

<p>Compétences attendues :</p> <p><b>Niveau3 :</b> Conduire son embarcation de façon économique en eau calme, sur un trajet complexe, prédéterminé ,dans un temps limite, tout en garantissant sa sécurité</p> <p><b>Niveau 4 :</b> Conserver la vitesse de son embarcation de façon économique et fluide, en eau calme, sur un trajet complexe, prédéterminé ,dans un temps limite, tout en garantissant sa sécurité</p>	<h2>EVALUATION KAYAK EAU CALME</h2>		
	<p>Principe de l'épreuve : L'élève réalise un parcours prédéterminé, , chronométré, en eau calme Il doit réaliser :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un déplacement en feston</li> <li>- Un sprint</li> <li>- Un « 8 »</li> <li>- Un sprint avec arrêt maîtrisé devant un obstacle</li> <li>- Un déplacement latéral vers la droite et vers la gauche</li> <li>- Une marche arrière avec arrêt maîtrisé devant un obstacle</li> </ul> <p>En cas de dessalage, une seconde chance est proposée</p>		
Eléments évalués	Niveau3 non acquis 0 à 9	Niveau 3 10 à 15	Niveau 4 16 à 20
Equilibration/5	Gîtes pas toujours maîtrisées Déséquilibres importants (+ de 2 sur le parcours)	Gîtes à l'intérieur des virages Peu de déséquilibres (- de 2 sur le parcours)	Gîtes et assiette participent à l'efficacité du déplacement Pas de déséquilibre
Placement/trajectoire/5	Trajectoires très larges Dérives importantes	Trajectoires larges mais contrôlées	Trajectoires précises et tendues Anticipation des placements du bateau
Action de pagaie/5	Les actions de pagaie contrôlent difficilement les dérapages du bateau Nombreux coups de pagaies Utilisation abusives de rétro-propulsions (+de 2)	Actions de pagaie efficace pour déclencher et arrêter les rotations(pagaie horizontale) Action de pagaie efficace pour aller vite (pagaie verticale)	Pagaies utilisées en accrochage à l'intérieur des virages Diminution du nombre de coups de pagaie
Assurer la sécurité/5	Choix du matériel adéquat : Gilet/pagaie/bateau en fonction de la taille , du poids	Sait ramener une 2 <sup>nde</sup> pagaie A la fin du parcours chronométré	Sait ramener un kayak au bord à la fin du parcours chronométré