



Fiche d'évaluation

Compétences

Compétences générales

Naviguer à toutes les allures par un vent de force 3.
Garder une trajectoire au surf sur une vague de 40 cm à 1 mètre.

Compétences spécifiques technique

Naviguer dans des bateaux aux caractéristiques différentes permettant d'évoluer avec des objectifs variés (glisser dans des bateaux directeurs, jouer avec des bateaux manœuvriers dans des espaces contraints).

Compétences spécifiques sécurité

Construire un plan de navigation en plaçant sur une carte : la direction du vent, de la houle, du courant et les niveaux éventuels de marée à l'heure prévue pour le départ et l'arrivée.

Compétences spécifiques environnement

Analyser certains phénomènes créant des relations entre les facteurs physiques, la faune, la flore et le patrimoine.

Pré-requis

Pour les candidats quelque soit leur nationalité :

1/ Etre titulaire d'un titre permanent de la FFCK.

2/ Etre titulaire :

- d'une Pagaie Verte ou de son équivalent reconnu par l'Euro Paddle Pass.

- d'une Pagaie Bleue, Rouge ou noire d'un autre milieu ou de son équivalent reconnu par l'Euro Paddle Pass.

3/ Présenter son carnet de navigation avec tous les pré-requis de navigation, correspondant à la Pagaie Bleue mer validés par son cadre formateur : avoir navigué sur 2 sites différents d'au moins 5 milles par mer peu agitée, en Kayak de Mer ou en Pirogue et avoir été confronté aux conditions suivantes : vent de force 2/3 Beaufort, passage avec courant d'au moins 1 noeud et avoir surfé en Wave-Ski ou Kayak Surf sur 2 spots différents dans des vagues d'une hauteur d'au moins 30 centimètres.

4/ Vérifier que l'ensemble des compétences et des connaissances du niveau Pagaie Bleue mer a bien été validé selon les référentiels technique, sécurité et environnement Pagaies Couleurs.

Lieu de pratique

Les tests doivent se dérouler en mer avec des conditions de force III, dans des zones sans marées et sans changements de niveau. Le parcours manœuvrier se fait en présence de vagues de 40 cm à 1 mètre.

Les certificateurs tiendront compte de conditions plus difficiles, néanmoins ceci ne pourra constituer un prétexte pour baisser le niveau de la maîtrise technique. Pour des raisons de sécurité, il faudra au moins que 3 bateaux participent à chacune des épreuves. Le test ne pourra pas se dérouler dans des conditions de calme plat.

Aménagement du site

Pour la tâche 2 du test technique, placer deux bouées à une distance de 50 mètres et 100 mètres. Pour la tâche 4 du test technique, installer un parcours en mer avec des bouées selon le schéma « parcours en bateau directeur » ci-dessous.

Matériel

Bateau manœuvrier monoplace : Wave-Ski, Freestyle, Sabot...

Bateau directeur monoplace : tous types de kayak de mer avec ou sans gouvernail avec une pagaie double ou Pirogue monoplace (V1) avec une pagaie simple.

Le test technique se fait en bateau manœuvrier et en bateau directeur. Toutes les tâches du test sécurité sont à faire en bateau directeur (Kayak de Mer) et/ou bateau manœuvrier.

Adaptation pour le public handicapé



ou



Les épreuves de sécurité sont à adapter en fonction des potentialités physiques de la personne. Dans tous les cas la personne handicapée doit connaître les procédures de sécurité et être capable d'y apporter une contribution. Les exigences liées à des connaissances environnementales ou autres sont à adapter en fonction d'un éventuel handicap mental.

EQUIPEMENT

Gilet de sauvetage, casque et jupe

Le candidat doit être équipé d'un gilet de sécurité conforme aux normes en vigueur. La jupe doit pouvoir se retirer sans difficulté. Le port du casque est obligatoire pour la navigation au surf et par houle le long des côtes rocheuses, avec un bateau manœuvrier.

Embarcation et pagaie

L'embarcation du candidat doit être conforme aux règlements en vigueur.

Le kayak est équipé d'anneaux de bosse à chaque extrémité pour réaliser des actions de secours sans risque de coincement des mains. Si des lignes de vie sont présentes sur le kayak, elles doivent être tendues et ne pouvoir se desserrer accidentellement au risque de bloquer l'entrée dans le kayak. Les kayaks mixtes (multi-usages) doivent être équipés de réserves de flottabilité qui sont solidement arrimées dans tous les espaces libres à l'exception de la place du kayakiste. Les kayaks de mer à caissons étanches n'ont besoin d'aucun équipement supplémentaire de flottabilité.

Les wave-skis doivent être équipés de leash. La ceinture est utile à la prise de carre et doit être utilisée dès le début de l'apprentissage en Wave-Ski. Ne pas hésiter à prévoir une phase d'initiation au dessalage et largage de cette ceinture afin d'éviter toute panique lors du retournement.

Equipement personnel

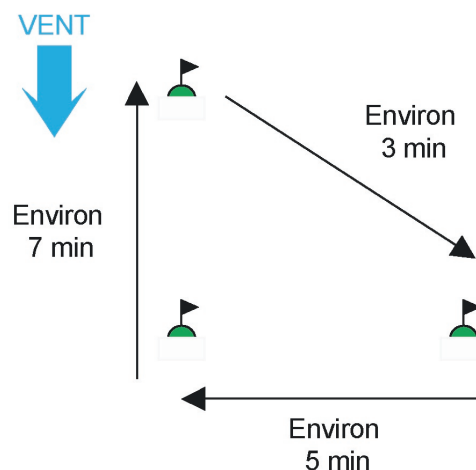
Le candidat doit choisir une tenue adaptée en fonction des conditions de pratique. Il est également équipé de chaussons ou chaussures adaptées. Les vêtements de rechange sont choisis en fonction des conditions extérieures et pour prévenir tout risque d'hypothermie. Le port d'un chapeau et la crème solaire sont essentiels en présence de soleil.

La trousse de premiers secours doit correspondre à ce que le moniteur doit savoir en matière de secourisme. Le kit de réparation est adapté au type de kayak que le candidat possède.

Le moniteur doit emporter : une boussole simple, des rations de survie, un sifflet, un sac pour le bivouac d'une taille minimum de 1.80 mètres par 0.90 mètres, une lampe torche, des allumettes ou une briquet ainsi que tout système de signalisation permettant de se faire repérer sur l'eau. Tout l'équipement de secours ou de rechange doit être rangé dans des sacs étanches pour rester sec même en cas de chavirage.

LE TEST TECHNIQUE

Schéma du parcours en bateau directeur (tâche 4)





ou



TÂCHES	DESCRIPTIF	CRITERES D'EVALUATION
1. EN BATEAU DIRECTEUR :		
2. Réaliser un départ de plage et une arrivée de plage.	Départ à pied puis embarquement, Aller contourner deux repères (distance : à 50 et à 100 mètres) situés au delà des déferlantes de hauteur moyenne de 40 cm à 1 mètre puis arriver et remonter avec son matériel sur 20 m sur la plage.	Rapidité et prise en compte des vagues à l'embarquement. Vitesse et prise d'appui en phase avec les vagues. Maîtrise du refus de surf ou du surf au retour. Arrivée en douceur. Pas de dessalage.
3. Prendre la vague d'un bateau meneur à allure soutenue.	Par 2 ou 3, un meneur et des suiveurs, prendre successivement les vagues latérales avant et arrière du meneur dans des conditions de vent de force 2-3 avec présence de clapot.	Tenir sur chaque vague 2 minutes. Distance appropriée (de 50 cm à 1 mètre) de celui qui est devant sans quitter la vague. Accélération franche lors du changement de côté sans percuter le bateau suivi.
4. Réaliser un triangle par la droite ou par la gauche.	Réaliser le parcours défini (illustration 1) de 15 à 20 minutes par vent de force 2-3 et/ou clapot Sur des portions : - Vent de face (env. 7mn) - Vent 3/4 arrière (env. 3mn) - Vent de travers (env. 5mn) Les limites de dérives sont définies par des alignements.	Ne passe jamais sous le vent de l'alignement des repères. Réalisation d'une trajectoire tendue. Utilisation d'une ou plusieurs vagues en adaptant le placement des coups de pagaie à ces dernières. Stabilité du bateau. Maintien d'une vitesse régulière face au vent. Régularité du rythme et de l'effort. Enroulement des virages avec une propulsion régulière et l'utilisation du gouvernail sans à coups. Main supérieure fixe. Rotation du tronc. Conservation des appuis propulsifs.
5. EN BATEAU MANOEUVRIER :		
6. Passer la barre.	Dans la zone de surf définie et sécurisée, aller de l'autre coté de la zone de déferlement dans une zone calme.	Choix d'une stratégie tenant en compte les spécificités de son engin et les conditions de mer. Reste face aux vagues. Dynamisme des actions de pagaie. Parvient à relancer l'engin en quelques appuis. Garder les pieds dans les foot straps. N'arrête pas de pagayer même lors du passage de mousse. Placement des appuis adaptés avant et après chaque vague. La prise de main sur la pagaie est symétrique et équilibré par rapport aux pales.
7. Se placer et prendre la vague (Take off).	Dans un temps donné, choisir au moins deux vagues et se positionner de façon à pouvoir surfer la vague qui déroule, soit vers la droite, soit vers la gauche (en fonction de la configuration de la vague).	Accélération pour partir sur la vague est franche et suffisante. Pour les appuis de démarrage, la pale est totalement immergée. Une fois au surf, il identifie le moment où il s'arrête de propulser pour glisser en surf sans effort. Se décentre de son engin pour observer son environnement proche (lecture de la vague, repérage des dangers sur sa ligne de surf...) Grâce à un choix pertinent du côté du surf, il anticipe le déferlement de la vague pour évoluer en permanence dans son lisse pour un surf de travers. Lorsque la vague a déferlé, le kayak ou le flotteur doit rester perpendiculaire à la vague.
8. Sortir de la vague.	Sortir d'une vague au moment opportun avant qu'elle ne déferle.	Parvient à sortir avant le déferlement de la vague, sans dessalage. Réussit à accrocher l'eau de l'autre côté de la mousse pour limiter le dérapage vers la plage.



ou



TÂCHES	DESCRIPTIF	CRITERES D'EVALUATION
9. Surfer des vagues brisées.	Rejoindre la plage en surfant la mousse d'une vague et réaliser au moins un virage dans la partie basse de la vague située sous la mousse.	Contrôle de son engin dans les vagues qui ont déferlées, pour terminer son « ride » sans déraper et sans chuter. Les actions de contrôle (écart arrière) sont prédominantes sur les actions de propulsions (circulaires).
10. Juger.	Evaluer la prestation d'un pagayeur avec l'aide de l'entraîneur par rapport à son choix de vague et son aisance.	Choix des indicateurs. Pertinence du jugement. Argumentation des choix.

LE TEST SECURITE

TÂCHES	DESCRIPTIF	CRITERES D'EVALUATION
1. Dessaler et porter secours.	En bateau directeur : En pleine mer, après un retournement provoqué d'un pagayeur, réaliser le redressement du retourné. Le retournement doit avoir un caractère soudain, le pagayeur se retourne et ne pas quitter l'embarcation. La jupe doit rester en place. Alterner successivement le rôle de sauveteur et de victime du retournement.	Retournement de l'embarcation du retourné le plus rapidement possible Redressement réalisé en 30 secondes maximum. Placement du sauveteur du bon côté pour redresser le retourné. Pas de panique du retourné.
2. Esquimauter.	En bateau directeur ou bateau manoeuvrier : Réaliser un esquimautage en tour complet dans les conditions requises du test. Deux essais possibles.	Ne pas prendre appui au fond.
3. Vider un bateau en eau profonde	En bateau directeur : En pleine mer, après un dessalage provoqué d'un pagayeur, vider son kayak et l'aider à réembarquer.	Technique utilisée au choix. Cohérence de l'enchaînement des actions. Mise en sécurité du dessalé. Consignes claires pour le nageur.
4. Etre à l'aise dans l'eau.	Réaliser 20 mètres à la nage dont au minimum un passage de vague de face (il plonge).	Pas d'appréhension.
5. Revenir au bord avec son matériel.	En bateau directeur ou manoeuvrier : Dans la zone de surf, dessaler au surf, récupérer son matériel et revenir au bord.	Bon placement du pagayeur par rapport à son matériel. Pas de perte de matériel. Cohérence dans l'enchaînement des actions. Pas de panique.
6. Remonter sur son ou dans son embarcation.	En bateau manoeuvrier : Dans la zone de surf, dessaler et remonter sur son Wave-Ski. En bateau directeur : Par mer mouvementée, dessaler et remonter dans son embarcation.	Remonte sur le wave ski en une seule fois.
7. Attacher un bateau sur une galerie de voiture ou une remorque.	Attacher le bateau utilisé sur la galerie d'une voiture ou sur une remorque en utilisant 2 sangles.	Le bateau ne se soulève pas. Le bateau ne bouge pas latéralement.

LE TEST ENVIRONNEMENT

TÂCHES	CRITERES D'EVALUATION
Connaissances facteurs physiques.	<p>1/ Pouvoir à tout moment se positionner par rapport à son environnement et à une carte Calculer l'azimut en 3 points différents sur une carte. Relever le cap de 3 points repérables sur la carte et visibles. Identifier 2 points repérables par rapport à la carte. Orientation de la carte situé par rapport au Nord ou par rapport aux points identifiables, lecture aisée de la carte, calcul exact des azimuts.</p> <p>2/ Prend à partir d'un répondeur, un bulletin côtier et le décode pour la pratique en mer. Exactitude des informations.</p> <p>3/ Donne la direction générale de la houle et indiquer sur une carte les changements de direction de la houle au contact des 3 reliefs (pointe, île, baie,...). Le moniteur fournit une grande carte, les pagayeurs passent un par un. La carte peut être un dessin simplifié tracé sur le sol ou fournir un dessin de carte par pagayeur.</p>
Connaissances faune.	<p>1/ Situe sur la carte précisément 2 endroits favorables au développement de la moule* (ou un autre animal caractéristique du mode battu) et ceux favorables au développement du lichen jaune (ou un autre végétal caractéristique du mode abrité). Les deux cités ne sont pas valables pour la Méditerranée. Justifie en indiquant et en précisant pour chaque endroit si ils sont en mode battu ou abrité.</p> <p>2/ Cite trois animaux marins utilisant des techniques différentes liées à la respiration leur permettant de rester plus ou moins longtemps dans l'air. Ou cite trois animaux marins utilisant des techniques différentes liées à la respiration leur permettant de rester plus ou moins longtemps sous l'eau.</p>
Connaissances flore.	Répond à la question : les algues n'ont pas de racines, comment se nourrissent-elles ?
Connaissances patrimoine.	<p>1/ Cite trois indicateurs visibles de pollution sur un site de pratique. Donne au moins un indicateur biologique de pollution (odeur, animaux...).</p> <p>2/ Répond à la question : où peut-on trouver une information concernant la qualité de l'eau sur le littoral (au moins deux sites) ?</p>

LE TEST CULTURE SPORTIVE

TÂCHES	DESSCRIPTIF
Entretien oral.	<p>Répondre à 2 questions choisies dans la fiche antisèche "modalités d'évaluation des connaissances liées à la culture sportive" et abordant les thèmes suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Principes de l'entraînement - Systèmes énergétiques - Echauffement et récupération - Prévention des risques et des blessures - Nutrition - Renforcement musculaire et application des exercices - Préparation mentale - Connaissances des règlements sportifs