



# Rapport de progression mi-session



Nom de l'élève :



<b>PLOUF 3</b> Contenu à voir 	<b>TREMPIN DE 1 M</b>	
		Chute avant bras en croix
		Fente saut d'appel saut avant droit
		Fente saut d'appel saut avant groupé
<b>SOL</b>		Fente saut d'appel saut avant carpé
	Position carpée (mains au tibias)	Plongeon avant groupé bras en haut
	Jogging pieds-mains arrière	Plongeon avant groupé avec 1-2-3
	Équilibre sur la tête avec aide	Plongeon arrière droit mains ensembles avec aide
	Fermeture de bras avant debout bras en croix	Saut retourné bras en haut
	Roulade arrière groupée avec aide	<b>POUR ALLER PLUS LOIN 1 m (OPTIONNEL)</b>
	Fente saut d'appel	Périlleux avant groupé bras en haut
	Saut avant droit lancer les bras	<b>POUR ALLER PLUS LOIN 3 m (OPTIONNEL)</b>
	Saut retourné droit lancer les bras	Saut avant carpé bras en haut
<b>BORD DE L'EAU</b>		Saut avant carpé avec 1-2-3
	Chute avant mains ensembles	Saut arrière droit bras en haut
	Fente saut d'appel saut avant droit	Saut arrière groupé bras en haut
	Fente saut d'appel saut avant groupé	Saut arrière droit avec 1-2-3
	Fente saut d'appel saut avant carpé	Saut arrière groupé avec 1-2-3
	Plongeon avant groupé bras en haut avec aide	 D'ici la fin de la présente session, votre enfant « pourrait » ne pas atteindre le ou les objectif(s) marqués d'un crochet.
	Plongeon avant groupé avec 1-2-3	
	Plongeon avant carpé bras en haut	
	Progression 102 C bras en haut	
	Saut retournée bras en haut	

Afin d'optimiser son apprentissage, je vous partage mes observations et suggestions :

---



---



---



---



---



---

Les 5 dernières minutes du prochain cours, je serai disponible pour répondre à vos questions. Venez me rencontrer sur le bord de la piscine.

Nom du moniteur :

Date :