**ACADEMIE MARTINIQUE 2013-2014**

|  |
| --- |
| **CP 2 KAYAK** |
| **COMPETENCE ATTENDUE DE NIVEAU 4** |
| **Connaissances****Sur l’APSA :**Affinement du vocabulaire spécifique à la pratique : appui, traction, poussée, circulaire et dénage. Choix du type d’embarcation en fonction de son niveau et des conditions de pratique.Les règles de sécurité pour l’entraide et les principes de propulsion et de conduite du bateau.**Sur sa propre activité :**Les règles de sécurité importantes :Savoir s’équiper avant de pratiquer.Les actions à réaliser en cas de dessalage : ne jamais lâcher sa pagaie et son bateau**Sur les autres :**- Aider lucidement un camarade en difficulté en utilisant les techniques de sauvetage adéquates.**Sur l’environnement :**Les variations des conditions de pratique sur le site : - savoir consulter et décoder un bulletin météorologique. repérer d’ou vient le vent, le sens de la houle et du courant.Connaître et préserver la faune et la flore de son site de pratique. | **Capacités****Savoir-faire en action :** \**Avant le déplacement : Concevoir, prévoir, anticiper son déplacement*A la vue des conditions climatiques (vent, houle, courant), ajuster son projet d’itinéraire pour optimiser son déplacement (surfer…)*\*Pendant l’action :Conduire, réguler, adapter son déplacement**\*Affiner sa motricité spécifique**\*Agir en sécurité***Savoir-faire pour aider aux apprentissages :**En coopération : **-** Lors d’un dessalage en pleine mer, savoir aider à plusieurs un camarade à remonter dans son bateau ou le remorquer avec son matériel.Pour un progrès personnel :- Prendre en compte les variations du milieu pour choisir le meilleur itinéraire possible. | **Attitudes****En direction de soi :**- Prévoir de quoi se protéger et s’hydrater pour réaliser un parcours plus ou moins long.- Etre attentif aux consignes du professeur avant d’aller sur l’eau et pendant la séance. - Respecter les règles et les consignes de sécurité du site de pratique. - Respecter les consignes de navigation. - Respecter le matériel mis à disposition - Connaître ses limites et s’engage lucidement.**En direction d’autrui :**- Respecter les autres usagers du site et appliquer les principales règles de priorité en mer.- naviguer en permanence au minimum en binôme. (regroupement par 3 conseillé.) - Faire respecter les règles de sécurité aux autres kayakistes du groupe.- Responsabiliser le groupe lors de la manipulation du matériel rinçage, rangement, des bateaux, pagaies et gilets).**En direction du milieu**Adopter de nouveaux comportements au service de la préservation et de l’amélioration de nos sites de pratiques. |