

FQCK GRILLE DE PROGRESSION EN KAYAK DE MER ACCR

Nom : _____

Prénom : _____

NOTE : cette grille n'est pas un brevet. Il s'agit d'un aide mémoire, et ne peut en aucun cas vous servir à obtenir un brevet. Seul un formateur dûment accrédité peut faire émettre un brevet en remettant à la Fédération québécoise du canot et du kayak un rapport de stage ou d'évaluation accompagné des frais d'émission correspondants.

Kayak I				Kayak de mer II			
No	Éléments	✓	Date	No	Éléments	✓	Date
1	Manutention et transport du kayak ; équipe			1	Manutention et transport du kayak ; solo		
2	Embarquement et débarquement			2	Mise à l'eau et accostage		
3	Sortie d'urgence			3	Propulsion		
4	Gîte et équilibre			4	Rétropulsion		
5	Pivot ; 360 degrés			5	Arrêt		
6	Propulsion			6	Propulsion circulaire		
7	Rétropulsion			7	Rétropulsion circulaire		
8	Arrêt			8	Appel		
9	Appui en poussée			9	Appel en godille		
10	Appel			10	Appui en poussée		
11	Récupérer un kayak chaviré ; nage 25 m.			11	Appui en suspension		
12	Récupération à l'esquimaude ; en pointe			12	Gouvernail arrière		
13	Récupération en T			13	Récupération à l'esquimaude ; en pointe		
14	Technique du radeau			14	Récupération en eaux profondes ; en T		
15	Le kayak ; forme et équipements			15	Auto-récupération avec aide		
16	Habillement			16	Remorquage par contact		
17	Équipement de sécurité, signalisation			17	Équipement ; kayak, habillement, sécurité		
18	Pagaie ; forme, longueur et choix			18	Matelotage; planification sortie 1 jour		
19	Prévention des blessures			19	Navigation ; carte, boussole et azimuth		
20	Entretien de l'équipement			20	Sécurité ; 1ers soins, moyen de communication		
21	Ressources			21	Ressources		
22	Attitude préventive et sécuritaire			22	Attitude préventive et sécuritaire		

Kayak de mer III				Kayak de mer IV			
No	Éléments	✓	Date	No	Éléments	✓	Date
1	Mise à l'eau et accostage ; surf			1	Mise à l'eau et accostage ; surf, en phoque		
2	Propulsion, rétropulsion et arrêt			2	Coups de base ; conditions difficiles		
3	Propulsion et rétropulsion circulaire			3	Déplacement latéral ; appel par glissement		
4	Support ; appuis en poussée et en suspension			4	Support ; appui en godille		
5	Déplacement latéral ; appels traction et godille			5	Virage ; incidence, avec appuis		
6	Gouvernail arrière			6	Propulsion et rétropulsion		
7	Appel d'incidence			7	Contrôle de l'embarcation ; conditions difficiles		
8	Virage sur appui en poussée			8	Prise en charge du groupe ; leadership		
9	Récupérations à l'esquimaude ; parallèle			9	Communication avec le groupe		
10	Récupérations en eaux profondes			10	Manœuvres de sauvetage ; assistées, blessure		
11	Auto-récupération ; avec aide			11	Auto-récupération ; rapide avec aide		
12	Auto-récupération ; esquimautage			12	Auto-récupération ; réintégration et esquimautage		
13	Remorquage ; avec cordage			13	Remorquage ; contact, systèmes de cordage, surf		
14	Équipements ; connaissances accrues			14	Histoire du kayak de mer		
15	Navigation ; carte, compas, bouées, pilotage			15	Équipements ; connaissances approfondies		
16	Navigation ; météo, marée, courants, vents			16	Navigation ; Météo, marée, vagues et vents		
17	Contrôle de l'embarcation			17	Navigation ; à l'estime		
18	Matelotage ; planification sortie camping			18	Matelotage ; planification sortie de nuit		
19	Matelotage ; camping, communication et nœuds			19	Matelotage; gestion site camping, groupe, incidents		
20	Sécurité ; 1ers soins, moyen de communication			20	Sécurité ; 1ers soins, communication, urgence		
21	Ressources			21	Équipements personnels et leur gestion		
22	Attitude préventive et sécuritaire			22	Attitude préventive et sécuritaire		

Le niveau V en kayak de mers adressant à une élite rare n'est pas inclus dans cette grille, mais demeure disponible. Il comprend les mêmes éléments que le niveau IV, mais avec une composante météorologique et marine plus forte.