

# Support pédagogique

## à l'activité canoë kayak

### pour les écoles primaires

## Analyse de l'activité

### 1. Définition de l'activité canoë kayak

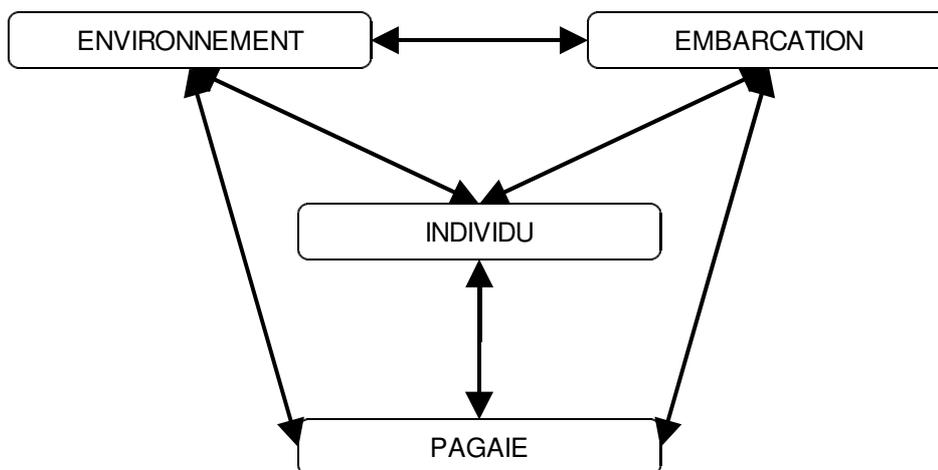
Le canoë kayak, c'est se déplacer sur l'eau dans une embarcation, mue par une pagaie, pour réaliser des trajectoires précises.

### 2. Un ensemble de relations :

L'activité canoë-kayak réunit un certain nombre de paramètres :

- un ou des individus (les élèves).
- Une embarcation (canoë ou kayak).
- Un moyen de propulsion (la pagaie).
- Un environnement (eau calme ou eau vive).

Entre ces divers éléments s'établissent des relations définissant l'activité « canoë-kayak » :



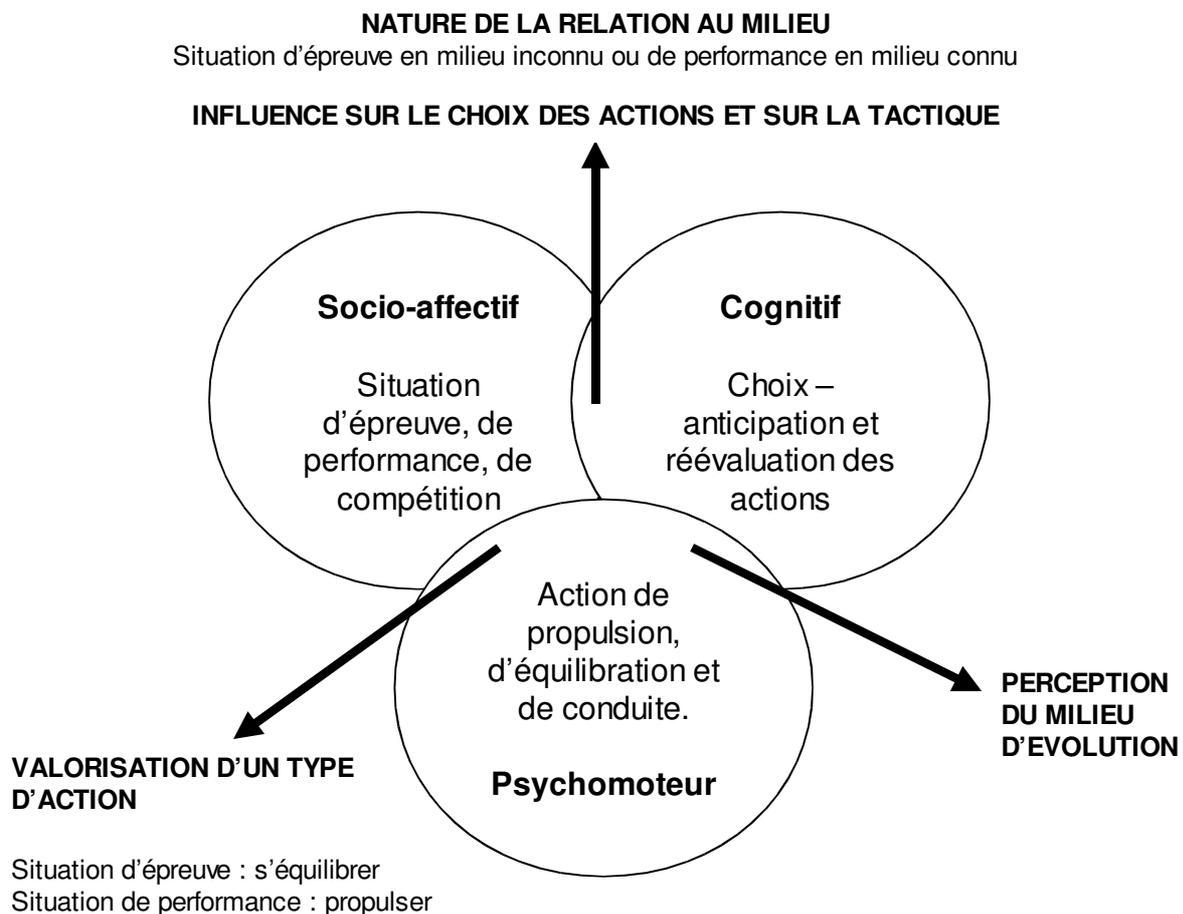
Les relations sont multiples, réciproques et peuvent se constituer en chaîne.

### 3. Le fonctionnement de l'individu dans l'activité :

Le comportement d'un individu fait obligatoirement référence à trois domaines fonctionnels :

- Socio-affectif
- Cognitif
- Psychomoteur

Ces trois domaines sont en interaction les uns par rapport aux autres. Le comportement d'un pratiquant, nous le savons, est à analyser en référence à ces trois domaines. Ceux-ci s'interpénètrent et peuvent revêtir dans ce cadre, des caractéristiques particulières.



#### REPRESENTATION SCHEMATIQUE DU COMPORTEMENT DU PRATIQUANT DE CANOE-KAYAK

(En référence aux domaines fonctionnels)  
D'après A. BEAUDOU

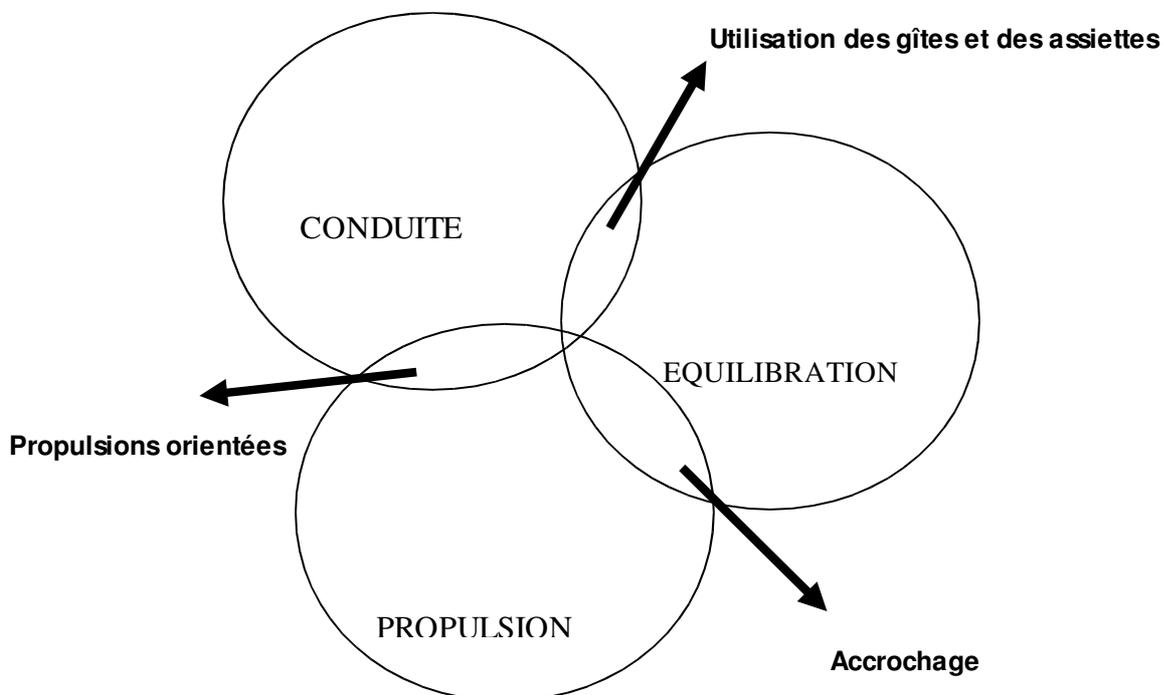
#### 4. Le domaine psychomoteur :

Il faut pour ce domaine, différencier trois types de tâches à réaliser :

- S'équilibrer dans toutes les situations
- Conduire l'embarcation et rester dans la trajectoire prévue
- Propulser l'embarcation sur cette trajectoire

Ces tâches peuvent être combinées deux à deux, ou trois à la fois :

- S'équilibrer en conduisant (réglages de gîte et d'assiette)
- S'équilibrer en propulsant (actions d'accrochage de la pagaie)
- Conduire en propulsant (réalisations de propulsions orientées)



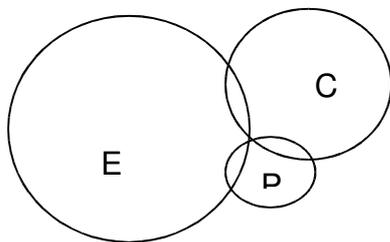
REPRESENTATION SCHEMATIQUE DU DOMAINE PSYCHOMOTEUR

## 5. Conclusion

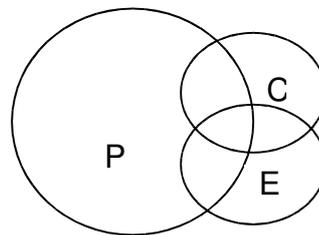
Au cours de l'apprentissage, le débutant est contraint à résoudre séparément ses problèmes d'équilibre et de conduite. L'aspect propulsif ne sera pris en considération qu'à un niveau plus élevé de structuration.

L'expert, quant à lui, valorise l'aspect propulsif en y intégrant les actions d'équilibre et de conduite.

La représentation schématique du domaine psychomoteur sera différente suivant le niveau de pratique.



ACTIVITE PSYCHOMOTRICE  
DU DEBUTANT



ACTIVITE PSYCHOMOTRICE  
DE L'EXPERT

## Aspects réglementaires de l'activité canoë kayak

- Test nécessaire avant la pratique de l'activité  
(circulaire n°2000-075 du 31/05/2000)

La pratique des sports nautiques est subordonnée à la réussite à un test natation permettant d'apprécier la capacité de l'élève à se déplacer dans l'eau, sans signe de panique, sur un parcours de 20 mètres, habillés de vêtements propres (tee-shirt et, si possible, pantalon léger, de pyjama par exemple) et muni d'une brassière de sécurité conforme à la réglementation en vigueur, avec passage sous une ligne d'eau, posée et non tendue. En piscine, le départ est réalisé à partir d'un tapis disposé sur l'eau, par la chute arrière volontaire. Si le test est réalisé en milieu naturel, le départ est effectué de la même manière à partir d'un support flottant.

Le parcours est réalisé dans la partie du bassin ou d'un plan d'eau d'une profondeur au moins égale à 1m80.

La réussite de l'épreuve est attestée par le conseiller pédagogique en éducation physique et sportive, de circonscription ou départemental, ou un professionnel des activités physique et sportive du lieu où se passe le test : en piscine, ce professionnel pourra être le maître nageur sauveteur, ou bien un éducateur des activités physique et sportive titulaire ou bien, dans les piscines parisiennes, un professeur de la ville de Paris. Sur une base de plein air, ce professionnel pourra également être un titulaire du brevet d'état de l'activité concernée (voile, aviron, canoë kayak).

Chaque élève doit porter obligatoirement un gilet (brassière) de sauvetage fermé, ayant fait l'objet d'un test préalable de flottabilité.

## Comportement caractéristique

### **Niveau 1**

- *Domaine socio-affectif*

L'élève a peur de s'immerger et de rester bloqué dans l'embarcation. Il est centré sur l'équilibre de son embarcation.

- *Domaine cognitif*

L'élève pagaie de façon désordonnée. L'association « action/ réaction » n'est pas acquise.

- *Domaine psychomoteur*

L'élève réalise de petits gestes, peu amples et peu intenses. Il s'arrête à la moindre perturbation.

### **Niveau 2**

- *Domaine socio-affectif*

L'élève maîtrise sa peur du dessalage mais reste soucieux de l'équilibre de son embarcation. Il ne regarde pas autour de lui pour prendre des informations, mais commence à visualiser sa cible.

- *Domaine cognitif*

L'élève passe à une découverte du principe d'action / réaction.

- *Domaine psychomoteur*

L'élève prend de l'aisance et réalise des gestes plus amples et plus intenses. Il se fatigue rapidement du fait d'une non-modération de l'effort.

### **Niveau 3**

- *Domaine socio-affectif*

L'élève n'a plus d'appréhension de la chute. Il joue avec l'équilibre de son embarcation. Il se concentre désormais sur sa cible.

- *Domaine cognitif*

L'élève anticipe les réactions de l'embarcation et agit en conséquence.

- *Domaine psychomoteur*

Les gestes sont amples. L'élève modère son effort pour conduire son embarcation.

## Tableau synoptique des objectifs du cycle

	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5	Séance 6	Séance 7	Séance 8
Autonomie, responsabilisation et entraide	X	X	X	X	X	X	X	X
Respect de l'environnement, des règles de sécurité, des consignes et des autres	X	X	X	X	X	X	X	X
Apprendre à s'exprimer	X	X	X	X				X
Equilibre de l'embarcation	X	X	X					
Conduire son embarcation			X	X	X	X	X	X
Projet de navigation (s'organiser)				X	X	X	X	X

## Organisation prévisionnelle du cycle

### Séance 1

Thème : Découverte et sécurité de l'activité

- Choisir et s'occuper de son matériel (pagaie, gilet, vêtements)
- Introduire un vocabulaire spécifique à l'activité
- Embarquer/débarquer
- Manœuvrer
  - Pagayer en avant
  - Pagayer pour tourner
  - Pagayer en arrière – s'arrêter
- Naviguer en sécurité
  - Sortir du bateau
  - S'accrocher en radeau
  - S'approprier les consignes de sécurité (ne pas paniquer, prévenir, garder son matériel)

### Séance 2

Thème : Pagayer pour aller droit

- Pagayer efficacement (le moins de coup de pagaie, action de gouvernail)
- Pagayer en file indienne de 4 ou 5
- Travail de coopération (pagayer en radeau de 3 ou 4)

### Séance 3

Thème : S'équilibrer et s'organiser pour mieux pagayer

- Travail sur les gîtes
- Travail sur les assiettes
- Travail sur les positions de corps
- Etablir un projet de navigation / Anticiper son déplacement

### Séance 4

Thème : S'organiser pour naviguer en groupe

- Naviguer en file indienne
- Naviguer cote à cote
- Se regrouper efficacement en sécurité

### Séance 5

Thème : Renforcement des acquis et découverte environnementale

- Pagayer pour aller droit
- Arrêter son embarcation
- Nommer les espèces de faune et de flore
- Participer à la prévention de la pollution

### Séance 6

Thème : Renforcement culturel et renforcement des acquis moteurs

- Pagayer pour aller droit
- Pagayer pour tourner
- Pagayer pour s'arrêter
- Nommer les différentes espèces de faune et de flore présentes sur le plan d'eau

### Séance 7

Thème : Autogestion, bilan des acquis (réutiliser les apprentissages)

- Choisir son matériel
- Embarquer/débarquer
- Réaliser un parcours comprenant une ligne droite, un slalom et des arrêts devant des obstacles
- Naviguer en file indienne
- Naviguer cote à cote

### Séance 8

Thème : Gestion de l'effort / Randonnée

- Etablir des règles de sécurité (rester groupé, naviguer en équipe responsable, se fixer des points de repères)
- Pagayer modérément pour parcourir une longue distance
- Explorer son milieu de pratique (être capable de reconnaître des éléments de la faune et de la flore, participer au « nettoyage » de la rivière, respecter les autres usagers de l'eau)