

La méthode d'enseignement des sports de pagaie



D'une pagaie à l'autre...



Introduction

- **“D'une pagaie à l'autre”**
est la méthode francophone à vocation européenne d'enseignement et de référence des sports de pagaie.

- **“D'une pagaie à l'autre”**
résulte de la volonté de la Fédération Française de Canoë-kayak de mettre en place les conditions d'un développement durable des sports de pagaie reposant sur la volonté de :
 - développer la maîtrise technique des pratiquants,
 - comprendre, gérer et être acteur des milieux de pratique,
 - généraliser les attitudes de sécurité (pour soi et pour les autres).



Introduction

“**D'une pagaie à l'autre**” est le résultat d'une stratégie pédagogique largement inspirée par les valeurs des sports de pagaie caractérisées entre autres par la liberté et l'autonomie.



“**D'une pagaie à l'autre**” est une **méthode pour le moniteur**.

Elle prend en compte sa motivation, ses besoins, ses attentes, et lui propose des techniques à travers lesquelles il sera amené à produire, à créer et à participer.

Cette stratégie a pour objet de conduire les moniteurs vers **l'autonomie**, **la créativité** et, par le biais de la création d'un réseau d'échanges des bonnes pratiques, vers **la participation**.

“**D'une pagaie à l'autre**” fait largement et volontairement appel aux expériences de terrain. Ce choix fondateur a été effectué parce que cela donne aux moniteurs une possibilité de transférer leurs connaissances,

- ce principe ouvre la méthode à une large participation.



Les outils DPAL

Ce dispositif se décline selon :

- trois milieux : **mer, eau vive, eau calme**
- trois dominantes : **technique, sécurité, environnement.**

Il est constitué :

- (1) du livret commun : outil d'accès et clés de lecture,
- (2) des fiches d'introduction : outils d'accès et de stratégie de progression,
- (3) des fiches de situation : outils d'entrée de lecture,
- (4) des fiches d'évaluation : outils d'évaluation des pagaies couleurs,
- (5) des « Anti-sèches » : bases minimum de connaissances.



Les fiches de situation

Les situations sont organisées selon 2 niveaux de lecture :

- La 1^{ère} partie s'adresse au pratiquant indirectement et concerne la mise en situation proprement dite.
- La 2^{ème} : la tribune du prof, rubrique propre au cadre, fait référence à la méthode et aux exigences pédagogiques recherchées.

Il y aura environ 90 situations en environnement, 100 en sécurité et 120 en technique, pour les 3 milieux (eau vive, eau calme, mer).

eau calme environnement

FACTEURS PHYSIQUES FLORE FAUNE PATRIMOINE

ÇA CAILLE LA DESSOUS !

LE DÉROULEMENT :

1) faites évaluer le thermomètre : demandez aux participants de plonger le thermomètre dans un verre d'eau additionnée de glaçons et de noter le temps que met la température indiquée pour se stabiliser. C'est le "temps établi".

2) faites fabriquer des appareils de mesure. Attachez le thermomètre au fil gradué tous les 5 m par un nœud sur une cinquantaine de mètres. Le lest si besoin est.

3) kayak : Réaliser les mesures : faites deux équipes et demandez leur de s'installer au niveau de la zone d'eau et d'immerger le thermomètre à 5 mètres de profondeur. Attendez ("temps établi"). Notez la température. Immergez le thermomètre à 10 mètres de profondeur, etc. Notez ainsi les températures sur une cinquantaine de mètres maximum en fonction bien entendu de la profondeur de votre plan d'eau !

LE BUT DE LA SITUATION : Mesurer la température de l'eau à plusieurs profondeurs.

LE LIEU DU DÉROULEMENT : Un plan d'eau ou cours d'eau calme.

La tribune du prof

Les compétences visées :

- Connaître le phénomène de brassage des eaux.
- Le matériel : Un thermomètre. Une cinquantaine de mètre de fil ou cordelette. Du papier, des crayons. Faire les relevés avec une pagaie de kayak graduée si le site est peu profond.

Idée pour complexifier :

- Faire des mesures tous les mois, pour mettre en évidence le phénomène saisonnier de brassage des eaux.
- Ce qu'il faut intégrer : La limite ne pénètre pas jusqu'au fond du lac et ne réchauffe donc l'eau qu'en surface.

Peut être réalisée à certaines profondeurs, le lac à une température très stable. Cette réserve de fraîcheur influence grandement le climat.

Bon à savoir :

- Cette mesure peut être couplée à la mesure de la turbidité de l'eau. Voir fiche de situation environnement: "C'est qui Secchi ?".

AUTEUR : ASSOCIATION LE MERLET Le Merlet (Arnaud Rostach)

En savoir plus... Les Carrets environnement eau calme "Le phénomène de brassage des eaux".



Les fiches de situation

eau vive sécurité

DE LA PAGAIE JAUNE À LA PAGAIE VERTE

LA PETITE CRAVATE

LE DÉROULEMENT :
Demande à un pagayeur de descendre le courant, de venir se mettre en cravate simple solitairement sur le rocher latéral, de se pencher vers l'obstacle puis d'engager une pointe pour se dégager seul sans l'aide ni par l'arrière. Même rituel pour de plus pour les autres.
Vous pouvez leur demander de le refaire plusieurs fois. (dérouiller) ou remonter en amont versant latéral.

LE BUT DE LA SITUATION :
Se connecter solitairement sans aide et s'en dégager.

LE LIEU DU DÉROULEMENT :
Rivière de classe 1 dégagée et peu profonde avec cet obstacle et une infrastructure amont ou aval de ponton.

LES CONDITIONS :
Citer avec l'aide pour éviter de tomber (si nécessaire) ou pas respecté peut au risque de le faire. Eviter de plus vers l'aval. Faire des appels pour du bateau en amont ou en aval et qu'il se place sur le rocher sans la présence de l'aide.

LES CRITÈRES DE RÉUSSITE :
Risque dérogé, ne se faire plus, ne se faire de bateau se le faire.

La tribune du prof

Les compétences visées :
Utiliser les rattachés lors d'une petite cravate.

La mise en place :
Choisir un rocher sur une zone avec peu de courant, peu profond qui ne gênera pas d'infrastructure (rocher large sans trous) et qui permettra un dégagement facile.
Vous vous placez sur le rocher ou à proximité de façon à pouvoir intervenir si à tout moment et instantanément.

Le matériel :
Bateau en polyéthylène de préférence, bateau de secours prêt à intervenir en aval.

Les critères d'évaluation :
Gite tenu, rapidité à engager une pointe et choix approprié du côté de dégagement. Engagement dans la tâche. Actions précises.

Les problèmes :
1) décollage du contact du rocher
2) dérouillage du matériel plus ou moins
3) ne pas réussir lors la situation (avec)
4) difficultés de dégagement
5) se soustraire aux forces
6) l'eau monte sur le pont

Les solutions :
1) préparer la gîte en amont du rocher (anticiper) et s'appuyer sur le rocher

2) ne pas oublier de maintenir de la gîte jusqu'à ce que le bateau soit totalement décroché.
3) le faire en zone calme avec vous comme obstacle ou le faire en eau vive mais avec un bateau gonflable
4) transiter du poids du corps vers la zone de dégagement.
5) se réposer un peu du contact et avancer avec des appels contre le rocher
6) gîte plus

Idée pour simplifier :
Mettre sous le rocher reliant le côté du rocher pour s'y connecter en descendant.

Idée pour complexifier :
Courant plus puissant
Arrivée avec de la vitesse sur le rocher. Arrivée les yeux fermés.

eau vive sécurité

La tribune du prof

<p>Non à savoir : Si un des pagayeur est coincé vous pouvez tirer et appuyer sur la pointe de bateau la plus engagée. Les pagayeur doivent savoir gîter leur bateau avant que vous leur fassiez faire cet exercice. Cette situation vous permet de mettre en condition les pagayeur au cas où ils se retrouveraient dans cette position.</p>	<p>Ce qu'il faut intégrer : La cravate c'est un le fait qu'un bateau est piégé sur un obstacle. Pour éviter de rester coincés il faut gîter (pencher) le bateau vers l'obstacle, pendant toute la durée de l'engagement, l'appuyer sur le rocher ("rocher" je t'aime) puis se dégager par la pointe la plus engagée dans le courant (pas forcément la pointe avant)</p>	<p>Mais aussi être solitaire tout simplement. Les gîte en contact avec le bateau servent à maintenir la gîte il existe des modèles simples "bateau contre un obstacle" et des versions doublés "bateau coincés entre deux obstacles".</p>
---	---	---

AUTEUR :
ANTENNE VALLON PONT D'AIC (Jean-Loup)

En savoir plus...
Sécurité en eau vive de Jean-Loup, Editions de Rural 1994