

### 1. Intitulé de l'unité d'enseignement :

*Activités Physiques Sportives et Artistiques (APSA) : connaissances pratiques et théoriques*

## **Activités Physiques et Sportives de Nature**

# **EAUX VIVES : UEL 1 - INITIATION**

SUAPS Université de la Réunion

M.ARBOIREAU / Fev. 2009

### 2. Descriptif succinct de l'unité d'enseignement EAUX VIVES– NIVEAU 1 / INITIATION :

Construire et réaliser un *itinéraire précis en enchaînant des déplacements avec et sans embarcation* (nage, canoë, kayak), *seul ou à plusieurs, en eau calme* (kayak polo, course en ligne, slalom) *et en eau vive* (randonnée aquatique, rafting et « kayak jump »), pour produire des trajets sûrs et/ou rapides et/ou économiques en assurant sa *sécurité* et en veillant à celle des autres.

Les activités supports sont la randonnée aquatique et la nage en eau vive, le kayak polo, le canoë-kayak, le rafting et le « kayak jump » (gonflable) et accessoirement le « dragon-boat »

### 3. Programme des unités d'enseignement :

- Organisation pédagogique :

**Pré requis :** aucun.

**Volume de travail :** volume « présentiel » obligatoire = 20 heures

**Déroulement :** 5 demi-journées (après-midi)

**Validation des acquis :** Les étudiants détenteurs d'un niveau de pratique certifié dans l'activité (au moins « pagaie verte F.F.C.K. » ), peuvent se voir proposer, par l'enseignant, un contrat de formation et obtenir ainsi un allègement du volume de travail.

**Capacité d'accueil :** 16 étudiants.

- Contenus d'enseignement :

**Informations :** connaissance du matériel, gestion de la sécurité, lecture du milieu, connaissance des différentes activités supports

**Techniques :** acquisition d'un répertoire gestuel dédié à la nage en eau vive et à la pratique du canoë et du kayak et particulièrement la maîtrise du couple propulsion/équilibre avec embarcation (utilisation de la pagaie simple et double)

**Connaissances sur soi :** maîtrise de soi en situation inhabituelle, capacité à agir en sécurité

**Savoir-faire sociaux :** Construire la relation partenariale essentielle à la progression du groupe.

### 4. Modalités de contrôle des connaissances :

L'évaluation permettra d'appréhender les capacités de chacun dans la réalisation d'un itinéraire imposé en eau calme puis en eau vive.

**50% Note finale :** Evaluation de la participation et de la maîtrise du couple propulsion/équilibre avec embarcation en cours de formation

**50% Note finale :** Evaluation finale au cours d'une descente en eau vive permettant d'apprécier la qualité de la progression et la maîtrise du risque en « kayak-jump » sur une rivière classe 1 à classe 2.

Les modalités précises d'évaluation seront explicitées lors de la première journée de pratique.