

- > Dès la grande section de maternelle, découverte progressive du milieu aquatique. À partir du CE1, cours d'apprentissage puis de perfectionnement
- > Cours spécifiques pour les 12-17 ans qui ne savent pas nager ou qui souhaitent perfectionner leurs techniques de nage
- > L'objectif final de l'EMN est l'apprentissage de 3 nages (brasse, dos et crawl), une fois ces compétences acquises, il est possible d'évoluer vers une association sportive.

NIVEAUX ET OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

ÉVEIL Saut, étoile, déplacement de 20 m, passer sous un obstacle

APPRENTISSAGE 1

Déplacement 25 m sans matériel, saut en grande profondeur, immersion à moins de 1,80 m

APPRENTISSAGE 2

25 m brasse (avec ou sans maîtrise de la respiration), 25 m dos crawlé, saut ou plongeon

PERFECTIONNEMENT

50 m brasse coulée, 50 m dos crawlé, 25 m crawl, plongeon

APPRENTISSAGE ADO

25 m brasse, 25 m dos crawlé « Attestation du savoir nager en sécurité » (ASNS)

PERFECTIONNEMENT ADO

Plongeon, 50 m brasse coulée, 50 m dos crawlé, 50 m crawl, sauvetage et secourisme

DÉROULEMENT DES COURS

- > Les cours ont lieu en semaine entre 17h et 19h et le mercredi entre 13h30 et 19h, les horaires varient en fonction de l'établissement et des bassins disponibles.
- > Les cours durent 40 minutes, ils ont lieu une fois par semaine, sauf vacances scolaires et jours fériés.
- > L'encadrement des cours est assuré par les maîtres-nageurs de la Direction des sports. Ils sont à votre disposition pour échanger si besoin en prenant rendez-vous
- > Deux fois par an, les parents sont invités à rencontrer le maître-nageur de l'enfant pour échanger sur sa progression et nager s'ils le souhaitent avec leur enfant.

L'inscription débute à la fin mai de l'année scolaire précédente, elle concerne uniquement les enfants qui ne fréquentent pas encore l'École municipale de natation.



1 DÉTERMINATION DU NIVEAU

Fin mai, allez dans la piscine de votre choix, un maître-nageur détermine le niveau de votre enfant. Un test aquatique est obligatoire à partir du CE1. Les jours et horaires des tests sont affichés dans les piscines au début du mois de mai.

- ↳ Pas de choix de créneau le jour du test
- Prévoir la tenue de bain à partir du CE1
- La détermination du niveau ne garantit pas l'obtention d'une place.

2 CHOIX DU CRÉNEAU

Mi-juin, vous recevez un mail qui vous permet de choisir le créneau de votre enfant, dans la limite des places disponibles. Le choix du créneau se fait en ligne ou en piscine. Un mail vous confirme que votre enfant est bien inscrit.



3 PAIEMENT

Après les 2 premiers cours, vous recevez un mail vous demandant d'aller payer l'activité dans la piscine de votre choix. Les tarifs sont affichés en piscine ou sur <https://metropole.rennes.fr>.

