



Fiche de progression

**Collecter les informations et les documents, d'un site sur lequel il n'a jamais navigué, pour anticiper les conditions de navigation d'une randonnée d'au moins trois jours.
Réguler le programme de navigation et assurer la sécurité d'un groupe au cours d'une randonnée comportant de longs passages exposés à une mer formée et à un vent de force 4 à 5.**

ENJEUX

Niveau de départ

Le pagayeur navigue en mer formée par un vent de force 3/4 sur un site qu'il connaît. Tout en pagayant, il prend les informations lui permettant de :

- réguler le programme de navigation,
- sécuriser un passage,
- choisir les lieux de débarquement ou de bivouac dans le respect de la faune et de la flore.

Il est co-leader dans l'organisation d'une randonnée.

Il longe une côte rocheuse en présence de houle et surfe sur des trajectoires imposées par des vagues de 50 cm à 1 mètre. Il commence à faire interagir ses compétences en environnement, sécurité et technique pour réguler son projet de navigation. Il intervient lors de sauvetage en récupérant du matériel et/ou en remorquant une embarcation avec un coéquipier.

Il maîtrise l'esquimautage pour se protéger d'une déferlante ou d'une collision.

Enjeux de progression technique

- > Naviguer dans des conditions de mer forte (mer force 4/5, courant important).
- > Naviguer dans les trois dimensions tout en ciblant les informations à prendre.
- > Anticiper la dérive dans les caps.
- > Refuser le départ au surf et arriver sur le dos de la vague.
- > Doser son effort en fonction de l'anticipation qu'il fait des éléments.
- > Se situer avec précision sur une carte de manière à réajuster sur le terrain les anticipations théoriques.
- > Développer une veille attentive réflexe.
- > Tenir compte lors de la régulation du programme de navigation, de l'évolution des éléments et du potentiel de ses coéquipiers pour accomplir une randonnée d'au moins trois jours.
- > Naviguer en harmonie avec le site (valoriser ses potentiels, estimer les risques, se sentir responsable de son avenir).
- > Répartir les rôles lors d'un sauvetage ou d'un passage engagé.
- > Etre pertinent dans le choix du programme de navigation dans des conditions variées.
- > Adapter le choix du programme de navigation à différentes conditions.
- > Etre le leader du groupe dans l'organisation d'une randonnée.
- > Justifier ses choix de matériel.

Expérience de navigation

Le pagayeur doit avoir réalisé 4 randonnées de 25 milles dont 2 randonnées de plus de 3 jours avec bivouacs et 2 randonnées incluant des navigations de plus de 2 milles d'un abri pendant au moins 5 milles, avoir navigué sur des sites différents en mer ou océan et avoir été confronté aux conditions suivantes :

- Vent d'au moins 4/5 Beaufort,
- Houle supérieure à 1 mètre.
- Passages de détroits ou de pointes avec des courants d'au moins 3 nœuds,
- Coefficient de marée d'au moins 90 (Océan).

Autres compétences à acquérir

La connaissance des éléments et des sites de pratique permet de profiter de l'expérience des autres utilisateurs et d'acquérir ainsi une véritable culture maritime.

Potentiels et risques ne sont plus abordés qu'au seul regard du pagayeur mais plutôt comme un système complexe d'interdépendances dans un milieu de plus en plus sollicité.

Les compétences à acquérir en terme de sécurité sont en constante interaction, il s'agit d'apprendre à les gérer. A ce niveau l'entraînement permet d'automatiser certaines actions afin de rester disponible pour rechercher l'information permettant de s'adapter.

ATTITUDE DU MONITEUR

Le moniteur organise des randonnées d'au moins deux jours sur de sites inconnus des participants. Il fournit les documents permettant de faire une préparation écrite de la sortie. Il cite ses sources.

Sur le terrain, le moniteur fait régulièrement le point entre ce qui a été prévu et ce qui est effectivement rencontré sur le terrain. Il souligne la cause de ces décalages.

Après avoir sécurisé une zone, il met en place des interventions de sauvetage, sans reconnaissance préalable, sur des sites où plusieurs éléments interagissent (courant, houle, vent, marée).

Il fait un débriefing structuré de ces interventions.

LES COMPETENCES CLES

TECHNIQUE

Préparer et réaliser une randonnée d'au moins 3 jours (avec bivouacs) sur un site non reconnu au préalable.

Direction

- > Naviguer dans des conditions de mer forte (mer force 5, courant important).
- > Naviguer dans les trois dimensions tout en ciblant les informations à prendre.
- > Anticiper la dérive dans les caps.
- > Se situer avec précision sur une carte de manière à réajuster sur le terrain les anticipations théoriques.
- > Développer une veille attentive réflexe.
- > Tenir compte lors de la régulation du programme de navigation, de l'évolution des éléments et du potentiel de ses coéquipiers pour accomplir une randonnée d'au moins trois jours.
- > Naviguer en harmonie avec le site (valoriser ses potentiels, estimer les risques, se sentir responsable de son avenir).

Propulsion/Transmission

- > Doser son effort en fonction de l'anticipation qu'il fait des éléments.
- > Maintenir un rythme régulier dans la réalisation de manœuvres.
- > Refuser le départ au surf et arriver sur le dos de la vague
- > Maintenir une position géostationnaire.

Equilibration

- > Maîtriser l'assiette lors du surf pour assurer une glisse optimale.
- > Maîtriser son équilibre dans la plupart des situations.

SECURITE

Réguler et sécuriser la progression de ses coéquipiers sur l'itinéraire choisi.

Vis-à-vis de soi

- > Effectuer un bac dans un vent de force 5 sur une trajectoire imposée avec une autre embarcation en remorque.
- > Se placer pour sécuriser une passe engagée (se maintenir en géostationnaire à cet endroit, se décaler à la limite du déferlement lors du passage des plus gros trains de houle, donner le timing de franchissement et arrêter le franchissement si le risque augmente).
- > Choisir, mettre en œuvre et réguler le programme de navigation.
- > Gérer un groupe lors d'actions spécifiques : débarquement, dessalage...
- > Esquimauter au moment opportun.

Vis-à-vis des autres

- > Ramener au bord sur des trajectoires imposées dans des vagues de 50 cm à 1 mètre, une autre embarcation dont le pagayeur est inactif.
- > Porter secours à un autre type d'embarcation légère de plaisance (dériveur, planche à voile,...) en prévention du froid, alerte et remorquage.
- > Répartir les rôles lors d'un sauvetage ou d'un passage engagé.
- > Gérer à plusieurs et se répartir les tâches lors d'un sauvetage combiné (récupération+ remorquage) et un remorquage.

Vis-à-vis du milieu

- > Participer à l'amélioration de son site de pratique en partenariats avec d'autres utilisateurs.
- > Trouver rapidement une zone de repli pour mettre le groupe en sécurité.

ENVIRONNEMENT

Naviguer en harmonie avec le site, en valoriser les potentiels, en estimer les risques et se sentir responsable de son avenir. Les facteurs physiques, la faune, la flore et le patrimoine sont en perpétuelle interaction.

Facteurs Physiques

- > Connaître à l'intérieur d'un petit écosystème les interactions entre faune, flore, facteurs physiques et patrimoine.
- > Connaître les comportements qui permettent de maintenir ces petits écosystèmes en équilibre.

Faune

- > Connaître à l'intérieur d'un petit écosystème les interactions entre faune, flore, facteurs physiques et patrimoine.
- > Connaître les comportements qui permettent de maintenir ces petits écosystèmes en équilibre.
- > Connaître le rôle de l'homme dans la chaîne alimentaire en mer et les règles liées à la pêche à pied.

Flore

- > Connaître à l'intérieur d'un petit écosystème les interactions entre faune, flore, facteurs physiques et patrimoine.
- > Connaître les comportements qui permettent de maintenir ces petits écosystèmes en équilibre.
- > Connaître le rôle de l'homme dans la chaîne alimentaire en mer.

Patrimoine

- > Respecter et connaître les cheminements aménagés ou non permettant d'éviter le piétinement de la flore ou le dérangement de la faune.
- > Décrire les risques et potentiels associés à une infrastructure créée en mer.