**CA1 : Transversalité dans les APSA (Natation de vitesse-Parcours Athlétique-Relais/Vitesse)**

|  |  |
| --- | --- |
| **L’ATHLETE / LE NAGEUR (LE PRATIQUANT)** | |
| **D1 / CG1** | Appuis, fréquence/ amplitude, placement, performance, réaction à un signal :  \*Utiliser ses appuis  \*Gérer le rapport amplitude/fréquence  \*La notion de placement  \*Réagir à un signal |
| **D2 / CG2** | \*Analyser ses performances  \*Faire des choix liés à la réalisation et/ou à l’organisation de l’épreuve |
| **D3 / CG3** | \*Respect des commandements des juges et de l’organisation |
| **D4 / CG4** | \* S’échauffer : notions de progressivité, d’intensité. |
| **D5 / CG5** | \*Aller au maximum de ses capacités pour réaliser sa meilleure performance.  \* Connaître sa performance cible pour s’engager efficacement |
| **L’OBSERVATEUR** | |
| **D1 / CG1** | \*S’approprier le vocabulaire relatif à la motricité (lien entre la verbalisation et l’action) |
| **D2 / CG2** | \*Analyser les actions et les performances des autres élèves |
| **D3 / CG3** | \*Assumer différents rôles (Observer, aider et conseiller) |
| **D4 / CG4** |  |
| **D5 / CG5** |  |
| **LE JUGE** | |
| **D1 / CG1** | \*S’approprier le vocabulaire relatif au règlement (starter, juge à l’arrivé) |
| **D2 / CG2** | \*Utiliser le matériel (chronomètre, sifflet, claquoir…)  \*Mise en place des ateliers  \*Lecture des fiches atelier |
| **D3 / CG3** | \*Assumer différents rôles (Mesurer, chronométrer, contrôler) |
| **D4 / CG4** |  |
| **D5 / CG5** | \*Incarner le rôle (silence, autorité, respect…)  \*Concentré, attentif  \*Les commandements sont donnés en toute sécurité |