KAYAK POLO

PRÉREQUIS	CARACTÉRISTIQUE DU PAGAYEUR OU DE LA PAGAYEUSE :	SITE DE PRATIQUE ET D'ÉVALUATION	NOMS DES PRATIQUANT.E.S							
Licencié.e permanent.e titulaire d'une pagaie jaune ou ayant intégré les compétences de la pagaie jaune.	Collaborer avec une partie au moins de ses partenaires dans l'objectif commun de marquer au moins un but de plus que l'équipe adverse, et de prendre moins de buts que l'équipe adverse. Expérience de match ~~en~~ sur des rencontres départementales, régionales.	Plan d'eau calme ou piscine équipés de limites de jeu adaptées à la catégorie d'âge et de niveau.								
CAPACITÉ SÉCURITÉ										
Connaissance de son matériel et utilisation	Utiliser le matériel spécifique à l'activité.									
	S'équiper avec une tenue adaptée aux conditions de navigation.									
	Entretenir son matériel.									
Aisance ou intervention aquatique	Esquimauter avec la pagaie.									
	Aider un.e pratiquant.e retourné.e qui sort les mains pour se relever.									
	Être calme en cas de retournement, rester dans le bateau et sortir les mains pour se relever avec la pointe avant du bateau d'un.e coéquipier.ère ou adversaire.									
	Récupérer son matériel, nager avec sa pagaie, vider son bateau et remonter seul dans son embarcation en cas de dessalage.									
Communication	Comprendre le vocabulaire spécifique à l'activité liée notamment aux différents postes offensifs et défensif.									
	Communiquer sur des notions simples d'organisation collective en attaque, en défense et en transition (« repli », « perdu », ...).									
	Appeler la balle.									
	Passer la balle au.à la partenaire démarqué.e signifiant son appel de balle.									

KAYAK POLO

		INITIALES DES PRATIQUANT.E.S							
CAPACITÉ TECHNIQUE ET CULTURE SPORTIVE									
Culture sportive	Connaître les principes liés à l'appui et la transmission (main supérieure –posture –travail des jambes-rotation).								
	Appliquer les principes d'échauffement.								
	Appliquer les principes d'hydratation et de nutrition.								
	Connaître le règlement jeune, régional et national.								
Habilités tactiques et stratégiques	Le.la porteur.euse de balle : Coopérer et jouer avec le.la joueur.euse le.la plus proche.								
	Le.la non porteur.euse de balle : Se rendre disponible pour prendre le ballon.								
	Le.la défenseur.euse : Connaitre son champs d'intervention suivant le poste en charge (peut manquer d'anticipation ou de réactivité et n'arrive pas toujours à contrer les intentions de l'attaquant.e).								
	Le.la gardien.ne : Se placer sous son but en défence et jouer un rôle de distributeur en attaque.								
	Avoir des notions de cohésion sociale (être conscient.e que ses coéquipier.ère.s n'ont pas tous le même caractère en-dehors du terrain et sur le terrain).								
	Avoir des notions de cohésion opérationnelle (être conscient.e qu'on ne peut pas réussir sans ses coéquipier.ère.s).								
Habilités techniques et motrices	Maîtriser précisément les déplacements simples (marche avant, arrière, déplacement latéral, rotations...) vers la trajectoire choisie et en évitant les obstacles mobiles (bateaux) par la juxtaposition et l'alternance des tâches : conduire le bateau / jouer le ballon, pour soi (dribble), ou pour le.la partenaire (passe).								
	Effectuer avec précision des passes à courte distance (3-4 mètres) en utilisant la main gauche et la main droite.								
	Maîtriser un tir tendu dans les 6 mètres.								
	Maitriser les passes à courte distance à la pagaie en utilisant le creux de la pale à gauche et à droite.								
	Maîtriser l'équilibre et le maintien de la direction de son bateau lors de la manipulation du ballon (conduite de balle, Passes, tirs).								
	Utiliser sa pagaie comme un point d'appui de transmission et d'équilibre.								

KAYAK POLO

		INITIALES DES PRATIQUANT.E.S							
CAPACITÉ TECHNIQUE ET CULTURE SPORTIVE									
Habiletés mentales	Identifier des éléments simples d'analyse d'une performance réalisée en compétition ou à l'entraînement (motivation, discours positif, ...).								
	Réaliser un projet de jeu simple prévu à l'avance.								
	Accepter l'adversité tant sur les aspects physiques (coup de pagaie, bateau) que oraux (les provocations).								
	Comprendre les décisions du corps arbitral.								
CAPACITÉ ENVIRONNEMENT									
Facteurs Physiques Faune & Flore Patrimoine et réglementation	Repérer les zones d'accès à l'eau permettant d'éviter le piétinement de la flore ou le dérangement de la faune.								
	Respecter les zones d'habitat ou les frayères essentielles dans la préservation des écosystèmes locaux.								
	Respecter les zones de navigation.								
	Identifier les éléments clés du site de pratique et les dangers qu'ils peuvent représenter.								
	Situer son site de pratique dans le cycle de l'eau.								
	Comprendre le rôle des végétaux dans la qualité de l'eau et dans le maintien des berges.								
	Gérer ses déchets.								
	VALIDER SI TOUTES LES COMPÉTENCES SONT ACQUISES								

TABLEAU DE PROGRESSION

Pagaies Couleurs certifiées par :