

Compétence attendue :

Choisir et conduire un déplacement avec précision en adaptant son équilibre, la propulsion et l'orientation de son embarcation face à la force des éléments naturels.
Adopter les attitudes d'entraide et de sécurité lors d'un dessalage.
Reconnaître les caractéristiques du milieu de navigation.

Connaissances**Du pratiquant**

- le vocabulaire spécialisé : canoë, kayak, hiloire, pagaie simple, double, jupe, gilet, gonfle, gîte, assiette, pont coque, (contre) courant, marée.
- les règles de sécurité essentielles : savoir nager, choix d'un matériel adapté.
- les dangers visibles pouvant entraîner des conditions difficiles de navigation : bateaux motorisés, objets flottants, branchages...
- des repères pour identifier l'orientation et l'intensité des forces et contraintes pouvant agir sur le bateau : courant, marée, vent...
- des moyens pour composer avec ces forces : vitesse, gîte, angle d'incidence, type d'actions de la pagaie, placement des mains sur le manche.
- de la conduite à tenir en cas de dessalage (retourner le bateau, y mettre la pagaie, rejoindre le bord et vider).

Liées aux autres rôles*De l'aide*

- de la conduite à tenir pour intervenir lors d'un dessalage (vidage de bateau à 2 en eau profonde).

De l'observateur

- des critères techniques d'observation : déséquilibre du bateau, placement des mains sur le manche, orientation de la pagaie, fréquence, amplitude.

Capacités**Du pratiquant**

- Navigation sur un parcours d'eau calme à problématiques complexes (marées, vents, courants, végétation, autres utilisateurs...)
- Choisir son matériel et son équipement personnel.
- Embarquer et débarquer seul.
- Adopter une posture dynamique : membres inférieurs (utilisation des calages, gîte, assiette) et supérieurs (gainage, coups de pagaie).
- Aller droit, tourner.
- Freiner, s'arrêter et reculer.
- Se déplacer latéralement.
- Gérer la force, l'amplitude, l'orientation et la fréquence des coups de pagaie.
- Fixer du regard la direction choisie.
- Lors d'un dessalage, sans paniquer, retourner le bateau, y mettre la pagaie, rejoindre le bord en natation sécuritaire et vider seul/à 2.
- Remonter dans un bateau en eau profonde.

Liées aux autres rôles*De l'aide*

- Intervenir à bon escient en cas de dessalage d'un camarade :
 - Si seul, aider à ramener le matériel au bord
 - A deux, vider le bateau sur l'eau

De l'observateur

- Identifier les points forts et les points faibles d'un camarade qui effectue un parcours.

Attitudes**Du pratiquant**

- Rester calme en cas de dessalage.
- Respecter le matériel.
- Respecter les consignes de sécurité
- En ballade, rester à proximité des autres bateaux (mise en place de binômes si possible).
- Respecter l'environnement et les autres usagers du site.
- Etre attentif aux dangers des lieux de pratique (bateaux, objets flottants, branchages...).

Liées aux autres rôles*De l'aide*

- Etre attentif aux autres.
- Aider un camarade qui vient de dessaler.

