


 DIRECTION

 PROPULSION

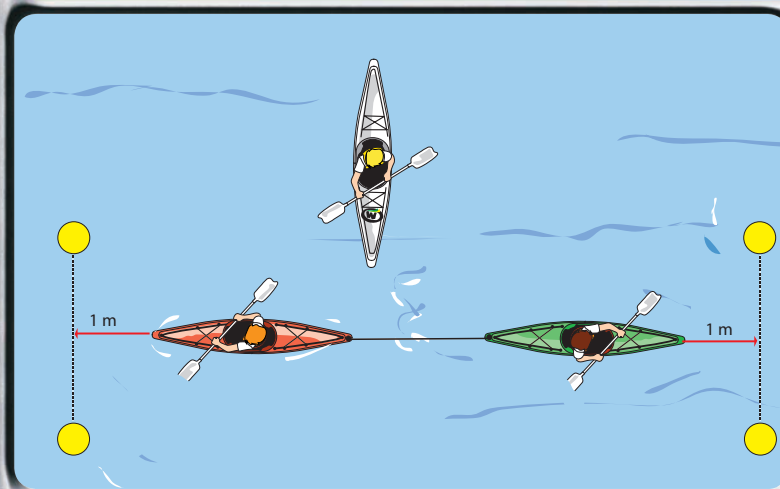
 TRANSMISSION

 EQUILIBRATION

 DE LA
PAGAIE BLANCHE
À LA PAGAIE JAUNE

 LE BATEAU SE DÉPLACE
VERS LA PAGAIE

TIRE À LA CORDE


LE DÉROULEMENT :

Deux embarcations attachées par les pointes arrière doivent réaliser un tir à la corde. Chacun a pour objectif d'atteindre avec la pointe avant la zone matérialisée à un mètre devant lui.

À chaque manche, il utilise une nouvelle pagaie. Lors de la première manche, les adversaires utilisent la même surface de pale.

■ **LE BUT DE LA SITUATION**
Atteindre la zone matérialisée.

■ **LES CRITERES DE REUSSITE**
La zone est atteinte.

■ **LES CONSIGNES**
Réaliser autant de manches que de pagaies proposées.

■ **LE LIEU DU DEROULEMENT**
Mer en zone calme.


AUTEUR

Michaël MENEZ
Éducateur du Canoë-Kayak Brestois

Les stagiaires en formation BEES 1^{er} degré CKDA
Crepes de Dinard / Bretagne (promotion 2009)





La tribune du moniteur

■ Les compétences visées :

Être capable de comprendre la création d'appui pour le déplacement du bateau.

■ La mise en place :

Vous vérifiez que les pagayeurs ne choisissent pas la même surface de pale que leur adversaire au cours d'une manche à l'exception de la première.

■ Le matériel :

Des pagaies de surface de pales différentes, un bout pour attacher les embarcations, des bouées ou repères ou deux bouts pour matérialiser la zone à atteindre.

■ Les critères d'évaluation :

Le pagayeur a identifié la surface de pagaie avec laquelle il est le plus efficace.

■ Idées pour simplifier :

Très petite surface de pale et très grande surface de pale. Pagaie non croisée.

■ Idées pour complexifier :

Limiter la différence des surfaces de pale.

■ Problème :

- Fausse pelle

■ Solution :

- > Utilisation de pagaies non croisées.

■ Ce qu'il faut intégrer :

Pour être efficace il est important de trouver le bon compromis entre la surface de pale et la fréquence des appuis.