



## Fiche d'évaluation

### Compétences

#### Compétences générales

Etre performant même dans des conditions de mer formée (vent de force 4/5 et courant) et arriver à conserver son rendement lors d'un effort prolongé en V1 et en V6.

Démontrer sa capacité à naviguer aussi en kayak de mer par vent de force 3.

#### Compétences spécifiques technique

Naviguer avec efficacité (vitesse, précision, rendement) en V1 et V6 dans les conditions de mer formée (vent force 4/5 plus courant).

Etre pertinent dans le choix de programme de navigation et être capable de l'adapter.

#### Compétences spécifiques sécurité

Effectuer les opérations nécessaires au remorquage d'une V6 par un bateau de sécurité.

#### Compétences spécifiques environnement

Naviguer en harmonie avec le site, en valoriser les potentiels, en estimer les risques et se sentir responsable de son avenir. Les facteurs physiques, la faune, la flore et le patrimoine sont en perpétuelle interaction.

### Pré-requis

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

2/ Etre titulaire d'une Pagaie Rouge de la discipline 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 Noire Pirogue validés par son cadre formateur : avoir été classé sur 2 courses de longue distance (Merathon) en V6, 1 course de longue distance en V1 et 1 course de vitesse Va'a sprint de niveau national, avoir navigué à vitesse soutenue sur une distance d'au moins 12 milles sous toutes les allures et avoir été confronté aux conditions suivantes : vent d'au moins 4/5 Beaufort, houle supérieure à 1 mètre, passages de détroits ou de pointes avec des courants d'au moins 3 nœuds, coefficient de marée d'au moins 90 (océan) ou mer agitée (Méditerranée).

4/ Vérifier que l'ensemble des compétences et des connaissances du niveau Pagaie Noire Pirogue a bien été validé selon le référentiel technique, sécurité et environnement de la discipline.

### Lieu de pratique

Par mer formée, vent de force 4/5, courants importants, vagues d'1 mètre et plus.

### Aménagement du site

Pour la tâche 5 du test technique, mettre en place une ligne de 3 bouées espacées de 15 mètres, voir la Fiche Antisèche Technique Mer « Questionnaire sur les connaissances du milieu marin » ou cf. schéma ci-après.

Pour les tâches 6 et 7 du test technique, se référer au schéma descriptif de la Fiche Antisèche Technique Mer « Descriptif de tâches du test technique Pagaie Noire Pirogue ».

### Matériel

Pirogue individuelle (V1) et pirogue équipage (V6) avec une ou plusieurs pagaies simples adaptées.

Deux tâches du test technique sont à réaliser avec un kayak de mer.

### Adaptation pour le public handicapé

Le public handicapé, si besoin, doit demander un allègement ou des adaptations de l'évaluation auprès du Comité Régional.

## EQUIPEMENT

### Gilet de sauvetage, casque et jupe

Pour la pratique en Pirogue, le candidat doit être équipé d'un gilet de sécurité aux normes en vigueur. Le port de la jupe est à adapter selon les conditions.

Pour la pratique en Kayak de mer, le candidat est équipé d'un gilet de sécurité conforme aux normes en vigueur. La jupe peut se retirer sans difficulté. Le port du casque lors des tests est obligatoire.

### Embarcation et pagaie

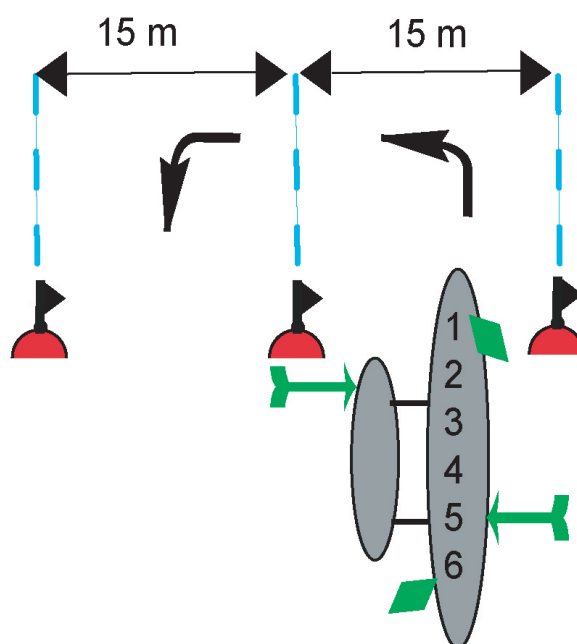
Les embarcations doivent être conformes à la réglementation en vigueur.

### Équipement personnel

Le candidat a une tenue adaptée aux conditions de pratique.

Il est également équipé de chaussons ou chaussures adaptées.

## LE TEST TECHNIQUE



le fa'ahoro (1) pique à tribord - le 2 fait un appel à babord  
le 5 fait un appel à tribord - le peperu 6 pique à tribord

Réaliser un virage en V6.

Descriptif de la tâche 5 du test technique.

TÂCHES	DESCRIPTIF	CRITERES D'EVALUATION
1. Réaliser un exercice théorique d'orientation.	<p>Réaliser le test exercice d'orientation comprenant :</p> <p>1/ le calcul d'un cap compensé. 2/ le calcul de temps pour rallier des points 3/ le choix d'options de navigations cohérentes et justifiées (correction cap et tactique de course).</p> <p>Le test se présente sous le forme d'un questionnaire exemple qui se trouve sur la Fiche Antiséche Technique Mer « Questionnaire sur les connaissances du milieu marin ».</p>	<p>Obtient au moins 15/20 au questionnaire. Fiabilité des estimations. Opportunité des choix.</p>
2. Effectuer en V1 un parcours en situation de course.	<p>Réaliser trois fois un parcours de 15 minutes en situation de course. Une récupération de 5 minutes best donnée entre chaque série.</p>	<p>Effectue ses parcours correctement. L'écart entre chaque parcours est maximum d'une minute. Maintien d'une vitesse régulière. Prise de vague.</p>
3. Effectuer 3 mètres avec le AMA décollé en V1.	<p>Sur un plan d'eau calme, expérimenter l'équilibre dynamique dans une situation instable : effectuer 3 mètres avec le AMA décollé en V1.</p>	<p>2 essais autorisés. Le flotteur ne retombe pas avant d'avoir effectué la distance de 3 mètres. Le flotteur s'élève de plus de 20 cm par rapport à la surface de l'eau. Ne se retourne pas (dessalage).</p>
4. Surfer en V1.	<p>Surfer sur une distance minimum matérialisée de 300 mètres.</p>	<p>Exploitation de la houle et de la vague. Capacité à enchaîner les phases de surf. Utilisation de la carène.</p>
5. Effectuer un virage serré en V6.	<p>Effectuer un virage serré en V6, type "course de vitesse" au poste de barreur (PEPERU) puis au poste de n°1 (FA'AHORO) La V6 doit arriver perpendiculairement à cette ligne de bouées, attaquer le virage entre les bouées 1 et 2, virer entre les bouées 2 et 3 et repartir perpendiculairement à celles-ci. Tout le reste de l'équipage doit être composé de rameurs confirmés rompus à ce type de manœuvre.</p>	<p>Vire sans toucher les bouées. 2 essais autorisés au poste de barreur ou de n°1. Coordonne les actions de pagaie. Pas d'arrêt.</p>
6. Réaliser un départ et une arrivée de plage avec une embarcation complémentaire : Kayak de mer.	<p>En présence de vagues déferlantes d'une hauteur moyenne de 40 cm à 1 mètre, réaliser un départ de plage : embarquer, quitter la plage, aller contourner deux repères (distance : 50/100 mètres) situés au delà des déferlantes puis revenir, débarquer et remonter avec son matériel sur 20 mètres sur la plage.</p> <p>Se référer au schéma descriptif se trouvant dans la Fiche Antiséche Technique Mer « Descriptif de tâches du test technique Pagaie Noire Pirogue ».</p>	<p>Entraide à l'embarquement pour les bateaux pontés. Vitesse et prise d'appui en phase avec les vagues. Maîtrise du refus de surf ou du surf. Arrivée en douceur. Pas de dessalage.</p>
7. Réaliser un triangle par la droite ou par la gauche avec une embarcation complémentaire : Kayak de mer.	<p>Faire le parcours défini de 15 à 20 minutes. Par vent de force 2-3 et/ou clapot. Sur des portions :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vent de face (env. 7 minutes)</li> <li>- Vent 3/4 arrière (env. 5 minutes)</li> <li>- Vent de travers (env. 5 minutes)</li> </ul> <p>Les limites de dérives sont définies par des alignements.</p> <p>Se référer au schéma descriptif se trouvant dans la Fiche Antiséche Technique Mer « Descriptif de tâches du test technique Pagaie Noire Pirogue ».</p>	<p>Ne passe jamais sous le vent de l'alignement des repères. Réalise une trajectoire tendue. Utilise une ou plusieurs vagues en adaptant le placement des coups de pagaie aux vagues. Le bateau reste stable. Maintien une vitesse régulière face au vent. Virages enroulés avec une propulsion régulière et utilisation du gouvernail sans à coups. Passe derrière chaque repère. Conservation des appuis propulsifs.</p>

## LE TEST SECURITE

TÂCHES	DESCRIPTIF	CRITERES D'EVALUATION
1. Avoir des connaissances de la sécurité en milieu marin.	Définir les éléments à risque du milieu marin et définir ce que veut dire « pagayer en sécurité », à ce niveau. Démontrer sa compétence à avoir un mode de communication efficace et interpersonnelle. Expliquer ce que veut dire « gérer sa propre sécurité ».	Les définitions données sont justes.
2. Remorquer une V6.	Faire effectuer les opérations nécessaires au remorquage d'une V6 par un bateau de sécurité.	La manœuvre est bien organisée, les ordres sont clairs. Sait où fixer le bout de remorquage. Sait comment effectuer les « nœuds marins » nécessaires.
3. S'orienter et lire une carte.	Indiquer sa position sur une carte marine lors de la navigation.	Le positionnement est exact.
4. S'orienter avec un GPS.	Savoir utiliser un GPS : programmer un GPS, enregistrer sur celui-ci les coordonnées d'un point défini sur une carte marine et l'utiliser le GPS pour rejoindre ce point.	Bonne utilisation du GPS.

## LE TEST ENVIRONNEMENT

TÂCHES	CRITERES D'EVALUATION
Connaissances facteurs physiques : décrire les risques et les potentiels de deux phénomènes maritimes parmi les cinq cités : baie, shore break, raz, mascaret, ressac.	Connaissance du phénomène et pertinence de son utilisation.
Connaissances facteurs physiques : décrire les grandes phases du passage d'une perturbation atmosphérique et les systèmes nuageux correspondant.	Fait le lien entre la description des différentes phases et leurs incidences sur la pratique de la Pirogue.
Connaissances facteurs physiques : décrire l'origine de la formation du mistral et les phénomènes locaux l'amplifiant.	Décrit l'origine et les comportements sécuritaires à adopter.
Connaissances patrimoine : décrire les risques et les potentiels pour la navigation en pirogue de deux infrastructures maritimes parmi les cinq cités : parcs ostréicoles, bouchots, estacade, moulins à marée, môle.	Connaissances des infrastructures et pertinence de leur utilisation en Pirogue.

## LE TEST CULTURE SPORTIVE

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