APSA Support: Stand Up Paddle

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **COMPETENCE ATTENDUE** | | **PRINCIPE D’ELABORATION DE L’EPREUVE** | | |
| **Niveau 3** : Prévoir et conduire un déplacement en propulsant et en orientant avec précision son flotteur sur des itinéraires variés. Adopter des attitudes d’entraide sans se mettre en danger soi-même. | | Dans un espace sécurisé, délimité et balisé, en mer calme ou peu agitée le paddleur doit prévoir et conduire un déplacement pendant 2 minutes, en franchissant un maximum de portes ou de bouées (largeur 2 mètres maximum). Le dispositif propose au moins 2 portes à 1 point (sans contrainte de passage) et 2 portes à 2 points (passage contraint : en marche arrière, face au vent) à environ 10 mètres de distance les unes des autres.  Puis le paddleur chute volontairement et remonte sur son flotteur avec l’aide de son partenaire. | | |
| **POINTS A AFFECTER** | **ELEMENTS A EVALUER** | **COMPETENCE DE NIVEAU 3**  **EN COURS D’ACQUISITION De 0 à 9 points** | **COMPETENCE**  **DU NIVEAU 3 ACQUISE De 10 à 20 points.** | |
| **/8 Points** | Projet et performance :  Projet d’itinéraire /4 points | **0 à 1,5 pts**  Projet non définiouprojet défini, mais majoritairementirréalisé. | **2 à 3,5 pts**  Projet majoritairement réalisé. | **4 pts**  Réalisation conforme au projet. |
| Performance : nombre de points marqués en passant dans les portes /4 points | **0 à 1,5 pts**  Points marqués : 0 à 6 points | **2 à 3,5 pts**  Points marqués : 7 à 15 points | **4 pts**  Points marqués : 16 points et + |
| **/8 points** | Efficacité du paddleur | **0 à 4 pts**  Déséquilibres fréquents.  Mouvements réactifs, sans anticipation | **4,5 à 6 pts**  Continuité des mouvements et actions.  Flotteur stable.  Trajectoires imprécises. | **6,5 à 8 pts**  Absence de mouvements parasites.  Trajectoires précises.  Anticipation et contrôle des mouvements. |
| **/4 points** | Entraide et sécurité  Sécurité | **0 à 2pts**  L’élève ne parvient pas à remonter après 3 essais. | **2,5 à 3pts**  L’élève remonte suite à plusieurs essais. | **3,5 à 4 pts**  L’élève remonte au premier essai. |
| Entraide | L’élève qui aide ne garde pas la seconde pagaie (rechute dans l’eau) et est inefficace pour aider son partenaire. | L’élève se déplace avec la rame sur le flotteur (sans rechute) et est disponible pour aider son partenaire. | L’élève ramène la rame. L’élève maintient efficacement le flotteur et permet à son partenaire de remonter. |

Laurent CALI, Laurent HONORE - GREPS NC 2015