sans avoir nécessairement suivi préléablement la formation d'évaluateur ENF3 Natation Course. Dans le même ordre d'idée, il serait nécessaire que les évaluateurs ENF3 suivent la formation reservée aux officiels C pour être enregistrés officiellement dans le jury de la competition et ce, afin de connaître objectivement les évaluateurs ENF3 œuvrant au déroulement du "Challenge Avenirs".

Profil des assistants évaluateurs ENF

Toute personne licenciée, âgée d'au moins 14 ans, sans qualification minimum requise, qui souhaite, sous la responsabilité d'un évaluateur, participer au dispositif ENF et ayant suivi la formation « d'assistant évaluateur » correspondante. Il a en charge un atelier ou l'évaluation d'une tâche.

Profil des évaluateurs ENF1 et ENF2

Les licenciés, majeurs, exerçant une action d'enseignement de la « Natation », titulaires d'un diplôme fédéral FFN correspondant (Brevet Fédéral 1 pour l'ENF1, Brevet Fédéral 2 dans une discipline pour l'ENF2, Moniteur Sportif de Natation pour l'ENF1 et l'ENF2) ou titulaires d'un diplôme professionnel délivré

EN ATTENTE DE VALIDATION

par l'État (Ministère des Sports et/ou Ministère en charge de l'Enseignement Supérieur) permettant l'encadrement des activités aquatiques et de la natation.

Les personnes ayant obtenu une certification ENF1 ou ENF2 au sein d'une fédération du CIAA et licenciées à la FFN.

Les évaluateurs sont responsables; ils engagent leur signature. Ils sont garants de la bonne mise en œuvre du dispositif et sont chargés de s'assurer de la compétence des personnes qui évaluent, de leur rappeler les consignes liées à l'évaluation et le sens de leur mission.

Profil des évaluateurs ENF3

Les licenciés, majeurs, exerçant une action d'enseignement de la « Natation », titulaires d'un diplôme fédéral FFN correspondant (Brevet Fédéral 2 ou BF supérieur dans la discipline concernée, Moniteur Sportif de Natation) ou titulaires d'un diplôme professionnel délivré par l'État (Ministère des Sports et/ou Ministère en charge de l'Enseignement Supérieur) permettant l'encadrement des activités aquatiques et de la natation.

Le cas échéant, les officiels A de natation course pour l'ENF3 NC; les officiels A water-polo pour l'ENF3 WP; les officiels D de natation artistique pour l'ENF3 NS; les officiels A d'eau libre pour l'ENF3 EL. Tous les officiels de plongeon pour l'ENF3 PL.

Il est à noter que dans le cadre du "Challenge Avenirs", les officiels A de Natation Course officient sans avoir nécessairement suivi préléablement la formation d'évaluateur ENF3 Natation Course.

Profil des formateurs ENF1, ENF2 et ENF3

Les licenciés, titulaires de la certification d'évaluateur ENF correspondante et habilités:
- soit par la Fédération,
- soit par la ligue régionale concernée,
- soit par le cadre technique sportif régional coordonnateur de la région concernée.

Les sessions de formations ENF1 et ENF2 font l'objet de formations distinctes.

Hormis les officiels, les candidats aux certifications d'évaluateurs ENF2 et ENF3 doivent posséder la certification sous- jacente et avoir participé à deux sessions de passage de tests ENF au moins pour postuler.

Les officiels évaluateurs ENF3 ne peuvent évaluer que le Pass'compétition de la discipline concernée par leur certification ENF3.

3 - Numéro d'identifiant ENF

À l'issue des séquences de formation ENF, les évaluateurs et assistants évaluateurs sont certifiés ENF et se voient délivrer un numéro d'identifiant ENF par l'organisme de formation.
La Ligue régionale de natation ou l'École Régionale de Formation des Activités de la Natation (ERFAN) du lieu de formation enregistre les résultats de la formation dans la rubrique ENF du logiciel extraNat de la FFN.
Lors de la validation des tests ENF, ce numéro est apposé sur les livrets pratiquants et le diplôme correspondant par le ou les évaluateurs présents.

Concernant les formateurs ENF, après avoir été habilités, ils se voient délivrer un numéro d'identifiant ENF par la Ligue régionale de natation ou l'ERFAN du lieu de résidence de ce formateur ENF.
La Ligue régionale de natation ou l'ERFAN du lieu de résidence de ce formateur enregistre le numéro d'identifiant ENF correspondant dans la rubrique ENF du logiciel extraNat de la FFN.

EN ATTENTE DE VALIDATION

ORGANISATION GENERALE D'UNE SESSION DE PASSAGE DE TESTS ENF

1 - Conditions d'organisation pour la FFN

Le test du Sauv'nage peut être organisé, sous la responsabilité d'un club FFN agréé ENF possédant au moins un titulaire de la certification d'évaluateur ENF1. Les organisations doivent être déclarées auprès du Comité départemental qui peut dépêcher un délégué.

Information: le test du Sauv'nage est reconnu par l'arrêté du 25 avril 2012 (NOR: MENV1221832A) et dans le code du sport: arrêté du 9 septembre 2015, articles A. 322-42 et A. 322-64 (NOR: VJSV1521502A) pour pratiquer les activités aquatiques et nautiques.

L'organisation du test du Pass'sports de l'eau est sous la responsabilité du Comité Départemenetal. Il peut être organisé par celui-ci ou confié à un club agréé ENF possédant au moins un titulaire de la certification d'évaluateur ENF2. Le passage du test se déroule sous la responsabilité et en la présence d'un représentant du Comité départemental ou de la Ligue régionale de la FFN, lui-même titulaire de la certification d'évaluateur ENF2.

Rappel: L'obtention du test du Pass'sports de l'eau et d'un test du Pass'compétition permettent, pour son titulaire, la dispense du test technique préalable à l'entrée en formation du brevet professionnel jeunesse et sports des activités aquatiques et de la natation (BPJEPSAAN) (annexe VI de l'arrêté du 21 juin 2016). La stricte application des conditions d'obtention de ces tests participe à sa crédibilité.

L'oganisation du test du Pass'Compétition est de la responsabilité de la Ligue régionale. Il peut être organisé par la Ligue régionale ou le Comité départemental par délégation. Le passage du test se déroule sous la responsabilité et en la présence d'un représentant de la Ligue régionale de la FFN, lui-même titulaire de la certification d'évaluateur ENF3.

Précisions concernant le Pass'compétition Natation Course et Eau Libre, ayant pour supports le nouveau "Challenge Avenirs", le jury des réunions sera constitué au minimum d'un officiel A qui sera accompagné obligatoirement d'évaluateurs ENF3 NC et, si besoin, d'assistants évaluateurs ENF3 NC.

2 - Modalités d'organisation des tests Sauv'nage, Pass'sports de l'eau et Pass'compétition

2.1. Le rôle de l'évaluateur

- Il est responsable et garant du déroulement de la session.
- Il encadre les assistants et vérifie leur compétence à juger.
- Il atteste la réussite aux tests et signe les livrets pratiquants.
- Il engage sa signature.

2.2. Le role de l'officiel A (dans le cadre du "Challenge Avenirs")

- Il est le garant du respect des règles de la competition (rencontres).

2.3. Le rôle de la structure agréée ENF

- Elle a en charge l'organisation administrative et matérielle des sessions.
- Elle est garante du respect des conditions de passage des tests.
- Elle enregistre les résultats de la session de passage de tests sur la rubrique ENF du logiciel extraNat de la FFN.

2.4. Les tests ENF

Le Sauv'Nage

- Le nageur doit réussir l'ensemble des huit tâches dans l'ordre et dans la continuité.
- Pour les non-valides, des consignes particulières d'application du test sont proposées et présentées dans la grille d'évaluation concernée.

A minima, la présence d'un évaluateur ENF1 est obligatoire.

EN ATTENTE DE VALIDATION

Le Pass' sports de l'eau

- Le nageur n'est pas tenu de passer l'ensemble des cinq épreuves du test au cours d'une même session.
- Une session peut comporter une seule des cinq épreuves du test.
- Il n'est pas fixé de limite de validité des épreuves validées.
- La réussite au test du Pass'sports de l'eau est soumise à la présentation et la validation, au minimum, de trois tests au choix.

A minima, la présence de deux évaluateurs ENF2 est obligatoire. Le représentant de la structure organisatrice et le délégué territorial (départemental ou régional) titulaires de la certification évaluateur ENF2.

Le Pass'compétition

- Il est propre à chaque fédération du CIAA.
- Pour la FFN, il y a un test Pass' compétition pour chacune des cinq disciplines.

Chaque discipline possède son test et valide:

- les aptitudes sportives minimales pour se confronter aux autres;
- la connaissance des aspects réglementaires;
- la connaissance de l'environnement de la compétition.

A minima, la présence de deux évaluateurs ENF3 est obligatoire: le représentant de la structure organisatrice et le délégué régional titulaires de la certification évaluateur ENF3 correspondante.

Précisions concernant le Pass'compétition Natation Course et Eau Libre, ayant pour supports le nouveau "Challenge Avenirs", le jury des réunions sera constitué au minimum d'un officiel A qui sera accompagné obligatoirement d'évaluateurs ENF3 NC et, si besoin, d'assistants évaluateurs ENF3 NC.

2.5. La certification ENF

Pour chacun des trois tests ENF (Sauv'nage, Pass'sports de l'eau et Pass'compétition), un livret du pratiquant correspondant est remis à chaque personne qui a réussi le test à l'exception, pour cette nouvelle saison sportive du Pass'compétition Natation Course et Eau Libre, ayant pour supports le nouveau "Challenge Avenirs".
Le diplôme correspondant, sous forme d'une carte plastique, est inclus dans le livret.

Dans le cas du Pass'sports de l'eau, un livret du pratiquant peut être remis dès lors qu'une des 5 épreuves du test est validée. L'organisateur en fixe les modalités de délivrance. Il n'est pas fixé de durée de validité des épreuves validées.

Dans le cas des Pass'compétition Natation Course et Eau Libre, ayant pour support le nouveau "Challenge Avenirs", toutes les épreuves validées par chaque nageur apparaîtont dans la rubrique "Challenge Avenirs" de notre site fédéral.
La delivrance du Pass'compétition dans le cadre du "Challenge Avenir" est soumise à la réalisation de 5 des 9 épreuves composant le circuit, dont à minima et au choix: deux 25 m, deux 50 m et un 100 m et dans le cadre de réunions comptant le même nombre et la même repartition d'épreuves, mais sachant qu'un nageur ne peut s'engager au maximum que sur 3 épreuves de son choix par réunion.

2.6. Dispositions particulières pour les clubs de natation estivale

Les licenciés des clubs de natation estivale peuvent passer les tests ENF tout au long de l'année, indépendamment de la période de pratique propre à ces clubs, à la condition qu'ils soient licenciés lors du passage du test ENF et que les dispositions réglementaires relatives à l'ENF soient respectées.

EN ATTENTE DE VALIDATION

3 - Protection des droits

L'École de Natation Française est une marque déposée par la Fédération Française de Natation. La FFN confère au CIAA l'exercice des droits d'exploitation de cette marque, pendant toute la durée de leur coopération au sein du CIAA.
Ces droits ne peuvent être exploités en dehors des activités développées par les fédérations membres du CIAA.
Seuls les documents ENF (livrets ENF, livrets pratiquants, diplômes) fournis par le CIAA peuvent être utilisés dans le cadre de l'ENF.

EN ATTENTE DE VALIDATION

SAUV'NAGE

Validation du test

L'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre, dans la continuité, sans prise d'appui solide et sans lunettes.

Tâches	Objectifs visés	Consignes « Être capable de… »	Critères d'évaluation
1	**Enchaînement entrée dans l'eau et immersion** Réaliser une entrée dans l'eau simple avec impulsion, une immersion totale et une remontée passive.	Sauter du bord Se laisser remonter passivement.	Existence d'une impulsion, d'une immersion totale et d'une remontée sans propulsion. (*)
2	**Flottaison ventrale** Réaliser une flottaison ventrale.	Réaliser un équilibre en position ventrale.	Équilibre ventral maintenu en surface pendant 5 secondes (épaules et bassin en surface).
3	**Immersion orientée** Enchaîner un déplacement ventral, un passage en immersion et une sortie de l'eau maîtrisée.	Nager jusqu'au cerceau et y entrer.	Réalisé sans prise d'appui sur le cerceau.
4	**Équilibre vertical** Se maintenir en position verticale.	Rester en position verticale ête hors de l'eau durant 5 secondes.	Tête émergée pendant 5 secondes. (*) (oreilles et bouche hors de l'eau).
5	**Enchaînement déplacements ventral et immersion** Enchaîner une succession de déplacements en surface et en immersion.	Ressortir du cerceau, nager (entre 15 et 20m). Passer sous chaque obstacle (ex.: lignes d'eau). (3 à 4 espaces d'au moins 1,50 m).	Déplacement sur le ventre, sortie du visage entre chaque obstacle. (*)
6	**Flottaison dorsale** Réaliser une flottaison dorsale.	Réaliser un équilibre en position dorsale.	Équilibre dorsal maintenu pendant 5 secondes (épaules et bassin à la surface).
7	**Déplacement dorsal** Réaliser une propulsion dorsale.	Nager sur le dos (entre 15 m et 20 m).	Déplacement sans temps d'arrêt en conservant la position dorsale.
8	**Exploration de la profondeur** Enchaîner: - une immersion - un déplacement vers le fond du bassin - une localisation et la saisie d'un objet - une remontée maîtrisée.	À la fin du parcours, aller chercher un objet au fond du bassin, le montrer au-dessus de l'eau, le lâcher et terminer le parcours en position dorsale.	Remonter l'objet et le montrer au-dessus de la surface. L'objet est immergé à 1,80 m de profondeur (plus ou moins 30 cm en fonction de l'âge).

*Consignes particulières d'application pour la FFH (voir tableau suivant).

EN ATTENTE DE VALIDATION

CONSIGNES PARTICULIÈRES D'APPLICATION POUR LE SAUV'NAGE

Sans prise « d'appui solide » ni prise d'appui au mur ou sur la ligne d'eau et sans lunettes

Tâches	Application pour l'ensemble des publics	Application Fédération Française Handisport
1	La remontée est passive. Pour ne pas éliminer des sujets plus denses, les évaluateurs permettront une remontée active.	Se laisser tomber ou partir dans l'eau, la remontée pourra être active.
2	La prise d'air entre la remontée passive et l'équilibre ventral est possible. L'équilibre ventral optimal est réalisé corps aligné, bras, tête, bassin, jambes.	
4	Le maintien de la position verticale peut être réalisé de façon dynamique ou statique.	L'obligation de rester en surface sur 5 secondes n'est pas un critère d'évaluation restrictif. Le « bouchon » est permis.
5	Sortir sous le cerceau. Laisser la liberté de placer des lignes à la place du cerceau pour délimiter l'espace de remontée verticale. Il faut tendre vers un déplacement en surface avec des expirations aquatiques régulières (ventilations régulières).	En augmentant le nombre d'évaluateurs, il n'est pas nécessaire d'installer les lignes d'eau. Il suffit d'exiger que le sujet expire et inspire plusieurs fois dans son parcours (4 à 5 fois minimum).
8	Si, pour des raisons de profondeur, l'objet est placé avant le terme de la tâche n° 7, terminer le parcours sur le dos.	

EN ATTENTE DE VALIDATION

PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST NATATION COURSE

50 m : 25 m crawl - 25 m dos crawlé

Validation du test

L'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité

Tâches	Objectifs visés	Compétences « Être capable de… »	Critères observables	Critères de réussite
1	■ **Départ plongé d'un plot de départ** Entrer loin avec une grande vitesse.	Coordonner dans un déséquilibre une impulsion vers l'avant pour entrer dans l'eau avec la plus grande vitesse possible (a).	Extension complète du corps. Alignement des segments (respect du corps projectile) Tête placée sous les bras à l'entrée dans l'eau.	Coulée sans actions propulsives. Les talons au moins à 5 m du mur sans mouvement.
2	■ **Coulée après le départ** Conserver le plus de vitesse sous la surface de l'eau par un maintien postural.	Limiter les résistances à l'avancement en position ventrale par une organisation posturale (b).	Déplacement sans action propulsive. Existence d'une immersion complète. Alignement du corps et des segments pendant la coulée.	
3	■ **Déplacement en crawl, respiration latérale** Enchaîner en crawl des solutions de propulsion avec un échange ventilatoire adapté.	Coordonner des échanges ventilatoires avec les actions propulsives en crawl (c).	Existence de plusieurs échanges ventilatoires avec une rotation latérale de la tête. Expiration dans l'eau. Passage alternatif aérien des bras. Gainage et alignement du corps par rapport à l'axe de déplacement.	Nager en crawl sans arrêt jusqu'au virage.
4	■ **Virage culbute** Changer de sens en un temps réduit en organisant une impulsion pour acquérir une plus grande vitesse.	Réaliser une demi-rotation avant rapide pour passer à une position dorsale, suivie d'une poussée complète sur le mur (d).	Déclenchement de la rotation avant par une bascule de la tête et groupé rapide du corps. Pré-orientation des bras dans le sens du retour pendant la culbute.	Une culbute suivie d'une poussée sur le mur.
5	■ **Coulée dorsale la plus longue possible** Obtenir, au terme de la poussée, une grande vitesse en immersion.	Limiter les résistances à l'avancement en position dorsale par une organisation posturale (e).	Déplacement dû uniquement à l'impulsion sur le mur. Alignement du tronc et des segments en immersion complète.	Coulée sans actions propulsives. Une immersion jusqu'au passage des mains à 3 m du mur.
6	■ **Retour en dos crawlé** Se déplacer en dos crawlé.	Se déplacer sur le dos par des mouvements continus et alternés des bras et des jambes (f).	Gainage et alignement du corps dans l'axe de déplacement (bassin proche de la surface). Arrivée sur le dos.	Nager en dos crawlé, sans arrêt jusqu'à l'arrivée.

EN ATTENTE DE VALIDATION

Pour les grands handicapés:

a) Le départ dans l'eau est autorisé.
b) Déplacement avec action propulsive autorisée.
c) Coordonner les actions respiratoires avec des actions propulsives en nage libre.
d) Lors du virage, il faut qu'une partie quelconque du corps du nageur touche le mur.
e) Par des mouvements propulsifs possibles
f) Se déplacer sur le dos.

PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST NATATION ARTISTIQUE

Validation du test

L'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité.

Préambule

Ce mini-ballet est constitué de l'enchaînement des sept tâches. Les transitions entre les tâches sont libres mais doivent être en cohérence avec la spécificité de la discipline: faciliter l'enchaînement d'une tâche à l'autre, permettre la meilleure exécution de chacune d'elle, répartir les tâches sur 25 m, poursuivre la relation avec le public (regard, orientation, hauteur...).

Conditions entraînant l'élimination

- Distance parcourue inférieure à 15 m.
- Arrêt excessif durant l'exécution du parcours.
- Appui sur le mur, au fond, ligne d'eau.
- Une tâche non réalisée.

EN ATTENTE DE VALIDATION

Tâches	Objectifs visés	Compétences « Être capable de… »	Critères observables	Critères de réussite
1	■ **Présentation hors de l'eau** Se présenter aux spectateurs.	Se présenter librement sur la plage de départ, de manière non verbale (a).	Entrer en relation avec les spectateurs.	Présentation sur la plage d'une durée d'environ 10 secondes.
2	■ **Entrée à l'eau** Réaliser une entrée dans l'eau maîtrisée.	Entrer dans l'eau dans une position libre (par la tête ou par un ou les pieds), sauf départ plongé.	Position identifiable lors de l'entrée à l'eau.	Rentrer dans l'eau jusqu'à immersion complète, dans une posture identifiable.
	Transition libre			
3	■ **Rotation avant** Réaliser une rotation complète, avant, corps groupé, rapide.	Tourner autour de l'axe frontal passant par les hanches depuis une position corps allongé en surface.	Identifier une position de départ en surface Tourner à la surface corps groupé (b), en avant, autour de l'axe des hanches. Revenir à la position de départ.	Effectuer une rotation avant groupée complète, autour de l'axe des hanches, proche de la surface.
	Transition libre			
4	■ **Élever un bras le plus haut possible** Élever son corps et dégager un bras verticalement au maximum de la hauteur pour s'exprimer avant de s'immerger.	Utiliser une motricité des jambes et du bras dans l'eau pour libérer le haut du corps (préparation sous l'eau autorisée).	Sortie du corps jusqu'à la taille pour élever le bras au maximum de la hauteur en effectuant un mouvement expressif jusqu'à l'immersion.	Élever le corps jusqu'à une hauteur proche de la taille pour sortir le bras réalisant un mouvement expressif.
	Transition libre			
5	■ **Lever une jambe le plus haut possible** Élever une jambe le plus haut possible proche de la verticale et de l'extension depuis une position dorsale.	Utiliser l'appui du corps et des bras pour élever la jambe le plus haut possible.	Corps en extension et bassin proche de la surface jusqu'à ce que la jambe atteigne la verticale.	Position dorsale en extension et proche de la surface Jambe proche de la verticale et de l'extension. La hauteur est valorisée et non-le maintien.
	Transition libre			
6	■ **Déplacement dorsal par la tête** Se déplacer en position dorsale par la tête en utilisant les appuis des membres supérieurs.	Se déplacer dans l'espace arrière en utilisant uniquement des appuis des membres supérieurs.	Corps gainé aligné en surface. Membres supérieurs immergés, mains proches des cuisses. Jambes serrées et tendues.	Se déplacer sur le dos par la tête (environ 5 m). Corps aligné à la surface, jambes serrées et tendues, mains proches des cuisses.
	Transition libre			
7	■ **Saluer** Conclure le mini-ballet par un salut.	Se maintenir en position verticale stabilisée, tête hors de l'eau.	Verticalité du corps, stabilité de la position, un bras levé, orientation du regard vers le public.	Salut d'un bras en se stabilisant pendant minimum 2 secondes (épaules hors de l'eau).

(a) Postures et/ou mouvements témoignant d'une attitude présente, d'une relation avec le public. L'importance du regard.
(b) Dos arrondi, tête dans les genoux, talons près des fesses.
(c) Mouvement expressif: mouvement orienté dans l'espace et dans le temps avec intention.

EN ATTENTE DE VALIDATION

PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST DE WATER-POLO

Parcours avec 3 partenaires et 1 gardien

Validation du test:
L'ensemble des taches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité.

Taille du but:
2m de large et 70 cm de haut.

Types de ballons:
Pour les enfants de 12 ans et moins: MIKASA 6008 (norme FINA), EPSAN 3 (norme LEN) ou equivalent (TURBO…)
Pour mes enfants de plus de 12 ans: MIKASA 6009 (norme FINA), EPSAN 4 (norme LEN) ou equivalent (TURBO…)

EN ATTENTE DE VALIDATION

Tâches	Objectifs visés	Compétences « Être capable de… »	Critères observables	Critères de réussite
1	■ **Lancer un ballon** Envoyer le ballon à une main à un camarade immobile situé à 5 m.	Utiliser ses appuis pour lancer un ballon.	Le ballon est lancé à une main.	Le ballon arrive à portée de bras du partenaire.
2	■ **Nager en crawl tête hors de l'eau** Nager en crawl tête hors de l'eau sur 5 m vers le premier partenaire.	Se déplacer en maintenant une prise d'information visuelle aérienne.	Maintien de la tête hors de l'eau.	Le déplacement s'effectue en crawl. Le regard est maintenu hors de l'eau en direction du partenaire.
3	■ **Changer de direction** Faire le tour d'un partenaire.	Utiliser ses appuis pour contourner un obstacle.		Contourner l'obstacle en gardant la tête hors de l'eau. Le passage sur le dos est autorisé.
4	■ **Nager avec un ballon entre les bras** Récupérer le ballon et nager en crawl jusqu'au deuxième partenaire.	Organiser son déplacement en gardant le contrôle du ballon.	Maintien de la direction, ballon contrôlé (crawl). Si le contrôle du ballon est perdu, il est possible de le récupérer pour reprendre le déplacement.	Le déplacement s'effectue en crawl avec le ballon en direction du deuxième partenaire.
5	■ **Changer de direction et tirer vite au but** Contourner le deuxième partenaire et marquer un but.	Utiliser ses appuis pour lancer le ballon sans temps d'arrêt.	Changer de direction sans perdre le contrôle du ballon. Tir cadré.	Le ballon entre dans le but (a) ou est arrêté par le gardien. Il n'y a ni feinte ni temps d'arrêt avant le tir.
6	■ **Reprendre un déplacement en crawl tête hors de l'eau après un tir** Juste après le tir, nager vers le troisième partenaire et le contourner.	Enchaîner deux actions de jeu. Se déplacer en maintenant une prise d'information visuelle aérienne.	Vitesse de reprise du déplacement après le tir. Déplacement en crawl avec maintien de la tête hors de l'eau.	La reprise du déplacement est quasi immédiate. Le déplacement s'effectue en crawl. Le regard est maintenu hors de l'eau en direction du partenaire.
7	■ **Appeler et recevoir un ballon** Faire un appel de balle et recevoir le ballon sur la main.	Manifester son intention de recevoir le ballon en se rendant disponible.	Le joueur appelle la balle en levant le bras. Il est actif pour tenter de réceptionner le ballon sur la main.	L'appel de balle est visible Le ballon (b) est réceptionné en l'air ou rapidement récupéré s'il tombe dans l'eau.
8	■ **Avancer en position offensive et tirer au but à une distance de 3 m** Se déplacer avec le ballon hors de l'eau et marquer un but.	Utiliser ses appuis pour transporter le ballon en po- sition offensive et marquer un but.	Le ballon est au-dessus du niveau de la tête. Déplacement vers l'avant avec un équilibre proche de la verticale. Le joueur manifeste une intention affirmée de marquer un but et effectue un tir cadré.	Le coude du bras porteur reste hors de l'eau Le ballon entre dans le but (a) ou est arrêté par le gardien.

(a) Le fait de marquer au moins un but donne un joker au joueur. Un joker pourra permettre de tolérer la mauvaise réalisation d'une tâche.
(b) Un ballon est fourni au troisième partenaire qui le lance au joueur. La distance qui les sépare est d'environ 2 m.

EN ATTENTE DE VALIDATION

PASS'SPORTS DE L'EAU - TEST PLONGEON

Validation du test

L'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité.
Les tâches de 1 à 4 sont enchaînées et sont réalisées dans un espace aménagé (bord de bassin, salle, …).

Tâches		Objectifs visés	Compétences «Être capable de …»	Critères observables	Critères de réussite
Enchainement	1	■ **Présentation** Effectuer une présentation de type gymnique.	Se présenter en posture correcte, bras en croix.	Position «corrigée» (ventre rentré, tête droite, …).	Tête droite, bras en croix, ventre rentré, jambes serrées et tendues.
	2	■ **Impulsion verticale sur place** Effectuer 3 sauts avec extension de jambes et cercles de bras.	Enchaîner sur place 3 sauts avec extension complète des genoux et chevilles, corps gainé et équilibré, coordonnés avec les cercles de bras vers l'arrière.	Elévation et gainage du corps. Coordination bras/jambes. Maintien de l'équilibre.	Succession de 3 impulsions enchaînées avec coordination des bras Réceptions sur place.
	3	■ **Rotation avant** Effectuer une roulade avant par-dessus un obstacle (a).	Réaliser une impulsion coordonnée à un enroulement de la tête et de la colonne vertébrale pour effectuer une roulade en franchissant un obstacle (ex : tas de 3 à 4 planches de natation placé dans le sens de la largeur) Utiliser la vitesse de rotation pour se relever sans appui des mains.	Impulsion. Enroulement de la nuque Pose des mains pour rouler. Redressement sans appui des mains avec extension des bras dans le prolongement du corps.	Enroulement de la nuque Roulade avant dans l'axe par-dessus un obstacle. Redressement sans appui des mains au sol.
	4	■ **Rotation longitudinale** Effectuer un saut vertical avec ½ vrille.	Réaliser une impulsion suivie d'une rotation autour de l'axe longitudinal avec ou sans l'aide des bras. Contrôler sa réception par flexion des jambes.	Impulsion et ½ vrille. Maintien du gainage pendant le saut. Réception contrôlée.	Rotation de 180° avec une réception stabilisée en posture correcte.
	5	■ **Impulsion verticale** Réaliser une chandelle avant groupée.	Sauter haut et droit et enchaîner une position groupée. Entrer dans l'eau dans cette position.	Efficacité des cercles de bras. Hauteur de l'impulsion, groupé au sommet de la chandelle, main sur le tiers supérieur des tibias sans croiser les bras. Entrée dans l'eau pieds-fesses à une distance d'environ 60 cm du bord.	Position groupée correcte Absence de rotation et de déviation jusqu'à l'entrée dans l'eau à une distance d'environ 60 cm du bord.

EN ATTENTE DE VALIDATION

6	■ **Rotation avant** Réaliser une rotation avant.	À partir d'une position accroupie au bord du bassin, bras verticaux tendus, lancer les bras pour amorcer une rotation groupée en rentrant la tête. Effectuer une demi-rotation ou plus et entrer	Rapidité du mouvement des bras. Tête rentrée. Position la plus groupée possible. Mains sur le tiers supérieur des tibias.	Réaliser une rotation très groupée.
7	■ **Entrée dans l'eau par la tête** Réaliser un plongeon avant, départ assis ou accroupi.	A partir d'une position assise, pieds dans l'eau ou dans la goulotte, jambes pliées, dos droit, bras dans le prolongement du corps, collés contre les oreilles, une main attrapant l'autre, paumes face au ciel, se pencher le plus possible et se laisser glisser, en s'allongeant, en direction du fond du	Bascule du corps vers l'avant. Glissée en profondeur jusqu'à l'extension complète du corps.	Tout le corps doit passer par le trou formé par les mains. Tête bloquée entre les bras.
8	■ **Rotation arrière** Réaliser un dauphin arrière.	A partir d'une position de départ dans l'eau, mains sur la barre de départ ou goulotte, corps en flexion complète, pieds contre le mur, pousser sur les jambes en tirant la tête et en jetant les bras tendus vers l'arrière en	Tête et corps en extension compléte, regard vers l'arrière sur les mains. Bras collés contre les oreilles.	Corps et bras en extension complète. Tête vers l'arrière. Le corps doit décrire un cercle en arrière sous l'eau.

(a) Attention, la tête doit être bien rentrée. Nécessité d'utiliser un tapis.

EN ATTENTE DE VALIDATION

PASS'SPORTS DE L'EAU – TEST NAGE AVEC PALMES

50 m : 25 m battements - 25 m ondulations en bi palmes

Validation du test

L'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre, dans la continuité et sans mouvement de bras. Chez les jeunes sujets, utiliser un tuba frontal d'un diamètre de 18 mm.

Tâches	Objectifs visés	Compétences « Être capable de… »	Critères observables	Critères de réussite
1	■ **Départ plongé d'un plot de départ (a)** Réaliser une entrée rapide et lointaine avec une grande vitesse.	Coordonner dans un déséquilibre une impulsion vers l'avant pour entrer dans l'eau de façon organisée avec la plus grande vitesse possible.	Tête placée sous les bras à l'entrée dans l'eau. Alignement des segments (respect du corps projectile). Corps en extension complète. Déplacement en immersion sans action propulsive.	Le tuba frontal ressort à la surface. Ressortir au moins à 7,5 m du mur avec battements de jambes. Vidage efficace du tuba frontal.
2	■ **Coulée après le départ** Conserver le plus de vitesse sous la surface de l'eau par un maintien postural, puis maintenir sa vitesse par une reprise de nage	Limiter les résistances à l'avancement en position ventrale par une organisation posturale.	Existence d'une immersion complète. Alignement du corps et des segments pendant la coulée. Enchaîner la reprise de nage en immersion par des mouvements de jambes continus, alternés, en fin de coulée.	
3	■ **Déplacement en battements avec palmes et respiration avec un tuba frontal** Enchaîner des solutions de propulsion avec un échange ventilatoire adapté par l'intermédiaire d'un tuba frontal.	Coordonner des échanges ventilatoires avec des actions propulsives des membres inférieurs.	Existence de plusieurs échanges ventilatoires avec la face toujours immergée. Positionnement des bras en avant, tête rentrée pour rechercher une position hydrodynamique. Gainage et alignement du corps par rapport à l'axe de déplacement.	Bras en position avant, nager en battements sans arrêt jusqu'au virage.
4	■ **Virage culbute** Changer de sens en un temps réduit en organisant une impulsion pour acquérir une plus grande vitesse.	Réaliser une demi-rotation avant rapide pour passer à une position costale, suivie d'une poussée complète sur le mur (b).	Déclenchement de la rotation avant par une bascule de la tête et groupé rapide du corps. Pré-orientation des bras dans le sens du retour pendant la culbute.	Réaliser une culbute suivie d'une poussée sur le mur (b).

EN ATTENTE DE VALIDATION

5	■ **Coulée ventrale la plus longue possible** Obtenir, au terme de la poussée, une grande vitesse en immersion puis maintenir sa vitesse par une reprise de nage, suivi du vidage du tuba frontal.	Conserver le positionnement de la tête et l'alignement des bras dans le prolongement du tronc. Maîtriser sa ventilation par la tenue d'une apnée et la dissociation bucco-nasale par le vidage du tuba frontal et des voies aériennes supérieures.	Retour à une position ventrale au terme de la poussée. Un déplacement dû à l'impulsion sur le mur et à la reprise de nage en ondulations et en apnée. Alignement du tronc et des membres supérieurs en immersion complète. En fin de coulée, le tuba frontal est correctement vidé.	Immersion jusqu'au passage du tuba frontal à 7,5 mètres du mur, avec une reprise de nage en ondulations.
6	■ **Retour en ondulations avec les bras devant** Se déplacer en ondulations des membres inférieurs.	Se déplacer sur le ventre par des mouvements ondulatoires continus des membres inférieurs.	Gainage et alignement du corps dans l'axe de déplacement. Positionnement des bras en avant, tête rentrée pour rechercher une position hydrodynamique. Continuité des ondulations Arrivée en position ventrale.	Bras en position avant, enchaîner la longueur en ondulations avec une arrivée sur le ventre.

Pour les plus grands handicapés:

(a) Le départ dans l'eau est autorisé.

(b) Lors du virage, il faut qu'une partie quelconque du corps du nageur ou du matériel touche le mur.

EN ATTENTE DE VALIDATION

PASS'COMPETITION – NATATION COURSE ET EAU LIBRE

Nouveau "Challenge Avenirs"

(extrait de l'Annuel Règlements Natation Course 2019/2020)

La delivrance du Pass'compétition dans le cadre du "Challenge Avenir" est soumise à la réalisation de 5 des 9 épreuves composant le circuit, dont à minima et au choix: deux 25 m, deux 50 m et un 100 m et dans le cadre de réunions comptant le même nombre et la même repartition d'épreuves, mais sachant qu'un nageur ne peut s'engager au maximum que sur 3 épreuves de son choix par réunion.

Annuel Règlement Natation Course 2020
Fédération Française de NATATION

Seul ce type de compétition sera pris en compte pour gérer le challenge Avenirs. Tout autre résultat issu d'autres formats sera rejeté par le système.

Les Ligues et/ou Comités Départementaux ne sont pas limités en nombre de compétitions à organiser lors de la période définie.

Format

Il est défini pour garantir une durée très raisonnable.

Chaque compétition devra comprendre, au maximum:

- deux 25 mètres au choix,
- deux 50 mètres au choix,
- un 100 mètres au choix.

Il ne pourra pas être constitué autrement. Trois épreuves maxi, par nageuse(eur), par réunion.

L'ordre des courses n'importe pas, il est constitué librement par les Ligues et/ou Comités Départementaux, donnant ainsi la possibilité de cibler le travail autour de certains objectifs.

Exemples de programmes :

50 bras.-nl dames	50 dos-brass. messieurs
50 brass.-nl messieurs	50 dos-bras. dames
25 dos dames	25 papillon messieurs
50 dos-brass. messieurs	25 papillon dames
100 nage libre dames	100 4 nages messieurs
25 dos messieurs	100 4 nages dames
50 dos-bras. dames	25 nage libre messieurs
100 nage libre messieurs	25 nage libre dames
25 brasse dames	50 pap-dos messieurs
25 brasse messieurs	50 pap-dos dames

Les objectifs du Challenge Avenirs :

Découvrir et pratiquer la compétition natation course en situation réelle.

Permettre à chacun d'acquérir selon son rythme, les compétences requises par une pratique de compétition, s'agissant de la maîtrise des éléments techniques et réglementaires de la discipline.

Mesurer sa progression tout au long de la période de son parcours : une rubrique dédiée sera créée sur le site fédéral qui listera les réussites (toutes les courses du programme réalisées selon les règles FINA = pas de disqualification) après chaque compétition. A aucun moment, cette liste ne fera état de références chronométriques.

Le Challenge Avenirs s'inscrit dans le parcours de l'Ecole de Natation Française et l'obtention du pass'compétition. Se reporter au chapitre du règlement de l'Ecole de Natation Française .

Périodes de validation des Pass'compétition

Trois périodes sont définies pour la délivrance du Pass'compétition :

- du 16 septembre 2019 au 19 janvier 2020,
- du 20 janvier au 26 avril 2020,
- 27 avril au 16 août 2020.

Les Pass'compétition seront délivrés au cours de la semaine suivant la fin de chaque période **à la condition expresse** que le Sauv'nage ET le Pass'sports de l'Eau aient été validés en amont de chaque période échue.

Challenge Avenirs

Aspects Sportifs 2020

PASS'COMPÉTITION - NATATION ARTISTIQUE

Préambule

Ce ballet (parcours semi-libre en musique) est constitué de l'enchaînement de onze tâches.
Les transitions entre les tâches sont libres mais doivent être en cohérence avec la spécifi de la discipline: faciliter l'enchaînement d'une tâche à l'autre, permettre la meilleure exécution de chacune d'elles, répartir les tâches sur une distance d'au moins 25 m, poursuivre la relation avec le public (regard, orientation, hauteur...).

Validation du test

L'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité et en musique. Le choix de la musique est libre, des précisions pourront être apportées dans le règlement de la structure organisatrice.

Conditions entraînant l'élimination

Distance parcourue inférieure à 25 m. Arrêt excessif durant l'exécution du parcours. Appui sur le mur, le fond, les lignes d'eau. Une tâche non réalisée.
Non-respect de l'ordre des tâches (l'inversion des tâches 7 et 8 est tolérée). Temps de réalisation totale du parcours supérieur à 2'30''.

Tenue de la nageuse

Le port des lunettes n'est pas autorisé. Celui du pince-nez est préconisé. La tenue est libre (maillot de ballet, ou maillot noir et bonnet blanc).
Des précisions pourront être apportées dans le règlement de la structure organisatrice.

Tâches	Objectifs visés	Compétences « Être capable de… »	Critères observables	Critères de réussite
1	■ **Présentation hors de l'eau** Se présenter aux spectateurs.	Se présenter librement sur la plage de départ, de manière non verbale (a).	Entrer en relation avec les spectateurs, sur une durée d'environ 10 secondes.	Présentation sur la plage en communiquant avec les spectateurs.
2	■ **Entrée dans l'eau** Réaliser une entrée dans l'eau maîtrisée.	Entrer dans l'eau dans une position libre (par la tête ou par les pieds).	Position identifiable lors de l'entrée à l'eau.	Rentrer dans l'eau jusqu'à immersion complète, dans une posture identifiable.
Transition libre pour se dégager du mur de plus de 2 m (la poussée sur le mur en immersion est autorisée)				
3	■ **Rotation longitudinale** Réaliser une rotation longitudinale.	Enchaîner, dès l'arrivée en position ventrale, une rotation complète du corps sur l'axe longitudinal passant par la tête et les pieds. Dès l'arrivée sur le dos, enchaîner avec la tâche 4.	Dès l'extension du corps en surface en position ventrale, tourner, corps gainé, pour prendre une position dorsale corps en surface, puis enchaîner avec la tâche 4. Le sens de rotation est libre.	Position ventrale corps en extension, corps gainé durant la rotation, position dorsale corps e n extension, corps proche de la surface durant la tâche.
Enchaînement direct des tâches 3 et 4				

EN ATTENTE DE VALIDATION

4	■ **Rotation arrière** Réaliser une rotation arrière complète, corps groupé, rapide.	Tourner en arrière autour de l'axe frontal passant par les hanches depuis une position corps allongé sur le dos en surface.	Identifier une position dorsale de départ en surface. Tourner à la surface, corps groupé (b), en arrière, autour de l'axe des hanches. Revenir à la position dorsale de départ.	Corps en extension en surface, effectuer une rotation arrière groupée complète, autour de l'axe des hanches, proche de la surface.
Transition libre				
5	■ **Élever le corps pour sortir au moins un bras** Élever son corps et dégager un ou deux bras verticalement au maximum de la hauteur pour s'exprimer avant de s'immerger.	Utiliser une motricité des jambes et du ou des bras dans l'eau pour libérer le haut du corps (préparation sous l'eau autorisée).	Sortie du corps jusqu'à la taille pour élever un bras ou deux, au maximum de la hauteur en effectuant un mouvement expressif (c) jusqu'à l'immersion.	Élévation du corps jusqu'à une hauteur proche de la taille pour sortir le ou les bras réalisant un mouvement expressif.
Transition libre				
6	■ **Se déplacer avec mouvement expressif** Se déplacer en rétropédalage (d), épaules hors de l'eau avec mouvement expressif (c).	Utiliser une motricité alternée pour se maintenir les épaules hors de l'eau et s'exprimer avec le haut du corps (regard, tête, bras, buste…), dans deux orientations différentes en poursuivant son déplacement dans la ligne d'eau.	Se déplacer épaules hors de l'eau avec mouvements alternatifs des jambes, corps vertical, dans deux orientations différentes, sur une distance d'environ 5 mètres.	Se déplacer épaules hors de l'eau, dans deux orientations différentes avec mouvement expressif.
Transition libre				
7	■ **Lever la jambe gauche le plus haut possible** Élever la jambe gauche le plus haut possible proche de la verticale et de l'extension depuis une position dorsale Sans passer par une position identifiable intermédiaire.	Utiliser l'appui du corps et des bras pour élever la jambe gauche le plus haut possible et atteindre la position proche du « ballet-leg ». La hauteur et l'extension du corps sont valorisées et non-le maintien.	Corps en extension et bassin proche de la surface jusqu'à ce que la jambe gauche atteigne la verticale. Un léger plié de la jambe est autorisé pour élever la jambe avec rapidité.	Position dorsale en extension en surface Jambe gauche proche de la verticale et de l'extension. La hauteur et l'extension du corps sont valorisées et non-le maintien.
Transition libre				
8	■ **Lever la jambe droite le plus haut possible** Élever la jambe droite le plus haut possible proche de la verticale et de l'extension depuis une position dorsale. Sans passer par une position identifiable intermédiaire.	Utiliser l'appui du corps et des bras pour élever la jambe droite le plus haut possible et atteindre la position proche du « ballet-leg ». La hauteur et l'extension du corps sont valorisées et non-le maintien.	Corps en extension et bassin proche de la surface jusqu'à ce que la jambe droite atteigne la verticale. Un léger plié de la jambe est autorisé pour élever la jambe avec rapidité.	Position dorsale en extension en surface Jambe droite proche de la verticale et de l'extension. La hauteur et l'extension du corps sont valorisées et non-le maintien.
Transition libre				
9	■ **Déplacement dorsal par la tête** Se déplacer en position dorsale par la tête en utilisant les appuis des membres supérieurs.	Se déplacer dans l'espace arrière en utilisant uniquement des appuis de godille.	Corps gainé aligné en surface. Membres supérieurs immergés, mains proches des cuisses. Jambes serrées et tendues Distance d'environ 5 m.	Se déplacer sur le dos par la tête. Corps aligné à la surface, jambes serrées et tendues, mains proches des cuisses.
Transition libre				

EN ATTENTE DE VALIDATION

10	■ **Se renverser vers la verticale (découvrir la verticale)** S'immerger à partir d'une position corps carpé ou corps cambré ou corps groupé pour aller en position « verticale » tête en bas.	Passer du plan horizontal au plan vertical à partir de la surface. Découvrir le renversement et la verticale tête en bas.	Corps cambré ou carpé ou groupé identifiable atteindre une position proche de la verticale tête en bas. La hauteur du passage des jambes est libre (en s'enfonçant, en surface, au-dessus de la surface). Passage des jambes serrées.	Depuis une position proche de la position cambrée, carpée ou groupée, s'immerger complètement jusqu'à la disparition des pieds pour atteindre une position proche de la position verticale tête en bas.
Transition libre				
11	■ **Saluer** Conclure le ballet par un salut.	Se maintenir en position verticale stabilisée, tête hors de l'eau.	Verticalité du corps, stabilité de la position, un bras levé, orientation du regard vers le public, pendant environ 2 sec.	Salut d'un bras en se stabilisant, avec au moins une épaule hors de l'eau.

(a) Postures et/ou mouvements témoignant d'une attitude présente, d'une relation avec le public. L'importance du regard.
(b) Dos arrondi, tête dans les genoux, talons près des fesses.
(c) Mouvement expressif: mouvement orienté dans l'espace et dans le temps avec intention.
(d) Rétropédalage: mouvements alternatifs des membres inférieurs.

La description des positions renvoie au manuel FINA. Toutefois, la validation des tâches doit faire référence aux critères de réus- site du Pass'compétition.

EN ATTENTE DE VALIDATION

PASS'COMPÉTITION - WATER-POLO: LE PARCOURS DE TIR

Le joueur réalise un parcours de tirs.

Rappel

Validation du test : le test individuel de tirs en crise de temps + participation à un match de mini polo doivent être réussis

Objectifs visés	Compétences « Être capable de… »	Critères observables	Critères de réussite
Test individuel de 5 tirs en crise de temps			
■ **Réaliser et réussir un parcours de tirs en crise de temps** En moins de 45'', le candidat doit tirer cinq fois et marquer deux buts au moins, sur un parcours imposé entre la ligne des 5 m et celle des 2 m. Chaque but marqué au- delà des deux obligatoires donne une bonification de temps de 3 secondes.	Est capable de gérer de manière autonome son temps et son espace sur une situation de jeu avec ballon.	Réalisation du parcours, temps réalisé sur le parcours et nombre de buts marqués.	Le parcours est correctement réalisé. Deux buts au moins sont marqués. Le temps général (dont bonifications) est inférieur à 45 secondes.

TABLEAU DE VALIDATION DU PARCOURS DE TIRS (5 tirs obligatoires)			
Temps général de référence	**Nombre de buts marqués**	**Bonification**	**Temps de parcours en dessous duquel le test pourra être validé**
45 secondes	0	0	Echec
	1	0	Echec
	2	0	45 secondes
	3	3 secondes	48 secondes
	4	6 secondes	51 secondes
	5	9 secondes	54 secondes

EN ATTENTE DE VALIDATION

PASS'COMPÉTITION - WATER-POLO : LE MATCH

Le joueur participe activement à un match de mini-polo d'une durée de 2 x 5mn.

Rappel

Validation du Pass'compétition water-polo = réussite du parcours + participation active au match.

Maîtrise (à la place d'étapes)	Objectifs visés	Compétences « Être capable de… »	Critères observables	Critères de réussite
1.L'environnement	■ **S'approprier l'environnement de la compétition et respecter les procédures**	Suivre le protocole de déroulement d'un match.	Le joueur suit le protocole habituel de déroulement d'un match.	S'équipe seul S'échauffe avec son équipe. Participe à la présentation des équipes. Salue ses adversaires avant et après le match. Range son matériel.
2. L'esprit du jeu	■ **Garder une attitude compatible avec la pratique compétitive**	Jouer dans l'esprit du jeu.	Le joueur garde une attitude compatible avec la pratique compétitive.	Engagement personnel, absence de comportement antisportif.
3. Les règle du jeu	■ **Connaître et observer les règles du jeu**	Jouer selon les règles.	Le joueur connaît et observe les règles du jeu.	Comprend et applique les décisions des arbitres. Se positionne pour l'engagement. Effectue un changement.
4. Le jeu de défense	■ **Savoir jouer comme défenseur**	Manifester les intentions et maîtriser les comportements de base du défenseur.	Le joueur s'est identifié défenseur dès la perte du ballon par son équipe. Il s'implique dans la défense selon un comportement (une action) de jeu identification : soit il revient vers son but, soit il prend en charge son adversaire direct, soit il protège son but en levant le bras, soit il cherche à reprendre le ballon.	Deux des comportements défensifs au moins sont repérés dans le jeu en défense.
5. Le jeu d'attaque	■ **Savoir jouer comme attaquant**	Manifester les intentions et maîtriser les comportements de base de l'attaquant.	Le joueur s'est identifié attaquant dès la récupération du ballon par son équipe. Il s'implique dans l'attaque selon un comportement (une action) de jeu identifiable: soit il progresse dans le camp adverse, soit il passe le ballon, soit il conserve le ballon en le protégeant, soit il tire au but.	Deux des comportements offensifs au moins sont repérés dans le jeu en attaque.

EN ATTENTE DE VALIDATION

PASS'COMPÉTITION – PLONGEON

Tous les exercices seront réalisés au tremplin de 1 m.

Tâches	Objectifs visés	Compétences « Être capable de… »	Critères observables	Critères de réussite
1	■ **Entrée dans l'eau avant** Entrée dans l'eau en avant (010B)	Départ debout, bras collés aux oreilles. Les mains à plat, l'une sur l'autre. Se pencher le plus possible pour se retrouver en position carpée (flexion aux hanches), dos plat, tête fixée entre les bras et le regard sur le point d'entrée dans l'eau. Monter sur demi-pointes et se laisser tomber.	Passer de la position de départ à une position d'entrée dans l'eau, corps gainé et aligné, pour qu'il passe dans le trou formé par les mains.	Entrer dans l'eau proche de la verticale. Sans éclaboussure. Les jambes sont serrées et les pointes de pieds en extension.
2	■ **Entrée dans l'eau arrière** Entrée dans l'eau arrière (020A)	Départ debout, dos à l'eau, en appui sur le tiers avant du pied, bras collés aux oreilles. Les mains sont à plat, l'une sur l'autre. Corps gainé, monter sur demi-pointes, en tirant sur les bras et la tête pour provoquer une bascule vers l'arrière. Se laisser tomber dans l'eau.	Corps tendu, bras collés contre les oreilles. Tête en extension, regard vers l'arrière sur les mains. Tout le corps doit passer dans le trou formé par les mains.	Être gainé et aligné. Entrer dans l'eau proche de la verticale. Les jambes sont serrées et les pointes de pieds en extension.
3	■ **Chandelle avant** Réaliser une chandelle avant droite (100A)	Départ bras en croix à l'extrémité du tremplin. Le cercle de bras et la flexion de jambes sont coordonnés pour une impulsion, corps gainé, pointes en extension. Entrer dans l'eau dans cette position.	Efficacité du cercle de bras Hauteur de l'impulsion. Équilibre et gainage de tout le corps. Distance du tremplin (entre 50 cm minimum et 1 m maximum).	Respecter l'équilibre vertical Ne pas dépasser 1 m de distance. Être aligné et en position droite. Les jambes sont serrées et les pointes de pieds en extension.
4	■ **Chandelle arrière** Réaliser une chandelle arrière droite (200A)	Départ bras en croix, dos à l'eau en appui sur le tiers avant du pied. Cercle de bras et flexion de jambes coordonnés pour une impulsion corps gainé, pointes de pieds en extension. Entrer dans l'eau dans cette position.	Efficacité du cercle de bras Hauteur de l'impulsion. Équilibre et gainage de tout le corps. Distance du tremplin (entre 50 cm minimum et 1 m maximum).	Respecter l'équilibre vertical Ne pas dépasser 1 m de distance. L'alignement de la position droite. Les jambes sont serrées et les pointes de pieds en extension.
5	■ **Plongeon avant groupé** Réaliser un plongeon avant groupé (101C)	Départ debout, bras en croix Coordonner le cercle de bras et la flexion impulsion de jambes pour sauter vers le haut, bras passant par la verticale. Grouper vivement, le plus serré possible en attrapant le tiers supérieur des tibias. S'allonger pour entrer verticalement par la tête.	Hauteur de l'impulsion Marquer la position groupée « en boule ». Entrer dans l'eau proche de la verticale, le corps gainé. Les jambes sont serrées et les pointes de pieds en extension.	Coordonner l'impulsion la position groupée et le temps d'ouverture. Entrer dans l'eau proche de la verticale.

EN ATTENTE DE VALIDATION

NUMÉROS D'ATTRIBUTION DES FÉDÉRATIONS DU CONSEIL INTERFÉDÉRAL DES ACTIVITÉS AQUATIQUES

Numéros d'attribution CIAA	Fédérations	Sigles
01	Fédération des Clubs de la Défense	FCD
02	Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins	FFESSM
03	Fédération Française Handisport	FFH
04	Fédération Française de Natation	FFN
05	Fédération Française de Pentathlon Moderne	FFPM
06	Fédération Française du Sport Adapté	FFSA
08	Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme	FFSS
09	Fédération Française du Sport Universitaire	FFSU
10	Fédération Française de Triathlon	FFTRI
11	Fédération Nationale des Métiers de la Natation et du Sport	FNMNS
12	Fédération Sportive et Culturelle de France	FSCF
13	Fédération Sportive et Gymnique du Travail	FSGT
14	Groupement National des Entraîneurs de Natation	GNEN
15	Union Française des Œuvres Laïques d'Éducation Physique	UFOLEP
16	Union Générale Sportive de l'Enseignement Libre	UGSEL
17	Union Nationale du Sport Scolaire	UNSS
18	Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré	USEP
19	Fédération Sportive des ASPTT	FSASPTT

00	Collectivités	/

EN ATTENTE DE VALIDATION

NUMÉRO D'IDENTIFIANT ENF POUR LES ASSISTANTS ÉVALUATEUR LES ÉVALUATEURSET LES FORMATEURS

Le numéro d'identifiant ENF est composé de 12 caractères (11 chiffres et 1 lettre) pour les certifications liées à l'ENF 1 et l'ENF 2 auxquelles se rajoutent 2 caractères (2 lettres) pour les certifications liées à l'ENF 3.

N° de la fédération au sein du CIAA	**N° de département du lieu de délivrance**	**Année de délivrance**	**N° Evaluateur (ou Assistant Evaluateur)**	**N° de la nature de la formation ENF**	**Profil du candidat**	**Spécificité pour l'ENF 3**
2 chiffres	**3 chiffres**	**2 chiffres**	**3 chiffres**	**1 chiffre**	**1 lettre**	**2 lettres**
			Déterminé par l'organisme de formation ou généré par le logiciel ENF d'extraNat.	*1 pour ENF1* *2 pour ENF2* *3 pour ENF3*	*E = Evaluateur* *A = Assistant Evaluateur* *F = Formateur)*	*NS = Nat. Artistique,* *NC = Nat. Course,* *WP = Water-Polo,* *PL = Plongeon,* *EL = Eau Libre* *NP = Nage avec Palmes*

EN ATTENTE DE VALIDATION

EN ATTENTE DE VALIDATION