



## J+S-Kids: Introduction à la voile – Leçon 10

# Première régates!

### Auteur

Peter Gebistorf, expert J+S-Kids

### Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes  
Niveau  simple  moyen  difficile  
Âge recommandé 8 à 10 ans  
Taille du groupe Pas plus de 6 enfants  
Env. du cours Pelouse, rampe de mise à l'eau / lac  
Aspects de sécurité Jusqu'à maximum 3 Beaufort

### Objectifs/But d'apprentissage

Approfondissement des règles de priorité. Connaître toutes les notions de direction du vent et avoir une fois naviguées dans chaque condition. Appliquer les bons réglages de voile pour chaque direction de vent.

### Indications

Adapter les vêtements au temps qu'il fait. T-shirt de surf, éventuellement des chaussures de sport ou néoprènes, pantalon et veste de pluie

### Contenu

#### MISE EN TRAIN

| Durée | Thème/Exercice/Forme de jeu   | Organisation/Esquisse  | Matériel  |
|-------|---|--|---|
| 10'   | Approfondissement des règles de priorité                                  | Règles de priorité pour débutants: voir leçon 4.<br>Règle 10: un bateau vent debout venant de tribord à priorité sur un bateau vent debout venant de tribord.<br>Règle 11: un bateau «sous le vent» à la priorité sur un bateau «au vent».   | Matériel adapté: set de démonstration avec des petits voiliers ou tableau de Swiss Sailing        |
| 5'    | Jouer avec la voile<br>Grand-largue et vent arrière                       | Après avoir fait connaissance avec la navigation avec vent de travers et vent de près, il est temps d'apprendre à naviguer grand-largue et vent arrière. Montrer sur un tableau les réglages de la voile nécessaire pour ce type de navigation.  | Tableau mural ou tableau de Swiss Sailing, craie ou set de démonstration avec des petits voiliers |
| 5'    | Démontrer les différentes directions de navigation, feuille démonstrative | Démonstration sur l'Opti avec la voile. Réglage de voile pour navigation vent arrière. Question: de quel côté doit se trouver la voile lors d'une navigation vent arrière? Petit test: qui connaît toutes les directions de navigation et les réglages de voile qui s'y rapportent?<br>Le moniteur règle la voile selon une direction prédéfinie et demande pour quelle direction il s'y rapporte. | Opti fixe sur terre (évent. sur une remorque) drapeau pour la direction du vent                   |

### PARTIE PRINCIPALE

| Durée | Thème/Exercice/Forme de jeu   | Organisation/Esquisse   | Matériel                                   |
|-------|---|---|--|
| 20'   | Naviguer en triangle: vent de près, abattre, grand-largue, empannage, vent de travers, etc. | <p>Le moniteur met en place 3 bouées flottantes fixes de manière à ce que les enfants doivent faire un empannage à la première bouée, un virage à la deuxième et un abattage à la troisième. Du côté vent de près, la bouée lof devrait être atteinte sans virage. Pour augmenter la difficulté: la bouée grand-largue sera remplacée par une bouée vent arrière. Le moniteur se trouve idéalement près de la bouée lof et observe si la voile est réglée correctement.</p> | 3 bouées flottantes fixes, bateau à moteur |
| 5'    | Vent arrière  | En plaçant la bouée grand-largue du côté sous le vent de la bouée lof, il est possible de naviguer vent arrière. Lors du passage à la bouée lof, le moniteur observe que la voile soit ouverte directement et complètement après l'abattage   |  |

### PARTIE FINALE

| Durée | Thème/Exercice/Forme de jeu             | Organisation/Esquisse   | Matériel   |
|-------|---|---|--|
| 15'   | Petite régates                          | <p>● = bouées flottantes fixes</p> <p>Petite course en triangle avec l'arrivée à la bouée sous le vent, ou éventuellement à la bouée lof. Donner le départ lorsque tout le monde est à peu près prêt, ou selon un mode poursuite: 1 ou 3 minutes d'écart.</p> | 4 bouées flottantes fixes, évent. prévoir quelques prix pour le bateau gagnant |
|       | Règles de priorités et règles générales | Définir les règles à l'avance. Les règles de priorité sont à respecter obligatoirement. Tous les carambolages sont à éviter.  |  |