

Option Planche à voile 4^{ème} et 3^{ème}

collège
le Bocage

académie
Rennes

Éducation
nationale

Le collège propose à 16 élèves de 4^{ème}/3^{ème} une option Planche à Voile.

L'objectif est de se perfectionner en planche ou en wing. De développer de nouvelles compétences spécifiques à ces dernières et des connaissances sur le milieu nautique (météo, marée...) pour mieux appréhender leur pratique et de progresser sur ces supports pour aller vers la compétition et l'autonomie dans une pratique futur en dehors d'une structure de voile.

Mais surtout de travailler sur des compétences transversales utiles, nécessaires à toutes les disciplines du collège et même plus, au vivre ensemble. Nous travaillerons pour que les élèves puissent :

- être investis
- être autonomes
- être organisés
- être responsables

Le profil d'élève que nous recherchons est un élève ou une élève volontaire, motivé(e), citoyen(ne), persévérant(e), qui est capable de travailler avec les autres, en qui nous pouvons avoir une entière confiance et surtout toujours avec le sourire. Il n'est pas nécessaire d'être une star en planche à voile mais il faut au moins maîtriser le travers/travers.

Attention : Il est obligatoire d'avoir obtenu soit **l'aisance aquatique** soit le **savoir nager en sécurité**. Il sera à transmettre avec le dossier d'inscription. **Vous ne pouvez pas cumuler l'option planche à voile avec les options : Foot, Pentathlon.**

Les activités planches à voile auront lieu sur les cours d'EPS du vendredi après-midi en cycle 1 et 4, je sortirai les élèves de leur groupe classe sur ces 2 cycles pour aller naviguer.

- **Cycle 1 : 4h le vendredi après-midi : Planche à voile** (13h à 17h) (Partenariat avec le Centre Nautique de Lancieux)
- **Cycle 2 : 2h le vendredi après-midi :** (14h à 16h)
- **Cycle 3 : 2h le vendredi après-midi :** (14h à 16h)
- **Cycle 4 : 4h le vendredi après-midi : Planche à voile** (13h à 17h) (Partenariat avec le CN Lancieux)

Pendant l'année, les élèves de 4^e participeront au séjour d'Embrun pour s'initier au wingfoil et pour découvrir les activités de montagne en été. **Les élèves devront passer leur diplôme de jeune arbitre qui fera partie de leur évaluation en EPS.**

Participation financière des familles :

Cette année, nous demandons à chaque élève une adhésion au Centre Nautique de Lancieux de **22 euros** (feuille à remplir dans le dossier d'inscription et faire un chèque à l'ordre du centre nautique de Lancieux).

Il est également demandé aux élèves de l'option de s'inscrire à l'association sportive du collège pour la prise en charge des assurances pour les activités possibles extra-scolaires (sorties, projets) et quelques compétitions le mercredi avec l'AS. La participation demandée est de **40 euros**.

Afin de favoriser l'esprit d'appartenance à un groupe, nous allons leur faire des lycras, tee-shirts, sweats et vestes (cadeaux de Noël). Pour des raisons également de visibilité sur l'eau et donc de sécurité, l'achat du lycra de l'option sera obligatoire pour ceux qui ne l'ont pas encore (le tarif est de **31 euros, commande à faire sur le dossier d'inscription**).

Pour aider le collège à financer cette option voile, les sorties ou séjours nous vous solliciterons pour rechercher des donateurs ou des sponsors mais aussi dans l'organisation de ventes de Gavottes, Canelés, fromage...

Une réunion d'information aura lieu le mardi 17 juin à 17h30 au collège.

Sportivement M Rogue

Objectifs du cycle

Option Planche à Voile 4è/3è

- Compétences Transversales :

Je m'investis en voile.

- Je me mets rapidement en action, vestiaires, prise de matériel, descente au bord de l'eau.
- J'écoute les consignes.
- Je suis concentré durant la séance.
- Je manifeste ma compréhension ou mes difficultés.

Je sais m'organiser pour ma session.

- Je sais préparer le matériel adapté aux conditions météo et à mon niveau.
- Je fais les activités proposées et les préparations de séance.
- Je suis capable rappeler ce qui a été fait lors du cours précédent.
- Je sais m'équiper en fonction de la météo.
- Je sais définir ma zone de navigation, la zone de dérive, la zone de repli et les zones dangereuses

Je suis un planchiste responsable.

- Je comprends et respecte les règles communes et le matériel.
- Je tiens compte des conseils donnés pour progresser.
- Je sais défendre mon point de vue, justifier mes choix et en parler avec les autres.
- Je prends soin de moi (hygiène, alimentation, santé, sommeil...).
- J'aide les autres pour porter, ranger le matériel et pour les mises à l'eau.
- Je respecte le matériel.

-Compétences en planche à voile :

Niveau 1 : Se déplacer à la voile sur des trajectoires directes.

Niveau 2 : Atteindre tout point du plan d'eau.

Niveau 3 : Evoluer librement dans une zone de navigation surveillée.

Niveau 4 : Naviguer en autonomie et choisir sa zone de pratique.

Je détaillerai au mois de septembre plus précisément les compétences visées en termes de technique propre à la planche à voile, en termes de sécurité mais aussi en termes de sens-marin et d'environnement.