

# Kitesurf scolaire, la leçon individuelle

Cette leçon se fera dans le cadre d'un apprentissage avec 1 prof pour 1 élève. Cette leçon pourra se faire avec 2 ou 3 élèves qui feront les exercices chacun leur tour avec 1 aile. Ensuite il faudra prévoir une autre aile pour éviter l'ennui des élèves.

Etapas		Conseils de l'enseignant
1	Déterminer la direction et la force du vent Analyser le spot	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enseigner la lecture d'un bulletin météo</li> <li>• Expliquer les dangers visibles et invisibles du spot : marée, direction du vent, obstacles, ...</li> </ul>
2	Gréer l'aile (gonfler l'aile, la tenir, la poser, marcher avec, connecter les lignes)  Déterminer le rôle de chacun dans un groupe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utiliser le vocabulaire adapté</li> <li>• Choisir la bonne taille d'aile</li> <li>• L'enseignant décolle l'aile en premier pour vérifier l'état du matériel et parce que l'élève n'a jamais piloté d'aile</li> <li>• Ne pas oublier leash et casque</li> </ul>
3	Théorie de la fenêtre de vol	Expliquer le vocabulaire de la fenêtre de vol ; zénith, zone de 9h – 12h – 15h, zone de décollage – atterrissage, zone de sécurité et zone de traction
4	Assister au décollage de l'enseignant	L'assistant élève ne bouge pas pour décoller l'aile
5	Prendre la barre pour piloter	L'enseignant s'occupe d'attacher le leash de l'élève
6	Amener l'aile au zénith et stabiliser	
7	Piloter à gauche et à droite en restant en bord de fenêtre	
8	Lâcher la barre	Expliquer ce premier geste de sécurité
9	Récupérer la barre et redécoller	Montrer à l'élève le redécollage sur le sable, et lui faire faire
10	Vriller et dévriller les lignes	
11	Poser son aile dans les bras de l'enseignant	L'enseignant ne bouge pas
12	Décoller et atterrir l'aile avec un assistant	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'assistant élève se place au bon endroit pour décoller l'aile, puis ensuite c'est le pilote élève qui doit bien se placer pour décoller l'aile</li> <li>• L'élève doit être capable de stabiliser son aile n'importe où en bord de fenêtre</li> </ul>
13	Découvrir la zone de puissance en faisant le ∞	
14	Faire l'exercice assis – debout	L'élève doit s'asseoir et se relever avec la traction de l'aile
15	Larguer l'aile et la repositionner correctement	Expliquer ce deuxième geste de sécurité, puis le troisième, c'est-à-dire larguer le leash si la traction est toujours présente

16	Piloter au harnais avec une aile de Kite en repartant à l'étape 12	Expliquer la notion de border – choquer
17	Piloter à une main et marcher	
18	Lâcher son aile dans l'eau et la redécoller	Montrer à l'élève le redécollage dans l'eau, et lui faire faire
19	Nage tractée tout droit en faisant le ∞	
20	Gréer son aile seul, sans aide de l'enseignant	
21	Nage tractée vers la gauche (12h ⇔ 10h) et vers la droite (12h ⇔ 14h)	L'élève saura comment prendre de la vitesse dans l'eau
22	Nage tractée vers la gauche (11h ⇔ 10h) et vers la droite (13h ⇔ 14h)	L'élève saura comment garder une puissance constante
23	Nage tractée à une main vers la gauche et/ou la droite en « superman »	
24	Larguer l'aile, récupérer la barre et la redécoller	
25	Procédure d'auto-sauvetage	
26	Théorie du Water-Start	
27	Récupérer sa planche dans l'eau	En faisant le « superman » à gauche et à droite
28	Faire l'exercice assis – debout, planche aux pieds	L'élève apprendra à se lever sur sa planche et à se stabiliser face à son aile
29	Essais de Water-Start	Corriger les erreurs de l'élève
30	Faire le Water-Start à gauche et à droite	
31	Glisser dans un sens puis dans l'autre	Expliquer les allures remonter au vent et/ou abattre
32	Partir – Revenir à son point de départ	

- Zone verte : cerf-volant, aile traction (poignées ou barre-sécu poignet), powerkite (border-choquer) et aile de kite
- Zone orange : aile traction, powerkite et aile de kite
- Zone rouge : aile de kite

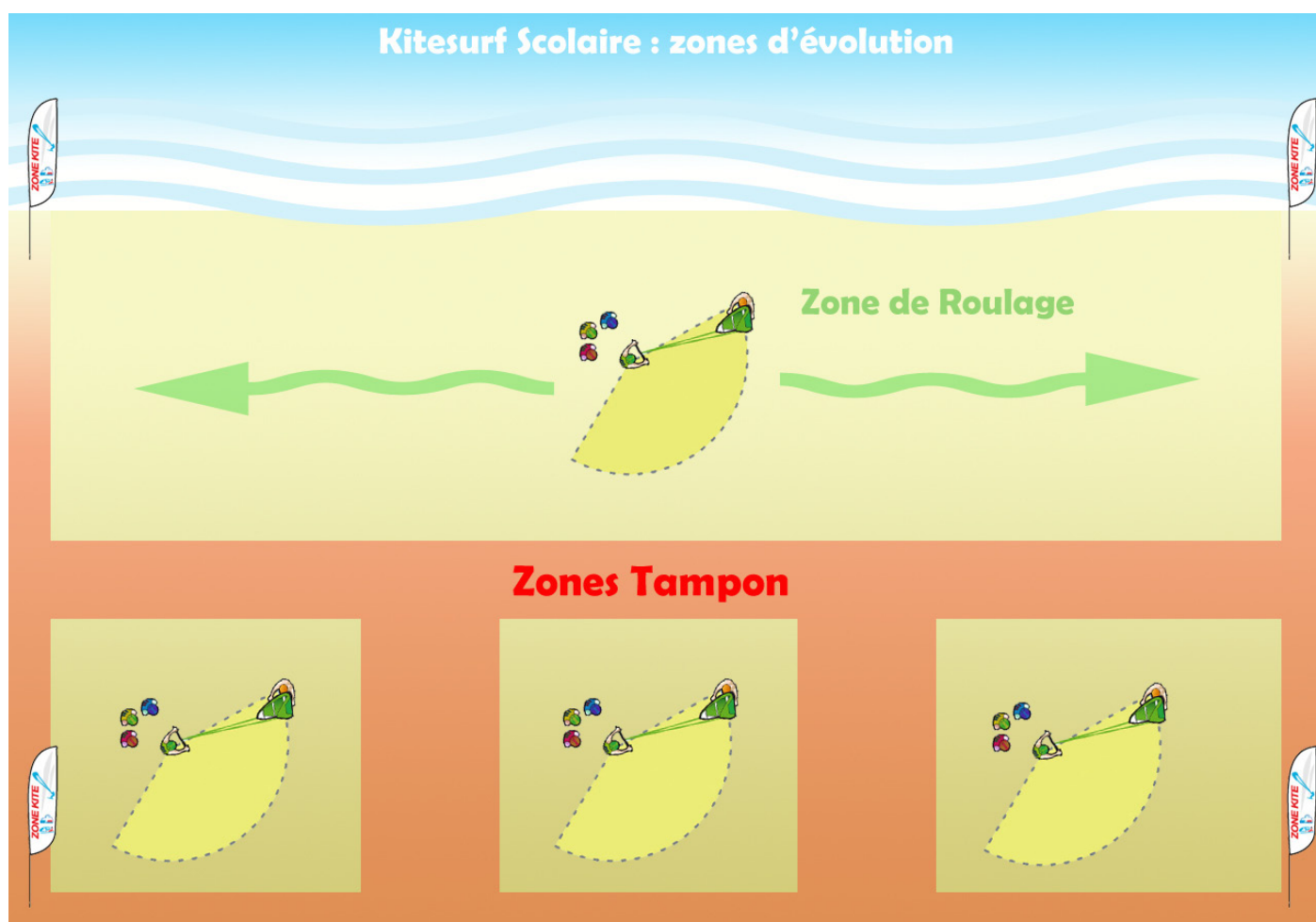
#### Remarques :

- Les zones de couleur déterminent un niveau d'apprentissage et d'enseignement.
- Nous n'utiliserons pas de leash de planche pour diminuer le risque d'accident et pour augmenter l'agilité de l'élève dans l'eau avec une aile de kite.
- L'enseignant et l'élève devront être équipés de coupe-ligne.
- L'enseignant s'efforcera de ne pas faire les choses à la place de l'élève, et de ne pas trop manipuler l'élève.
- L'enseignement de ces étapes n'est pas obligatoirement linéaire et peut être construit avec des allers-retours entre les trois premiers niveaux. Cela permet de garder la motivation des élèves mais exige de la part de l'enseignant une très bonne connaissance de l'activité.

# Kitesurf scolaire, la leçon collective

La problématique des grands groupes requière d'organiser la sécurité des pilotes mais aussi des groupes entre eux. C'est pourquoi l'organisation de l'espace sera très importante.

Il convient donc dans un premier temps d'expliquer ou de faire visualiser par un schéma la zone d'évolution aux élèves. Leur montrer la zone globale délimitée par des flammes ou plots, ainsi que les zones tampon qui sont des zones dans lesquelles ils peuvent passer temporairement mais qu'ils doivent quitter au plus vite. Pour résumer, zone tampon = danger ! Attention, les zones tampon ne seront pas matérialisées car l'élève doit intégrer au fur et à mesure de son apprentissage les zones dans lesquelles il est en danger. Au début c'est l'enseignant qui l'alerte sur ces zones, puis son assistant sécurité, puis lui-même lorsqu'il aura intégré ces zones de danger.



Il faut ensuite constituer des groupes de 3 à 5 élèves maxi pour une aile de traction. Chaque élève aura un rôle à tenir : pilote, assistant décollage (aide au décollage), et assistant sécurité (tient le leash ou prévient des dangers autour du groupe). Tous les assistants sécurité et le public devront rester derrière le pilote. Seul l'assistant décollage pourra rester sous le vent du pilote à environ 5m derrière la zone d'impact de l'aile de traction. Ces groupes d'élèves pourront évoluer en autonomie après démonstration et/ou explication des règles de base de l'enseignant.

Avant de lancer les élèves, l'enseignant fera une démonstration à tout le groupe du montage de l'aile de traction (mise en place de l'aile, de la barre, connexion des lignes), du décollage, du lâcher de barre, des premiers exercices à faire (étapes 1 à 10) et des placements sécurisés dans la zone.

- Si un groupe évolue avec un powerkite, il faudra 1 adulte avisé pour surveiller le groupe et les aider.
- Si un groupe évolue avec une petite aile de kite, il faudra 1 enseignant formé pour enseigner au groupe.
- Pour des élèves de moins de 14 ans nous pensons qu'il faut se limiter pour la leçon collective aux étapes 1 à 15 et varier les pratiques avec des engins de roulage tels que Moutainboard (MTB) ou char à cerf-volant.
- Pour des élèves de plus de 14 ans nous pourrions aborder toutes les étapes de l'apprentissage individuel, mais nous limiterons les groupes à 3 élèves maxi pour 1 aile de kite avec 1 enseignant formé. Nous pourrions également varier les pratiques avec du wakeboard ou paddleboard lors de journées sans vent.