

le Canoë-Kayak | esprit club

Mallettes Environnement

Pagaies Couleurs



La méthode Pagaies Couleurs

Pagaies Couleurs est la **méthode française d'enseignement du Canoë-Kayak**.

Elle permet de former des pratiquants responsables. A chaque étape de sa progression, le canoë-kayakiste apprendra aussi bien la **technique** et la **sécurité** du Canoë-Kayak qu'à reconnaître et respecter son **environnement** dans les différents milieux : eau vive, eau calme et mer.

Cette méthode le conduira de la **Pagaie Blanche** (niveau découverte) à la **Pagaie Noire** (niveau expert), en passant par la Pagaie Jaune, Verte, Bleue et Rouge.

Les enjeux de Pagaies Couleurs

Pagaies Couleurs **participe** aussi :

- à la formation professionnelle,
- à l'éducation par le sport,
- à la prise en compte du handicap,
- au développement de la pratique féminine.



Mais également aux aspects **environnementaux** comme :

- l'accès à l'eau,
- la prise en compte des autres usagers de l'eau...



Pagaies Couleurs et l'environnement

le Canoë-Kayak | esprit club

A l'aide des fiches Pagaies Couleurs, les pagayeurs apprennent à mieux **connaître les différents usages** existants sur le site où ils naviguent :

- mieux lire les paysages traversés,
- mieux identifier et comprendre les différents états constatés de l'eau (altération de la qualité, de la quantité),
- mieux appréhender les contraintes liées à ces autres usages de l'eau...



Pagaies Couleurs et l'environnement

Ces connaissances ont pour effet, la **prévention d'accidents** et contribuent à réduire les conflits d'usages.

De plus, elles incitent les pagayeurs à :

- respecter les autres usagers de l'eau,
- adopter un comportement responsable pour préserver la ressource en eau...

LE CANOË-KAYAK ET L'ENVIRONNEMENT



JE SUIS responsable

Je suis un *Pagayeur Citoyen*

JE RESPECTE LE code du pratiquant



JE COHABITE avec les autres usagers

- Je suis attentif et respectueux de la vie locale
- Je pratique une activité dans le respect mutuel des autres usagers
- Je respecte l'activité des pêcheurs et je ne navigue pas les week-ends nationaux d'ouverture et de fermeture de la pêche
- Je respecte les règlements de navigation et les règles d'accès en vigueur
- J'utilise les embarquements et les débarquements prévus à cet effet

JE ME prépare

- Je suis en bonne forme physique
- Je vérifie que j'ai une assurance qui couvre ma pratique
- Je consulte le météo avant de partir
- Je m'informe du niveau de difficulté, des éventuels dangers et des délais prévus pour réaliser un parcours
- Je m'informe et respecte la signalisation en eau vive, en eau calme et en mer
- Je connais et prends conseils auprès des structures membres de la Fédération

JE M'équipe

- Je choisis un bateau adapté à ma taille, à ma technique et au parcours que je souhaite réaliser
- J'utilise un gilet et un casque aux normes, ajustés à ma taille
- J'adapte ma tenue vestimentaire aux conditions climatiques et à la durée de la sortie
- Avant de partir, je préviens une personne du lieu et des horaires prévus de navigation

JE navigue

- Je ne navigue jamais seul, sauf conditions particulières définies par ma structure
- Je choisis un parcours adapté à mes capacités, à celles du groupe et aux conditions de navigation
- Je connais les codes de communication sur l'eau
- Je suis très vigilant à l'approche des obstacles artificiels
- J'adhère au principe de fair-play
- Je porte assistance à toute personne pouvant se trouver en difficulté

JE RESPECTE ma santé

- Je connais mes limites
- Je n'utilise pas de produits dopants
- Je suis attentif à la qualité de l'eau sur laquelle je navigue

Un gilet de sauvetage adapté au poids du kayakiste et répondant aux normes en vigueur



Une pagaie adaptée à la morphologie du kayakiste

Un casque uniquement en cas de rive adapté à la tête et répondant aux normes en vigueur

Je ramasse mes déchets



JE RESPECTE mon environnement naturel

- Je ne laisse pas de trace de mon passage sur terre et dans l'eau
- Je respecte les zones sensibles terrestres et aquatiques (haltes migratoires, lieux de nidification, frayères)
- J'appelle le réseau d'alerte pour la nature quand j'ai repéré une nuisance (décharges sauvages, dangers, entraves à la navigation, pollutions...) | Tél. : 01 48 89 29 12
- Je participe aux journées patrimoine nautique (nettoyage de sites...)

Création : FFOUKABAZNE - Crédits Photos : FFOUKABAZNE - M. MARQUISSE



ENVIRONNEMENT

Tableau détaillé et commenté des fondamentaux

Les facteurs physiques

Le cycle de l'eau

Le réseau hydrographique

Formation, évolution, variation des cours d'eau

Les caractéristiques du milieu de pratique (courant...)

La faune

Les animaux phares (vertébrés et invertébrés, sur l'eau, sous l'eau...)

La chaîne alimentaire

L'adaptation de la faune à la vie aquatique

Répartition de la faune le long du cours d'eau

Le patrimoine

Les différents usages de l'eau par l'homme

L'homme et l'eau dans l'histoire

Les différents types de pollutions et remédiations

La flore

Les arbres et plantes immergées, émergées, sur les berges

Le rôle de la flore dans l'écologie de la rivière

Répartition de la végétation des berges

La répartition de la flore le long des cours d'eau



Les fiches environnement

La méthode comprend 86 fiches de situation liées à l'environnement :

- 25 fiches en Eau Calme,
- 25 fiches en Eau Vive,
- 36 fiches en Mer.

La plupart font appel à des outils et accessoires se trouvant dans les « Mallettes Environnement ».



Ci-dessous, voici quelques exemples de fiches pédagogiques avec les outils correspondants :

- Fiche Carte Sonore,
- Fiche Béret Nature,
- Fiche Le cycle de l'eau,
- Fiche Le petit peuple de l'eau.

Fiche et outils « Carte Sonore »

eau calme environnement

FACTEURS PHYSIQUES FLORE
 FAUNE PATRIMOINE

ACCÈS À LA PAGAIE BLANCHE

eau calme environnement

ÊTRE À L'ÉCOUTE DU MILIEU ET DE SES PROPRES SENSATIONS

CARTE SONORE



LE DÉROULEMENT :
 Constituez quatre équipes et distribuez-leur un plateau des sons.
 Déterminez avec les équipes les secteurs à explorer.
 Chaque équipe en choisit un et va collecter les sons que l'on y entend. Pour ce faire, les pagayeurs doivent faire silence et être attentifs aux sons environnants. Pour les noter, ils découpent des petits morceaux de feuilles que l'humidité fera adhérer sur les cases correspondantes aux sons entendus.
 Après la route, chaque équipe revient vers nous et reporte le résultat de sa collecte sonore sur le plateau de jeu.
 Faites-les repartir alors sur un nouveau secteur, afin que chaque équipe saisisse mieux les différences d'ambiance entre chaque lieu.
 La superposition des collectes sonores sur votre plateau de jeu définit plus précisément le paysage sonore. La variété des lieux, de leur fonction, de leur fréquentation, apparaît plus aisément.

LE BUT DE LA SITUATION
 Porter son attention sur l'ambiance sonore d'un lieu.

LE LIEU DU DÉROULEMENT
 Lieu sécurisé (sans dangers et obstacles), zone abritée et délimitée.



La tribune du moniteur

Les compétences visées :

Il relève une trace de l'homme.
 Il est à l'écoute de son environnement.

La mise en place :

Depuis votre bateau, assurez la couverture visuelle de tous les pagayeurs, prêt à intervenir.

Le matériel :

Un plateau de jeu.

Un plateau des sons par équipage.

Des petits morceaux de feuilles cueillies.

Idées pour complexifier :

- En canoë biplace : 1 équipier ferme les yeux, l'autre note les sons reconnus par l'aveugle et inversement.
- En canoë biplace : un aveugle et un voyant, le voyant mène l'aveugle à un endroit, l'aveugle doit situer l'endroit où il est par rapport aux berges et à la zone de départ (à faire de la pagaie verte à bleue).

À savoir :

En fonction du temps disponible et l'intérêt du site, le nombre de secteurs visités par chaque équipe doit être réduit.

- Le jeu permet de sensibiliser les pagayeurs à partir de l'écoute à la richesse d'un site (patrimoine, flore,...) en faisant abstraction du sens dominant de la vue et de développer toutes les formes de sensibilité au milieu.
- La carte sonore amène à une lecture du paysage et sera le départ d'une réflexion sur la présence humaine, animale...



Fiche « Béret Nature »


eau vive environnement

K **FAUNE** **FAUCES PHYSIQUES** **FLORE** **FAUNE** **PATRIMOINE**

DE LA PACAIE BLANCHE À LA PACAIE JAUNE

REVENIR SUR DES PLANTES PRÉSENTÉES LORS D'UNE BALADE

BÉRET NATURE



LE DÉROULEMENT :

1) La présentation des plantes
 Invitez le groupe à regarder attentivement différents éléments d'origine végétale (feuilles, chatons, fruits...) provenant des arbres et des plantes des berges.
 Décrivez chaque spécimen par ses caractéristiques directement perceptibles. Puis demandez à chaque groupe de s'accorder pour désigner chaque spécimen par un nom : nom commun s'il est connu (la feuille de l'aulne, la samare du frêne...), ou nom populaire (la feuille du verne, la langue d'oiseau...) ou nom inventé après observation (la cotonneuse, la pointe de flèche, la mini - pomme de pin...).

2) Le Jeu :
 Nommez à voix haute un des spécimens et appelez un numéro. Les pagayeurs de chaque équipe répondant au numéro pagaient dans votre direction pour tenter de s'emparer du spécimen nommé. Le premier à s'être emparé de la bonne plante fait gagner un point à son équipe.
 Vous pouvez également appeler simultanément deux numéros : quatre pagayeurs s'élancent alors, ou lancer une «salade» (tous les pagayeurs s'élancent).

LE BUT DE LA SITUATION
 Rapporter dans son camp l'élément désigné sans se faire toucher.

LES CRITÈRES DE RÉUSSITE
 L'équipe gagnante est celle qui a marqué le plus de points.

LE LIEU DU DÉROULEMENT
 Courant libre et dans une zone dégagée et délimitée.

En savoir plus...
 Fiche anti-tâche environnement eau vive
 « La flore des eaux courantes »

AUTEUR
 Association Le Merlet

eau vive environnement



La tribune du moniteur

■ **Les compétences visées :**

Connaître et reconnaître des plantes aquatiques et quelques arbres du site de pratique.

■ **La mise en place :**

Depuis votre bateau, vous dirigez le jeu.

■ **Le matériel :**

Récoutez plus d'éléments végétaux que le nombre de pagayeurs, en double, voire en triple : feuilles, fleurs ou fruits différents ramassés sur la berge ou dessinés.

■ **Idées pour complexifier :**

• Pour marquer un point, le pagayeur doit rapporter la plante à son équipe sans se faire toucher (sur l'arrière du bateau). Une fois la plante dans la main d'un pagayeur, décomptez 3 secondes avant que son adversaire n'ait le droit de se lancer à sa poursuite. S'il se fait toucher, personne ne marque de points. La plante vous est ensuite rapportée.

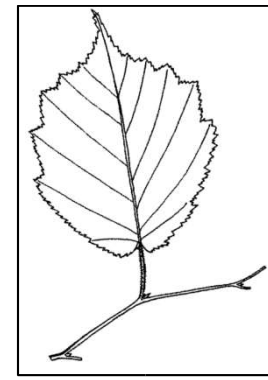
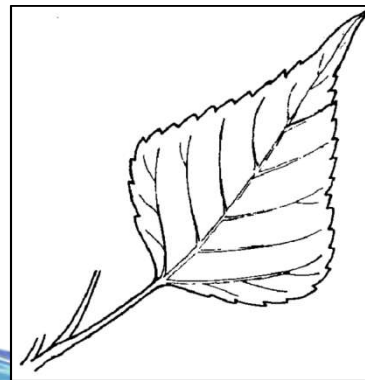
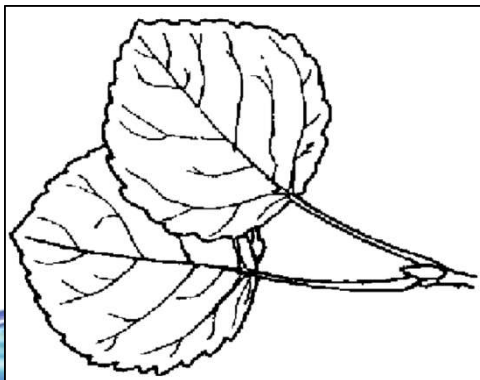
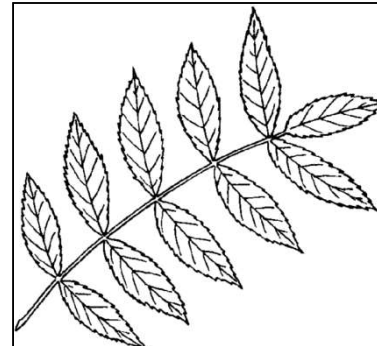
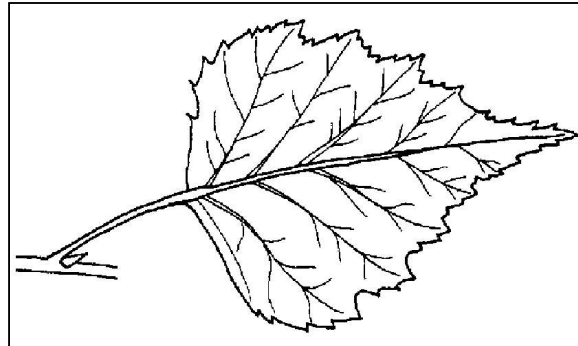
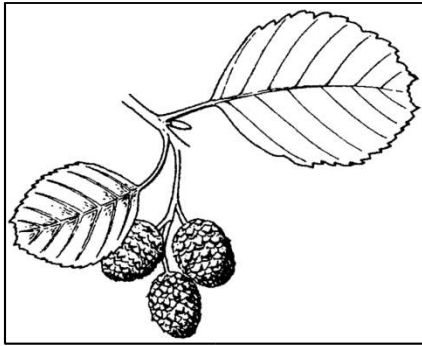
■ **Ce qu'il faut intégrer :**

• Chaque élément végétal (feuille, fruit...) présente des caractéristiques qui le différencient des autres (forme, taille, couleur...).

© Eau vive - merlet 2013, reproduction autorisée

Les outils de la fiche « Béret Nature » le Canoë-kayak | esprit club

Les outils de la Fiche « Béret Nature » sont des cartes qui représentent les différents éléments à ramasser :



Fiche « Le cycle de l'eau »



D'OÙ VIENT L'EAU DE MON SITE DE PRATIQUE ? OU VA-T-ELLE ?

LE CYCLE DE L'EAU

LE DÉROULEMENT :
Formez deux équipes (équipe verte et orange) et disposez chacune près de la berge et près d'un panneau «paysage du cycle de l'eau ». Sur l'autre berge, vous détenez les fiches « événements du cycle de l'eau », de la couleur de chaque équipe. Un par un disposé, prêt à partir du bord de l'eau, les membres de chaque équipe traversent le plan d'eau pour attraper une fiche « événement du cycle de l'eau » auprès de vous. Ils doivent ensuite revenir la placer au bon endroit sur leur panneau paysage du cycle de l'eau. Le second pagayeur part alors récupérer une autre carte et ainsi de suite. La première équipe à avoir terminé a gagné. Le jeu s'arrête quand toutes les cartes sont placées sur le panneau et que le cycle est décrit par les groupes. Finissez par une discussion en grand groupe sur le cycle de l'eau.

LE BUT DE LA SITUATION
Reconstituer le cycle de l'eau à partir de cartes.

LES CRITERES DE REUSSITE
Être la première équipe à avoir ramené les cartes du cycle de l'eau.

LE LIEU DU DÉROULEMENT
Cours d'eau calme ou plan d'eau.

© Tous droits réservés R.C.J. reproduction interdite

AUTEUR
Arnaud Rosinach
Association Le Merlet

En savoir plus...
Fiche anti-bâche environnement eau vive et eau calme « Le cycle de l'eau ».



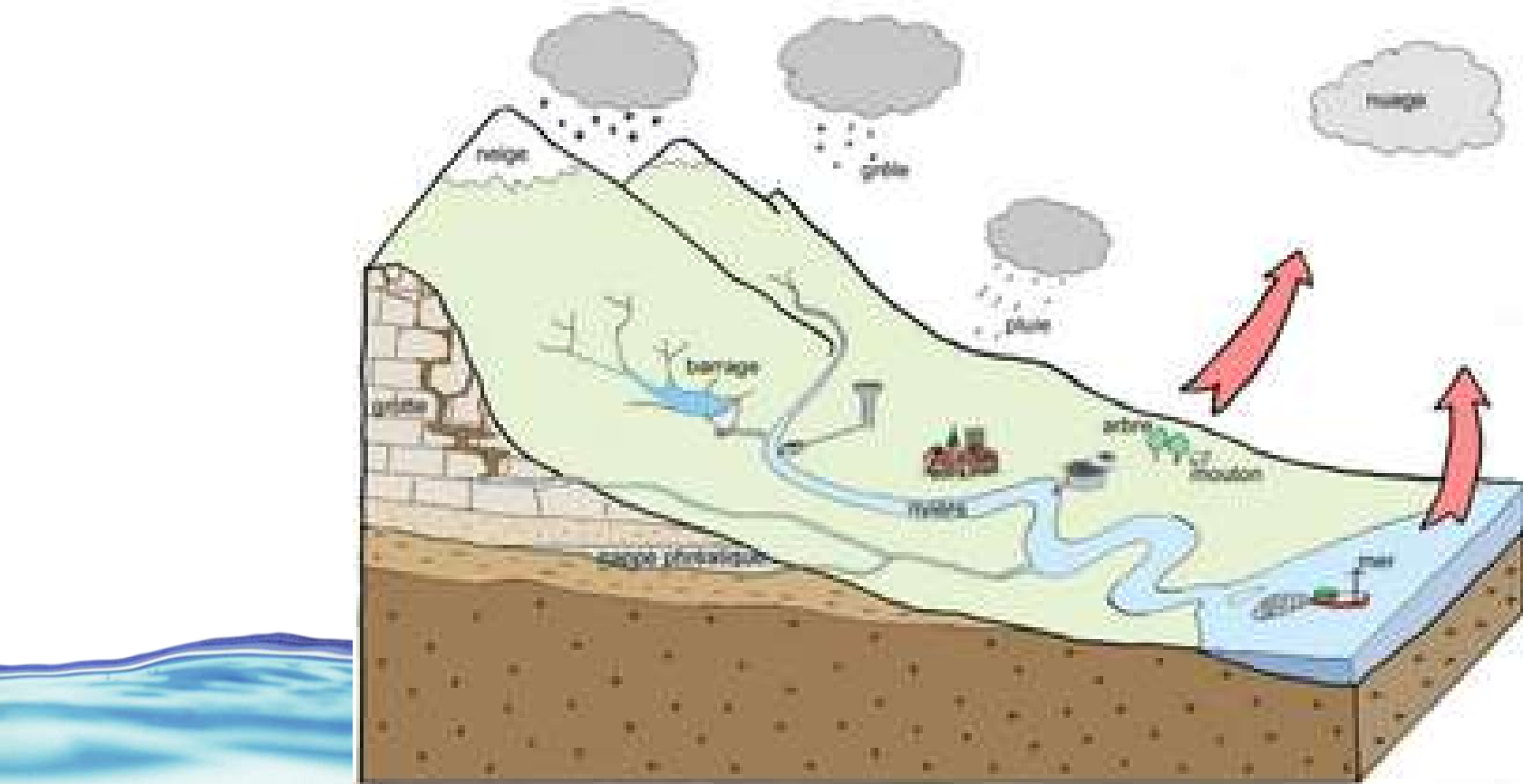
La tribune du moniteur

- **Les compétences visées :**
Connaître le fonctionnement cycle de l'eau.
- **La mise en place :**
Installez une ligne de bouée permettant un parcours slalomé.
Fixez sur la dernière une bassine qui contient les cartes vertes et oranges.
Depuis votre bateau, assurez la couverture visuelle, prêt à intervenir.
- **Le matériel :**
Deux panneaux cycle de l'eau (A3) plastifiés.
Les paquets de cartes vertes et de cartes oranges.
Celles-ci, mouillées, se fixent facilement sur le panneau cycle de l'eau.
Des bouées amarrées ou obstacles à contourner et une bassine.

■ **Ce qu'il faut intégrer :**
Ce jeu permet de comprendre le fonctionnement du cycle de l'eau, comment est né le plan d'eau ou le cours d'eau et où il va.

L'outil de la fiche « Le cycle de l'eau » le Canoë-kayak | esprit club

L'outil de la fiche « Le cycle de l'eau » est un panneau plastifié format A3 :





DÉCOUVRIR LES PETITES BÊTES DES EAUX CALMES

LE PETIT PEUPLE DE L'EAU

LE DÉROULEMENT :
 Distribuez à la moitié des pagayeurs deux cartes indices. Distribuez aux autres une carte portrait. Les pagayeurs possédant les cartes portraits devront attraper les pagayeurs détenteurs des indices. Pour attraper, il faut toucher l'arrière de l'embarcation avec la pagaie.
 Quand un détenteur de carte portrait a réussi à attraper un détenteur d'indices, il peut les consulter. Il pourra garder le ou les indices correspondant au portrait de l'animal qu'il détient.
 Pendant tout ce temps, les autres pagayeurs n'ont pas le droit de s'approcher.
 Quand tous les indices ont été récupérés par les détenteurs de portraits, les pagayeurs reviennent vers vous. Les détenteurs de portraits présentent alors leur animal : description précise, traits morphologiques permettant de dire que l'animal vit sous l'eau. Les rôles sont ensuite inversés pour une nouvelle partie : les attrapés deviennent attrapeurs et reçoivent des cartes portraits.

LE BUT DE LA SITUATION
Associer le portrait de chaque animal à un indice donné.

LES CRITÈRES DE REUSSITE
Avoir récupéré tous les indices relatifs à l'animal présent sur la carte portrait.

LE LIEU DE DÉROULEMENT
Cours d'eau calme ou plan d'eau.

© Photos: Anne-Laure BÉGIN, reproduction interdite

AUTEUR
Association Le Merlet

En savoir plus...
Fiche antiseche environnement eau calme
« L'adaptation de la faune à l'eau calme »



La tribune du moniteur

Les compétences visées :

Connaître et reconnaître des espèces d'invertébrés.

La mise en place :

Délimitez un territoire, assez grand pour permettre des courses poursuites entre pagayeurs.

Depuis votre bateau, assurez la couverture visuelle, prêt à intervenir.

Le matériel :

Choisissez autant d'invertébrés que de pagayeurs.

Pour chaque invertébré, il y a une carte portrait et deux cartes indice :

Les cartes indices décrivent chaque invertébré.

Les cartes portraits présentent un dessin des invertébrés.

Bon à savoir :

Si un des pagayeurs a un niveau technique plus élevé, lui donner un handicap comme une pagaie simple, un bateau plus lourd.

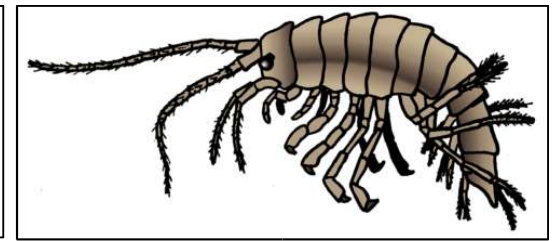
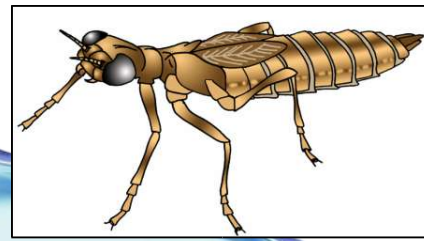
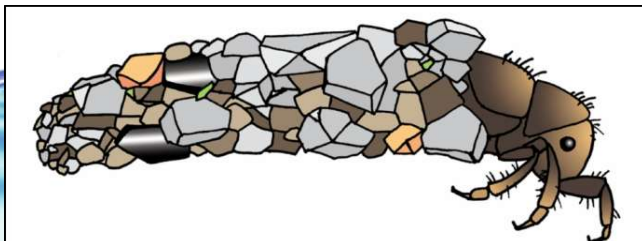
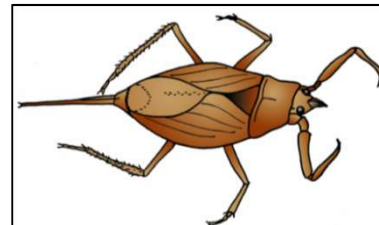
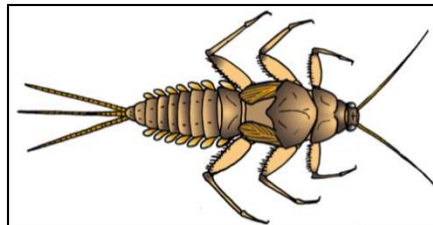
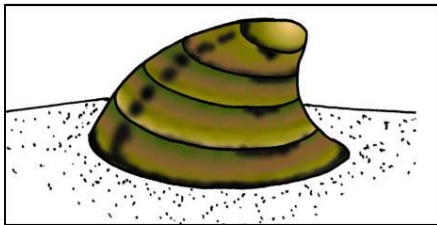
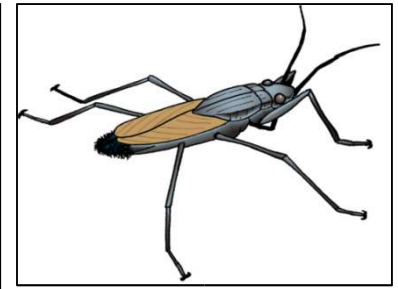
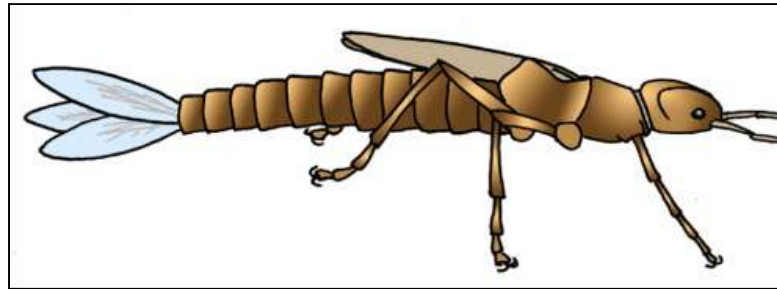
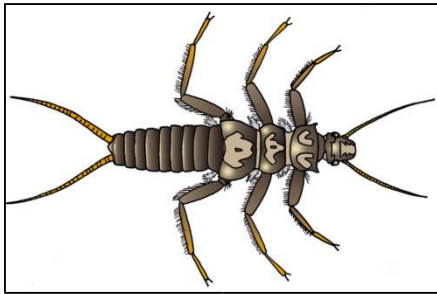
Ce qu'il faut intégrer :

Ce jeu permet de découvrir les invertébrés, leurs caractéristiques, d'enfermer dans une démarche de classement de ces espèces (clé de détermination) et de développer le sens minutieux de l'observation.

Les outils de la fiche

« Le petit peuple de l'eau »

Les outils de la Fiche « Le petit peuple de l'eau » sont des cartes portrait qui présentent un dessin des invertébrés :



Présentation des Mallettes

Notre projet est de réaliser **2 mallettes** :

- une mallette « Eau douce »,
- une mallette « Eau salée ».



Les accessoires compris dans ces mallettes sont **indispensables** pour utiliser les fiches de situations environnement Eau Vive, Eau Calme et Mer proposées dans la méthode.

Réalisation de 2 Mallettes

Le fait de faire 2 mallettes est plus **pratique** et plus **économique**.

En effet les raisons sont les suivantes :

- Certains clubs sont spécialisés « Mer » et n'ont donc pas besoin des outils de la mallette « Eau douce » ce qui réduit le coût de revient et d'achat de la mallette,
- Tous les outils dans une même et seule mallette seraient trop encombrants,
- Les outils « Mer » sont en cours de fabrication et la réalisation de la mallette ne sera possible qu'en 2010.



Diffusion des Mallettes

Ces mallettes peuvent être diffusées auprès :



- Des cadres qui utilisent la nouvelle méthode Pagaies Couleurs : **cadres certificateurs** (720 personnes),
- Des formateurs des cadres certificateurs : **pool de formateurs** (115 personnes),
- Des Clubs (710),
- De tous ceux qui souhaiteraient avoir accès à des situations pédagogiques environnementales en relation avec la pratique du Canoë-Kayak : professeur d'EPS, bénévoles, associations environnementales, collectivités territoriales...



Logo Moniteur

Contenu de la Mallette « Eau douce » le Canoë-Kayak | esprit club

→ Extérieur de la mallette

- Une mallette **solide et plastifiée** pour stocker les accessoires et les fiches qui peuvent être mouillés (étant utilisés sur l'eau en Canoë-Kayak).
- Sur la mallette, on trouvera la **charte graphique Pagaies Couleurs**,...



Contenu de la Mallette « Eau douce » le Canoë-kayak | esprit club

→ Intérieur de la mallette

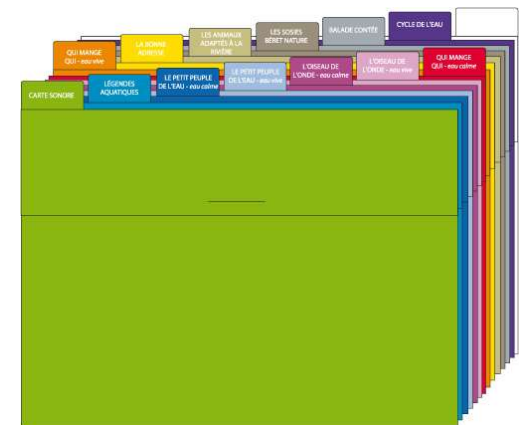
On trouvera dans cette mallette des intercalaires qui permettront de stocker et classer les accessoires et leur fiche de situation.

Ils sont regroupés dans **14 intercalaires différents** :

- | | | |
|------------------------|----------------------|------------------------------|
| -L'oiseau de l'onde EV | -Légendes aquatiques | -Le petit peuple de l'eau EV |
| -L'oiseau de l'onde EC | -Qui manque qui EV | -Le petit peuple de l'eau EC |
| -Balade contée | -Qui manque qui EC | -Béret nature/Les sosies |
| -La bonne adresse | -Cycle de l'eau | -Carte sonore |
| -Les animaux..... | -Vide | |

Ces intercalaires permettent de stocker les accessoires et leur fiche de situation.

Les intercalaires et les accessoires seront plastifiés.



➔ Dossier de toutes les images.