



OBJECTIF: Contribuer au développement physique des élèves, à leur épanouissement moral et social, ainsi qu'à l'enrichissement des apports du programme scolaire.

PUBLIC: Du CE2 aux étudiants.

SITES DE PRATIQUE: Rivière le Gouët, section calme et abritée comprise entre le moulin de Colvé (amont) et le port du Légué (aval) et la baie de Saint-Brieuc (Rosaires, Martin Plage).

INFRASTRUCTURE: 1 salle de cours, sanitaires, 1 vestiaire garçons (6 douches), 1 vestiaire filles (6 douches), 2 vestiaires cadres ou enseignants.

MATERIEL DISPONIBLE: 1 kayak conforme et adapté au pratiquant, 1 gilet de sauvetage et 1 casque aux normes CE, 1 pagaie adaptée.

INTERVENANTS: Des éducateurs sportifs brevetés d'état (BEES 1°CK, DEES ...)

FORMES DE PRATIQUE: Cycle d'apprentissage (4 séances d'apprentissage + 1 randonnée nautique), sorties de début ou de fin d'année et séances d'initiation ponctuelles.

METHODE D'APPRENTISSAGE: Dans un cadre déterminé, élaborer un projet de déplacement avec son embarcation (canoë ou kayak). Observation des moyens mis en œuvre, adaptation. Progression orientée vers l'autonomie de l'individu. Alternance des formes ludiques et techniques. Evaluation des acquisitions par test ou contrôle continu.

DESCRIPTIF D'UNE PREMIERE SEANCE TYPE: (horaires à titre indicatif)

9h00	Accueil, passage aux vestiaires
9h10	Présentation et organisation de la séance
9h15	Embarquement
9h25	Navigation, situations d'apprentissage
10h50	Débarquement, rangement du matériel
11h00	Passage aux vestiaires
11h15	Retour à l'école

APTITUDES MEDICALES ET PHYSIQUES: Les élèves doivent au minimum avoir réalisé avec succès le test natation scolaire ou alors être capable de nager 25 m et s'immerger. Les élèves ne doivent pas présenter de contre-indication médicale (problèmes cutanés, affections O.R.L. récentes, épilepsie...).

EQUIPEMENT VESTIMENTAIRE: Maillot de bain, tee-shirt, short ou cuissard, casquette, chaussures, pull ou polaire, coupe-vent, serviette et crème solaire.

TARIFS 2015/2016: (inchangé) nous consulter.

RENSEIGNEMENTS ET CONTACT:

Gwénaél Marquer
MJC du Plateau Section Canoë-Kayak
4 rue du moulin à papier
22000 SAINT-BRIEUC
Tel: 0296619739 / 0629545570
Mail: kayakmjcsaintbrieuc@gmail.com
Site: www.canoekayaksaintbrieuc.fr

