

Les outils déjà existants



30 fiches de progression



520 fiches de situation

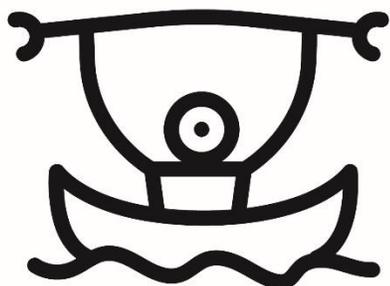


88 fiches antisèches

Les tableaux de progression

Un outil à l'usage

- des cadres pour la certification
- des pratiquants pour se situer dans le parcours de progression







DESCENTE

TABLEAU DE PROGRESSION

			NOM DES CANDIDATS																		
 <p>PRÉREQUIS</p> <p>Licenciés titulaires d'une pagaie jaune ou ayant intégré les compétences de la pagaie jaune (démontrer l'acquisition des niveaux précédents)</p>	<p>CARACTÉRISTIQUES DU PAGAYEUR•EUSE</p> <p>» Réalise un parcours chronométré sur une trajectoire reconnue en classe II avec le matériel spécifique de descente et en position de second</p> <p>» Navigue en position de second</p> <p>» A une expérience de navigation en compétition de niveau régional</p>	<p>LIEU DE PRATIQUE</p> <p>Évolution dans un milieu eau vive de classe II</p>																			
CAPACITÉ SÉCURITÉ																					
 <p>Connaissance de son matériel et utilisation</p>	<p>Identifier le matériel adapté à son niveau de pratique (bateau de descente stable et facile à conduire)</p> <p>Essayer différents matériels</p> <p>Connaître les principes de calages et les ajuster</p> <p>Utiliser une pagaie avec des pales creuses en kayak</p> <p>Entretenir son matériel après chaque utilisation</p> <p>Utiliser une montre-chronomètre</p>																				
 <p>Aisance ou intervention aquatique</p>	<p>Sortir rapidement de son bateau avec aisance en cas de dessalage</p> <p>Nager en sécurité en eau vive (nage défensive ou active) et de récupérer son matériel en le tractant jusqu'à la berge</p> <p>Vider son bateau (avec assistance)</p> <p>Naviguer dans un convoi sans gêner les autres (gestion de la distance)</p>																				
 <p>Communication</p>	<p>Connaître et comprendre le vocabulaire spécifique de l'activité</p> <p>Connaître les signes conventionnels de communication non verbale (stop, naviguer rive droite, naviguer rive gauche,...).</p>																				
CAPACITÉ TECHNIQUE ET CULTURE SPORTIVE																					
 <p>Habilité tactique</p>	<p>Gérer l'intensité de son effort dans la réalisation de la course</p> <p>Réaliser un départ et de faire une relance (avec une augmentation progressive de la vitesse de déplacement)</p>																				
 <p>Habilité technique</p>	<p>Rechercher l'efficacité de la propulsion en pagayant verticalement</p> <p>Rechercher l'efficacité de la propulsion en créant un point fixe avec sa pagaie</p> <p>Rechercher l'efficacité de la propulsion en plaçant sa pale en oblique avant</p> <p>Rechercher l'efficacité de la propulsion en immergeant la totalité de la pale dès l'attaque</p>																				

Le poster Pagaies Couleurs



D'une pagaie à l'autre

NIVEAUX RÉPARTIS PAR EMBARCATION

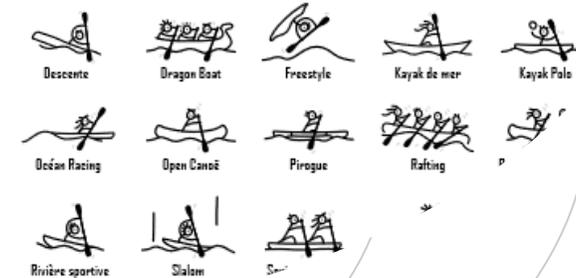


EXPERTISE DANS UNE ACTIVITÉ

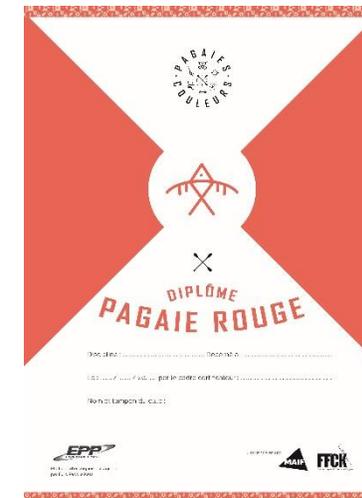
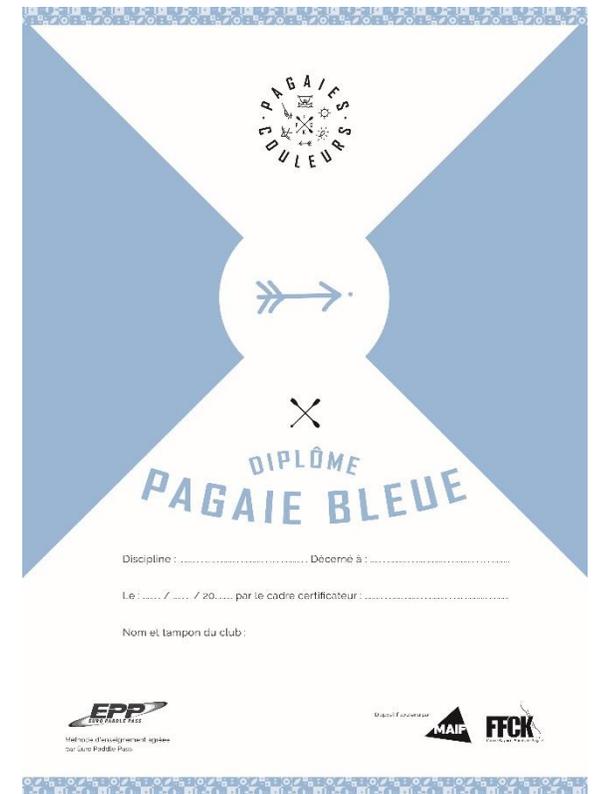
MAITRISE D'UNE ACTIVITÉ

DÉCOUVERTE DE L'EMBARCATION ET DE LA PAGAIE

NIVEAUX RÉPARTIS PAR ACTIVITÉ



Les diplômes Pagaies Couleurs



Les produits dérivés

- Disponibles sur l'E-shop
- Permettant de générer une économie au sein des structures membre :
 - ↳ Vente de produits dérivés,
 - ↳ Fidélisation,
 - ↳ Valoriser l'image de la discipline / de la structure

