



Fiche d'évaluation

Compétences

Compétences générales

Enchaîner des figures radicales (vitesse et puissance) de façon coordonnée dans de multiples situations de vagues dans des conditions de vagues supérieures à 1,50 mètre.

Compétences spécifiques technique

Surfer sur un « shape » performant et réaliser toutes les figures de base en utilisant l'énergie potentielle de la vague. Réaliser des figures aériennes, contrôlées et radicales en utilisant l'énergie potentielle de la vague.

Compétences spécifiques sécurité

Anticiper les interactions des éléments naturels dans ses choix de surf.
Garder la maîtrise de son engin quel que soit les conditions de surf rencontrées.

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/ Être titulaire d'un titre permanent de la FFCK.
- 2/ Être 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 Wave-Ski / Kayak Surf validés par son cadre formateur : avoir été classé sur 2 compétitions de Wave-Ski ou de Kayak Surf de niveau national et avoir participé à des sessions sur 6 spots différents dont 4, dans des vagues d'au moins 1 mètre.
- 4/ Vérifier que l'ensemble des compétences et des connaissances du niveau Pagaie Noire Wave-Ski / Kayak Surf a bien été validé selon le référentiel technique, sécurité et environnement de la discipline.

Lieu de pratique

Ce test doit pouvoir se dérouler dans des conditions de vagues moyennes à grosses (supérieures à 1,50 mètre). Il est évident que ces conditions sont rarement réunies et les candidats doivent savoir qu'ils pourront être confrontés à des situations qui peuvent être loin de l'idéal. Il est possible, vu le niveau de ce test, que les conditions de mer ne permettent pas de valider la démonstration et donc de délivrer la pagaie noire aux candidats.

Aménagement du site

Identifier clairement la zone de surf par la désignation d'amer ou l'implantation sur la plage de repères visuels (drapeaux, oriflammes,...).

Matériel

Toute embarcation adaptée pour la pratique du surf (Wave-Ski ou Kayak Surf avec ailerons obligatoires) avec une pagaie double adaptée.

Adaptation pour le public handicapé

Le public handicapé, si besoin, peut demander des adaptations de l'évaluation auprès d'un Conseiller Technique Régional. La technique de l'esquimautage faisant partie de la sécurité dans le milieu doit être maîtrisée.

EQUIPEMENT

Gilet de sauvetage, casque et jupe

Pour ceux qui utilisent des kayaks surf, ils doivent être équipés d'un gilet de sécurité, qui doit correspondre aux normes en vigueur. La jupe doit pouvoir se retirer rapidement.

Sur les spots de roche, le port du casque est rendu obligatoire et doit offrir une bonne protection de la tête et être correctement attaché.

Embarcation et pagaie

Le test doit se dérouler avec des embarcations équipées et sécurisées.

Les embarcations et les flotteurs doivent être conformes à la réglementation en vigueur (règlements sportifs fédéraux pour les Wave-Ski : leash type malibu et sangle de cuisse) et être adaptées au niveau du candidat.

Équipement personnel

Le candidat choisit une tenue adaptée en fonction des conditions de pratique, une combinaison isothermique est obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 18 ° C. En période estivale, un équipement pour la protection au soleil est indispensable (crème solaire, casquette ou chapeau de plage, tee-shirt ou lycra sur l'eau,...).

LE TEST TECHNIQUE

TÂCHES	DESCRIPTIF	CRITERES D'EVALUATION
1. Remonter la barre.	Faire preuve de stratégie pour remonter rapide au de la de la zone d'impact.	Maîtrise du canard. Utilisation des courants de sortie de baïnes. Coup de Pagaie dynamique. Aucun déséquilibre dans la zone des mousses. Barrel rool en remontant la vague est réussi de 75%.
2. Se placer et prendre la vague (Take off).	Sélectionner une vague et vous positionner pour le take off avec précision en fonction de sa taille et de sa puissance. Faire preuve de patience pour observer et analyser la vague.	Réalisation du take off sans efforts particuliers. La tête est relevée vers le côté choisis pour surfer. Le take off est enclenché volontairement au moment le plus opportun lorsque l'on se trouve au plus creux de la vague (notion de late take off). L'accélération première est maximale sur un flotteur déjà en recherche de prise de carre. On ne note aucune décélération, avant l'enclenchement de la 1ère figure. Utilisation minimale de la pagaie, on doit compter 2 appuis pour lancer l'embarcation dans la pente. Le pagayeur doit s'aider de la bascule arrière/avant du buste pour profiter du rebond de l'embarcation.

TÂCHES	DESCRIPTIF	CRITERES D'EVALUATION
3. Surfer la vague.	<p>Démontrer sa capacité à :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Surfer des vagues en gauche et en droite. - Suivre l'épaule de la vague au plus près. - Coordonner les figures de façon harmonieuse et dynamique. - Savoir faire des 180 degrés, des cut back, des virages serrés (re-entry) des rollers. <p>Tenter de réaliser des flotteurs, et des aérials ou un barel roll en remontant la vague. Montrer votre capacité à réaliser des figures libres, en fonction de votre engin.</p>	<p>Tout le panel des figures classiques est maîtrisé (bottom turn, roller, cut back). Les figures sont aériennes, placées au bon moment et au bon endroit. Radicalité des figures : le flotteur sort de l'eau, on peut voir les 3 ailerons. Le flotteur est constamment sur une carre et en mouvement. Les phases d'accélération et de décélération sont franches et volontaires sans l'aide de la propulsion. On repère des rythmes d'enchaînement de figures différents en fonction des variations de la puissance et du rythme de déferlement de la vague. Lors des manœuvres extrêmes (flotty, aéréal, top turn dans l'épaule) le taux de réussite est d'au moins 25%.</p>
4. Réaliser une analyse vidéo.	A partir d'images vidéo prise dans la discipline du wave-ski ou du kayak surf, faire une analyse technique de la prestation d'un « pagayeur » et proposer des remédiations.	<p>Pertinence de l'analyse. Choix des indicateurs techniques. Justification des remédiations.</p>

LE TEST SECURITE

TÂCHES	DESCRIPTIF	CRITERES D'EVALUATION
1. Lire le milieu.	<p>Faire preuve de bon sens pour évaluer les facteurs de risque et réunir les conditions favorables à la sécurité des surfeurs.</p> <p>Déterminer les risques inhérents à la configuration d'une plage inconnue.</p>	<p>Citation de différents spots avec leurs orientations et leurs conditions particulière de surf.</p> <p>Connaissance de la théorie de la formation des vagues est connue et s'applique sur une lecture de carte météo.</p> <p>Connaissance des interactions entre les différents paramètres et les conséquences sur les conditions de surf. Réalise une prévision de houle via une recherche Internet.</p>
2. Rentrer à la nage.	Passer la barre, larguer son wave-ski et revenir à la nage.	Retour à la plage rapide et sans panique.
3. Esquimauter.	Faire un « canard » en déclenchant un esquimautage avant le déferlement de la vague pour passer en dessous.	<p>Placement de l'esquimautage au point d'impact de la vague.</p> <p>Franchissement de la vague sans reculer.</p> <p>Utilisation du corps et de la pagaie pour faire ancre.</p>

LE TEST ENVIRONNEMENT

TÂCHES	CRITERES D'EVALUATION
Connaissances facteurs physiques : décrire les risques et les potentiels d'un phénomène maritime parmi les trois cités : baïnes, shore break, mascaret.	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 du Wave-Ski.
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 des digues pour la navigation en Wave-Ski.	Connaissances de l'infrastructure et de ses avantages et inconvénients.

LE TEST CULTURE SPORTIVE

TÂCHES	DESSCRIPTIF
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"> - 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