

**Compétence attendue :** **Niveau 3** : Prévoir et conduire un déplacement en propulsant et en orientant avec précision son embarcation sur des itinéraires variés (eau calme à classe1). Adopter des attitudes d'entraide sans se mettre en danger soi-même.

Connaissances	Capacités	Attitudes	Liens avec CMS
<p><b>Sur l'APSA :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sécurité : vérifier la présence de la gonfle, savoir régler le cale-pied, choisir son matériel en fonction de sa morphologie et du parcours</li> <li>- connaître les dangers visibles pouvant entraîner des conditions difficiles de navigation : bateaux motorisés, objets flottants, branchages...</li> </ul> <p><b>Sur sa propre activité :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- avoir des repères pour identifier l'orientation et l'intensité des forces et contraintes pouvant agir sur le bateau : courant, vent...</li> <li>- connaître des moyens pour composer avec ces forces : vitesse, type d'actions de la pagaie, placement des mains sur le manche.</li> </ul> <p><b>Sur les autres :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* pour l'observateur : construire des repères par rapport à : déséquilibre du bateau, dérapage, placement des mains sur le manche, orientation de la pagaie, fréquence, amplitude, gîte.</li> </ul>	<p><b>Savoir-faire en action :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- naviguer avec précision pour passer entre les portes sans les toucher</li> <li>- dissocier haut et bas du corps</li> <li>- éliminer les gestes parasites</li> <li>- pagayer avec les bras + la rotation du tronc</li> <li>- travailler avec amplitude (circulaire)</li> <li>- pagayer avec 2 pagaies en main.</li> </ul>	<p><b>En direction de soi :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- adopter une logique de projet, savoir faire évoluer ce dernier</li> <li>- tenir compte des conditions climatiques pour s'équiper, gérer son matériel.</li> </ul> <p><b>En direction d'autrui :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervenir avec lucidité face au dessalage d'un camarade</li> </ul> <p><b>En direction du milieu :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- identifier les contraintes du milieu (obstacles, portes, courant...)</li> <li>- prendre des informations</li> <li>- adopter une attitude respectueuse et bienveillante en direction de l'environnement.</li> </ul>	<p><b>CM &amp; S 1</b> <i>Confronter les exigences situationnelles aux ressources personnelles pour s'engager lucidement dans la pratique sans se mettre en danger.</i></p> <p><b>CM &amp; S 2 :</b> <i>respecter les règles, assumer divers rôles</i> * Installer, utiliser son matériel. * Aider un camarade en difficulté. * Observer pour juger un parcours.</p> <p><b>CM &amp; S 3 :</b> <i>utiliser diverses démarches pour apprendre</i> * Identifier les conditions de l'action (réussite, échec) pour élaborer un nouveau projet. * Identifier les facteurs de risque, prendre en compte ses potentialités pour prendre des décisions adaptées.</p>