

La progression du nageur

Les clés de la réussite :

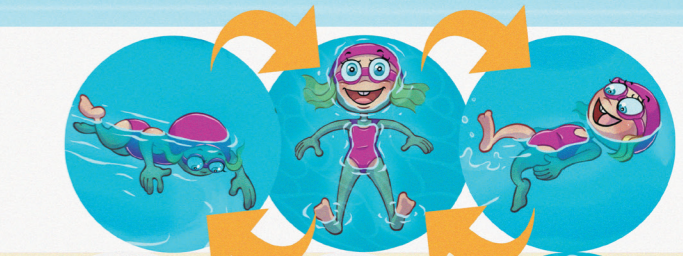
- L'évolution étape par étape toujours en consolidant les acquis
- Le temps passé dans l'eau et surtout sous l'eau
- La motivation de l'apprenant et le plaisir à pratiquer
- Les conseils et les encouragements de l'enseignant
- Les conditions : eau/air chaud et petits groupes dans l'eau



La suite? Mieux nager pour aller plus loin

6

Nager et se retourner
pour respirer et se reposer



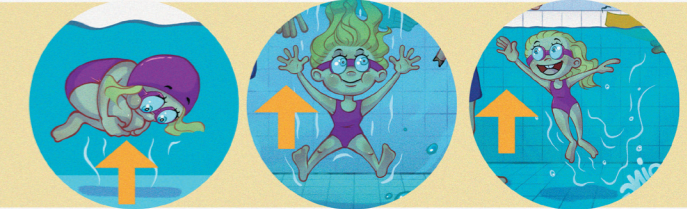
5

Flotter et s'allonger
pour se déplacer et donc nager!



4

Ressentir la portance de l'eau
pour flotter et s'allonger



3

Explorer la profondeur
pour ressentir la portance de l'eau



2

S'immerger
pour explorer la profondeur



1

S'acclimater
pour s'immerger



Monte l'escalier
marche après marche
toujours en consolidant
tes dernières acquisitions.
Sauter une marche ne fera que
reporter le problème à plus tard.

Extrait des livres "Camille découvre la piscine - tome 1" et "Camille nage à la piscine - tome 2" – Éditions Keraqua – 2023 – www.keraqua.fr/livres – Les éditions Keraqua autorisent l'utilisation, la reproduction et le partage de cette image dans un cadre privé ou professionnel.



Des histoires pour les enfants... des guides pour les adultes!



Camille, d'après une histoire vraie...

- ▶ Voir les vidéos sur Youtube
- 1- "Camille vers l'aisance aquatique"
- 2- "Camille nage 50 mètres à 3 ans"