



# Choisir le BON COURS DE NATATION



COURS	ÂGE	PRÉALABLES
<b>Parent et enfant 1</b>	6 à 12 mois L'enfant est accompagné d'un parent. Cours non offert à Sainte-Justine.	Aucun préalable.
<b>Parent et enfant 2</b>	À partir de 12 mois L'enfant est accompagné d'un parent.	Aucun préalable.
<b>Parent et enfant 3</b>	À partir de 24 mois L'enfant est accompagné d'un parent.	L'enfant est capable de placer sa tête sous l'eau et de sauter à l'eau seul.
<b>Préscolaire 1</b>	À partir de 4 ans L'enfant est accompagné d'un parent jusqu'à ce qu'il soit capable d'être seul dans l'eau.	L'enfant est capable de placer sa tête sous l'eau.
<b>Préscolaire 2</b>	À partir de 4 ans <b>L'enfant est seul dans l'eau.</b>	L'enfant est capable de placer sa tête sous l'eau et de sauter à l'eau avec aide.
<b>Préscolaire 3</b>	À partir de 4 ans <b>L'enfant est seul dans l'eau.</b>	L'enfant a réussi Préscolaire 2 <b>ou</b> flotte sur le ventre et sur le dos 3 secondes, nage sur le ventre et sur le dos 5 m et se retourne du ventre au dos ou du dos au ventre.
<b>Préscolaire 4</b>	À partir de 4 ans <b>L'enfant est seul dans l'eau.</b>	L'enfant a réussi Préscolaire 3 <b>ou</b> flotte sur le ventre et sur le dos 5 secondes sans aide, glisse sur le ventre et sur le dos 3 m sans aide, nage sur le ventre et sur le dos 5 m sans aide et se retourne du ventre au dos et du dos au ventre sur 5 m.
<b>Préscolaire 5</b>	À partir de 4 ans <b>L'enfant est seul dans l'eau.</b>	L'enfant a réussi Préscolaire 4 <b>ou</b> débute la nage au crawl, nage sur le ventre et sur le dos sur 7 m et nage sur le côté sur 5 m.
<b>Nageur 1</b>	6 ans et plus	Aucun préalable de natation requis. Ce niveau s'adresse aux enfants de 6 ans et plus n'ayant jamais suivi de cours de natation.
<b>Nageur 2</b>	6 ans et plus	L'enfant a réussi Préscolaire 4 ou 5 ou Nageur 1 <b>ou</b> est à l'aise en eau profonde seul et sans aide flottante.
<b>Nageur 3</b>	6 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 2 <b>ou</b> nage le crawl et le dos crawlé sur 10 m, bat des jambes sur le ventre, le dos et le côté sur 10 m et nage sur place 15 secondes.



COURS	ÂGE	PRÉALABLES
<b>Nageur 4</b>	6 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 3 <b>ou</b> nage le crawl et le dos crawlé sur 15 m, exécute le plongeon à genou, entre en eau profonde par roulade avant, nage sur place 30 secondes et saute en eau profonde.
<b>Nageur 5</b>	6 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 4 <b>ou</b> effectue un plongeon debout, nage sur place 1 minute, nage sous l'eau 5 m, entre à l'eau par roulade avant, nage avec les bras seulement sur 15 m, nage le crawl et le dos crawlé sur 25 m.
<b>Nageur 6</b>	6 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 5 <b>ou</b> effectue un plongeon à fleur d'eau, effectue un saut groupé, nage sur place 2 minutes, entre à l'eau par roulade, nage la brasse sur 25 m et nage le crawl et le dos crawlé sur 50 m.
<b>Nageur 7</b> /Jeune sauveteur initié/	8 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 6 <b>ou</b> effectue un saut d'arrêt et un saut compact en eau profonde, nage sur place en effectuant le coup de pied de sauvetage sans utiliser les mains 45 secondes, nage sous l'eau (10 m) pour récupérer un objet et nage la brasse sur 50 m et nage le crawl et le dos crawlé sur 100 m.
<b>Nageur 8</b> /Jeune sauveteur averti/	8 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 7 <b>ou</b> nage la brasse, le crawl et le dos crawlé sur 50 m, plonge en surface et nage 100 m en 3 minutes ou moins.
<b>Nageur 9</b> /Jeune sauveteur expert/	8 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 8 <b>ou</b> effectue des culbutes avant et arrière, nage la tête hors de l'eau sur 25 m et nage le crawl sur 75 m, transporte un objet de 2,3 kg pendant 1 minute, effectue un examen primaire, traite l'état de choc et connaît les manœuvres d'esquive des victimes.
<b>Nageur 10</b> /Étoile de Bronze/	10 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 9 <b>ou</b> nage le crawl, le dos crawlé et la brasse sur 100 m, nage 300 m en 9 minutes ou moins, peut sortir de l'eau une victime inconsciente et effectue les soins pour une détresse respiratoire ou des blessures et fractures.
<b>Adulte 1</b>	16 ans et plus	L'adulte flotte sur le ventre et sur le dos et se relève sans aide et glisse sur le ventre et sur le dos sur 5 m sans aide.
<b>Adulte 2</b>	16 ans et plus	L'adulte glisse sur le ventre et le dos sur une distance de 15 m et est à l'aise en eau profonde.
<b>Adulte 3</b>	16 ans et plus	L'adulte nage le crawl et le dos crawlé sur 25 m.

Pour voir tous les préalables :  
**CEAenligne.ca**



Centre de services  
scolaire de la  
Beauce-Etchemin

