









Cours Croix-Rouge Niveau Préscolaire

Niveau	Âge Au 1 ^{er} cours	Présence des parents dans l'eau	Ratio Moniteur/ enfant	Prérequis	Durée	Aide flottante	Description
Étoile de mer 	4 à 12 mois	OUI	1/12	L'âge et Se tenir la tête seul	30 min.	OUI	Les bébés et les parents apprivoisent l'eau : apprendre la flottabilité et le déplacement sur le ventre, sur le dos et en position verticale. Pratique des entrées et sorties en eau peu profonde.
Canard 	12 à 24 mois	OUI	1/12	L'âge	30 min	OUI	Bébés et parents apprennent : la respiration rythmée, déplacement vers l'avant et vers l'arrière avec aide, la flottaison sur le ventre, sur le dos et le retournement. Pratique des entrées et sorties en eau peu profonde.
Tortue de mer 	24 à 36 mois	OUI	1/12	-Âge ou 3 ans et plus ayant une crainte de l'eau	30 min	OUI	Bébés et parents apprennent : l'immersion, la flottaison et les glissements sur le ventre et sur le dos, sauts dans l'eau à la hauteur de la poitrine avec aide, le battement des jambes sur le ventre et la nage sur le ventre.
Loutre de mer 	3 à 5 ans	OUI pour les 3 premiers cours	1 / 4-6	-3 à 5 ans -Être à l'aise dans l'eau -Capable de flotter avec de l'aide Capable d'immerger son visage dans l'eau	40 min	OUI	Les enfants apprennent les flottaisons et les glissements sur le ventre et sur le dos ainsi que le battement de jambes sur le ventre avec un objet flottant. À la fin du niveau, les enfants seront en mesure de nager sur une distance d'un mètre.
Salamandre 	3 à 5 ans	NON	1 / 4-6	-3 à 5 ans -Capable de flotter avec de l'aide -Capable d'immerger son visage dans l'eau	40 min	OUI	Les enfants améliorent la flottaison sur le ventre et sur le dos ainsi que les sauts dans l'eau à la hauteur de la poitrine sans aide. Le battement de jambes est ajouté au glissement sur le ventre et sur le dos. À la fin du niveau, les enfants seront en mesure de nager sur une distance de 2 mètres.

Cours Croix-Rouge Niveau Préscolaire

<p>Poisson-lune</p> 	3 à 5 ans	NON	1 / 4-6	<p>-Niveau salamandre réussi -Capable de flotter sans aide du moniteur</p>	40 min	OUI Et pratique sans aide	Les enfants travaillent le battement de jambes et exécutent des glissements sur le ventre et sur le dos. Pratique des entrées à l'eau en eau peu profonde. Début de l'expérimentation sans flotteurs. Flottaison en eau profonde ainsi que la nage avec un VFI (veste de flottaison individuelle.)
<p>Crocodile</p> 	3 à 5 ans	NON	1 / 4-6	Poisson-lune réussi	45 min	Transition	Les enfants améliorent les glissements sur le ventre et sur le dos avec battement des jambes. Apprennent à travailler sans flotteurs. Pratique de la nage sur le ventre et sur le dos, saut en eau profonde et nage avec un VFI en partie profonde. Nage sur une distance de 10 mètres de façon continue.
<p>Baleine</p> 	3 à 5 ans	NON	1 / 4-6	Crocodile réussi	45 min	NON	Les enfants augmentent la distance des glissements sur le ventre et sur le dos avec battement des jambes ainsi que celle de la nage sur le ventre et sur le dos. Ils apprennent le plongeon, départ en position assise. Ils nageront sur une distance de 15 mètre de façon continue.