Rapport de progression mi-session

Nom de l'élève :

RÉSEAU aquatique DRUMMONDVILLE

PLOUF 5
Contenu à voir

	SOL
	Position carpée (mains aux pieds)
	Équilibre sur les mains avec aide
	Fermeture de bras avant sur le ventre
	Ouverture arrière groupée en trois étapes
	Roulade arrière groupée plus saut arrière droit
	Roue latérale 1 côté au choix

	TREMPLIN DE 1 M
	1 pas saut d'appel plongeon avant droit
	1 pas saut d'appel plongeon avant groupé
	1 pas saut d'appel plongeon avant carpé
	Périlleux avant groupé avec 1-2-3
	Périlleux avant carpé bras en haut
	Plongeon arrière droit avec 1-2-3
	Plongeon arrière groupé bras en haut
	Plongeon retourné groupé bras en haut

	POUR ALLER PLUS LOIN 3 m (OPTIONNEL)
	1 pas saut d'appel saut avant droit
	1 pas saut d'appel saut avant groupé
	1 pas saut d'appel saut avant carpé
	Saut arrière carpé bras en haut
	Saut arrière carpé avec 1-2-3
	Entrée avant groupée
	Plongeon avant groupé bras en haut

✓ **D'ici la fin de la présente session, votre enfant « pourrait » ne pas atteindre le ou les objectif(s) marqués d'un crochet.**

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 :