**REPERER DES NIVEAUX DE L’ORGANISATION LOCOMOTRICE DU NAGEUR :**

1 - Le sujet entre dans l’eau et s’y déplace avec le regard à l’horizontale. L’orientation de l’axe du corps conserve une obliquité marquée. La dominante organisatrice est posturale et pose le problème de la **construction du** « **corps flottant** ».

2 - Le sujet entre dans l’eau « par la tête ». L’orientation du corps a dépassée l’horizontale (tête plus basse que les pieds). Il se profile dans l’eau pour atténuer les résistances. **Construction du** « **corps projectile** ».

3 - La distance de déplacement parcourue par le sujet reste tributaire de ses capacités d’apnée. La fonction locomotrice reste subordonnée aux capacités ventilatoires. **Ebauche du « corps propulseur** ».

4 - En se coordonnant les solutions ventilatoires et motrices permettent au nageur de se déplacer de façon continue sur des distances croissantes. **Stabilisation du « corps** **propulseur ».**

5 - Le nageur adapte ses actions propulsives à la spécificité du substrat. Les poussées s’exercent sur des masses d’eau importantes en force croissante. Recherche et obtention du meilleur rendement. **Efficacité propulsive.**

6 - Le nageur gère sa puissance en fonction des résultats à atteindre. Il est capable de nager à vitesse constante et même à vitesse croissante. **Stabilisation de l’efficacité** **propulsive.**

