

THEME : TURNER/ALLER DROIT

- **Problèmes rencontrés par l'élève** : Débutant qui n'arrive pas à aller droit, et qui tourne sur lui-même.

- **Objectifs** : Etablir des relations entre l'action de la pagaie dans l'eau et l'orientation du bateau. Utiliser des actions de pagaie de l'avant vers l'arrière pour avancer ou tourner. Quand je donne un coup de pagaie à droite, je tourne à gauche.

- **Situations proposées:**

Intitulé	Consignes	Critères de réussite	Critères de réalisation
Navigation sans pagaie	- Faire des tours sur soi-même : 1 tour en donnant le - de coups de pagaie possible, 2 tours 1 tour à gauche, 1 tour à droite (faire avec la pagaie après) - Pt parcours à faire le = vite possible	- Donner maximum 3 coups pour faire un tour - Ne pas tourner sur soi-même	<p>Pour tous les exercices :</p> <p>⇒ Pour tourner, il faut donner un coup de pagaie d'un côté pour aller de l'autre. Le principe de la « circulaire » est de donner un coup de pagaie très large, allant de la pointe du bateau à l'arrière.</p> <p>⇒ Pour aller droit, donner de petits coups de pagaie pas trop près du bateau (30 cm du corps), de chaque côté. Ne pas hésiter à donner plusieurs coups du même côté pour revenir droit. Augmenter l'amplitude au fur et à mesure.</p> <p>Se concentrer sur un point lointain et non sur l'avant du bateau.</p>
Tracter un nageur	- Tracter un partenaire accroché à l'AR du bateau (+ difficile de tourner) sur une petite distance et ensuite un petit parcours (relais)	- Ne pas tourner sur soi-même et aller le plus vite possible - Respecter le parcours	
Kayak polo	- La bombe : envoyer un ballon à aller chercher et à renvoyer au professeur ensuite en moins de 5, 6 ou 7s. - Course à la balle : lancer le ballon, aller le chercher et le relancer jusqu'à atteindre la bouée	- Renvoyer le ballon le plus près possible de l'enseignant - Atteindre la bouée avec le ballon	
Course aux points	- Aller toucher les bouées (ou aller chercher des balles) le plus vite possible ou dans un temps limité. Le + rapide ou celui qui aura touché le + de bouées (ou ramené le + de balles) a gagné.	- Atteindre les 5 cibles le + vite possible ou dans le temps indiqué (ou ramener le + de balles)	
Droite/Gauche	- Tout le monde en file indienne devant l'enseignant. Au signal « droite » ou « gauche » rejoindre la ligne entre les 2 bouées le + vite possible. On élimine le dernier.	- Se diriger du bon côté sans tourner sur soi-même	
Balade	- Toujours avoir un partenaire avec soi. - Ne pas dépasser le 1 ^{er}	- Suivre le groupe du début à la fin - Aider quelqu'un en difficulté - Respecter les consignes de sécurité	

Matériel nécessaire

- 5 bouées
- 5 ballons de kayak polo T4
- 1 sifflet
- 1 bateau, 1 gilet et un pagaie par élève
- 30 balles de tennis