

J+S-Kids: Introduction à la voile – Leçon 3

Pagayer

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 / zone portuaire
 Aspects de sécurité Lors de vent faible et avec une eau sans vague

Objectifs/But d'apprentissage


Le plus vite possible sur l'eau. Déplacer l'Opti avec pagaie et rames.

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'	Gouvernail et dérive	L'enfant apprend à monter et fixer correctement le gouvernail et la dérive. Expliquer comment sécuriser le mât, le gouvernail et la dérive.	
10'	Se déplacer avec une pagaie	Apprendre à connaître et à maîtriser correctement la pagaie et la dérive. Explications rapides à terre. 	1 pagaie et 1 Opti par enfant (évent. avec une dérive courte)

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
10'	Se déplacer avec son Opti sur l'eau (sans gréement)	Deux enfants sont assis dans un Opti disposant d'une pagaie et d'un gouvernail, mais sans gréement. Un enfant pagaie et l'autre empoigne le gouvernail. L'enfant responsable du gouvernail doit faire attention à toujours être assis du bon côté du bateau (toujours le dos contre le vent). L'enfant responsable du pagayage peut choisir où il veut se placer. Il est plus judicieux de se placer du côté opposé au premier enfant.	3 Optis avec pagaie, gouvernail et dérive
10'		Les enfants changent les rôles plusieurs fois, une fois au gouvernail, une fois à la pagaie.	
10'		Lorsque le moniteur s'aperçoit que les enfants sont à l'aise avec cette tâche, il peut prendre un enfant avec lui sur le bateau à moteur. L'enfant restant sur l'Opti devra alors pagayer et gouverner seul. Après 5 minutes, changer les rôles.	

PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
10'	Sortir ensemble les Optis de l'eau	Deux enfants sortent les Optis de l'eau. Pousser à l'arrière, tirer à l'avant.	Remorques pour les Optis