



**ASNS**

**Attestation du Savoir Nager en Sécurité**

**ÉCOLE OU ÉTABLISSEMENT SCOLAIRE :**

|  |
| --- |
| **Parcours à réaliser en continuité,** **sans reprise d'appuis au bord du bassin et sans lunettes** |
| **1****Entrée dans l’eau**À partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau en chute arrière. | **2****Déplacement**Se déplacer sur une distance de 3,5 m en direction d'un obstacle. | **3****Immersion**Franchir un obstacle en immersion complète, sur une distance 1,5m. | **4****Déplacement**Se déplacer sur le ventre, sur une distance de 20 m, *sans aide et sans reprise d'appui.* |
| **5****Équilibre**Au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace vertical pendant 15 s, puis reprendre le déplacement. | **6****Déplacement**Faire un demi-tour sans reprise d'appui et passer d'une position ventrale à une position dorsale. | **7****Déplacement**Se déplacer sur le dos sur une distance de 20 m, *sans aide et sans reprise d’appui.* | **8****Équilibre**Au cours de ce déplacement, au signal sonore, réaliser un surplace en position horizontale dorsale pendant 15 s puis reprendre le déplacement. |
| **9****Immersion**Se retourner sur le ventre pour franchir à nouveau l'obstacle en immersion complète. | **10****Déplacement**Se déplacer sur le ventre pour revenir au point de départ. | **11****Sécurité**S’ancrer de manière sécurisée sur un élément fixe et stable | . **12****Connaissances****et attitudes**Savoir identifier la personne responsable de la surveillance à alerter en cas de problème. |
| **13****Connaissances** **et attitudes**Connaître les règles de base liées à l’hygiène et à la sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé | **Validation ASNS****Acquis □****Non acquis □** | Je soussigné(e), ………………………………………………..Maître-Nageur Sauveteur diplômé d’État, Carte Professionnelle d’éducateur sportif n°……………………………………………………………….....Atteste que (Nom Prénom)…………………………………..........Né-e le ……………………………………………………………maîtrise le savoir-nager défini par l’arrêté du 28 février 2022 (parcours de capacités, connaissances et attitudes - voir ci-dessus).À ………………………………………………………………….. Le …………………………………………………………………Signature :Signature et cachet |
| Nom et signature duProfesseur des écolesou duProfesseur d’EPS  |