

Organisation type d'une séance en canoë-kayak





Déroulement de séance

5 grandes phases:

➤ *La prise en main,*

Prise de contact avec le groupe, discussion, échange, annonce du programme de la séance ou de la sortie.

➤ *La mise en route,*

« Se changer », « s'équiper », « s'échauffer »

➤ *Le corps de séance,*

➤ *Le retour au calme,*

Moment d'échange entre l'animateur et les élèves, difficultés rencontrées pendant la séances, réussites de chacun...

➤ *Le rangement du matériel.*



Quels contenus ?

- Les contenus sont à établir en fonction :
 - Des conditions de pratiques (météo, site de navigation, matériel ...)
 - Du niveau des pratiquants, de leurs motivations, de leurs capacités techniques et physiques....
 - Du nombre de pagayeur
 - Du nombre de séances mobilisables



Quels contenus (2) ?

- Privilégier :
 - Des contenus simples et accessibles
 - S'appuyant sur les fondamentaux :
 - Techniques
 - Sécuritaires
 - Environnementaux

Quels contenus (3) ?

- L'ensemble des contenus dans une progression peuvent être ordonnés sous forme de tableau :

Compétences classées par thème		Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5
Techniques	Embarquer avec la pagaie	X	X			
	S'arrêter en 4 appuis			X	X	
	Se déplacer en marche arrière				X	X
Sécurité	Dessaler et embarquer		X	X X	X	
	S'équiper	X	X			
	Se remorquer			X	X X	X
Environnement	Connaître les différents utilisateur de l'eau	X	X			
	Le cycle de l'eau			X		
	Les principales espèces de poissons de mon site de pratique				X	



Principes pédagogiques généraux

- Privilégier les formes de pratiques qui permettent un temps de mise en action important :
 - On apprend en répétant !
- Privilégier les formes ludiques qui motivent l'action :
 - « **Situations de compétition** »
 - « **Situations d'épreuve** »
 - « **Situation de performance** »



Principes pédagogiques généraux (2)

- **Aménager le milieu** (portes, bouées ...)
Pour objectiver un résultat d'action. Eviter cependant de faire toute une séance ou un cycle dans un périmètre aménagé. Le kayak est un outil de déplacement et de découverte.
- **Proposer des situations où la réussite est possible.**
- **Proposer des « situations problèmes » auxquels les pagayeurs doivent trouver des solutions :**
 - Utiliser des situations ouvertes ou semi définies plutôt que définies
 - Amener les pagayeurs à trouver des solutions efficaces
 - Utiliser les réponses des pagayeurs et théoriser par la suite.



Principes pédagogiques généraux (3)

- Ce qu'il faut éviter :
 - Evitez les situations dangereuses ou risquées.
 - Eviter de fonctionner en « conduite actions »
 - Il faut cependant parfois le faire sur des pagayeurs en difficulté. Mais on sait que ce fonctionnement n'est pas efficace pour un groupe.
 - Eviter les discours trop long sur l'eau. Une bonne démo est souvent plus efficace qu'une longue explication. (la démo peut être faite par un pagayeur ou vous même)
 - Eviter les échecs répétitifs :
 - Privilégier les situations ou le pagayeur peut réussir
 - Changer de consigne ou de situation si le groupe est en difficulté réelle
 - Aménager le parcours pour le rendre plus accessible



Les clefs d'une séance efficace

- La priorité: un temps d'activité important
- Une adéquation entre le niveau des pratiquants et les situations proposées
- Dans chaque situations , prévoir des idées pour simplifier ou complexifier. Le niveau du groupe ne sera pas homogène !
- Sur un plan d'eau aménagé, privilégier des situations qui peuvent utiliser un aménagement commun.
- Le rythme général de la séance n'est pas identique tout le temps:
 - Principe de Progressivité
 - Principe d'Alternance