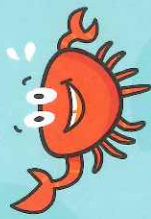


Ce livret t'est offert  
par la ville de Brest !



Livret pédagogique à destination des **élèves du cycle 3**  
des **écoles publiques** de la ville de Brest.

**Service du nautisme de Brest métropole :**  
02 98 00 80 80



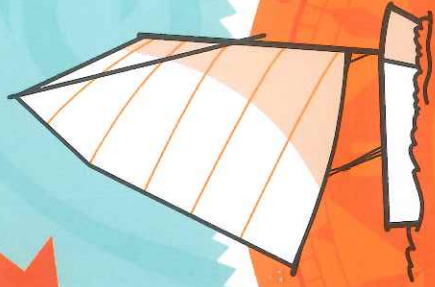
[WWW.BREST.FR](http://WWW.BREST.FR)

Direction Communication Brest - Conception graphique : [www.grimette.com](http://www.grimette.com) - février 2019

CYCLE DE VOILE | KAYAK

CM1 | CM2

# LIVRET du MOUSSAILLON



Ton prénom :

VILLE DE  
**Brest**

# SOMMAIRE

PAGE 3 | LE CIRCUIT DU  
PARFAIT MOUSSAILLON

PAGE 4 | SÉCURITÉ

PAGE 6 | TECHNIQUE

PAGE 10 | ENVIRONNEMENT

PAGE 12 | ATTESTATIONS

PAGE 13 | LEXIQUE ET RÉPONSES  
AUX QUESTIONS

# LE CIRCUIT DU PARFAIT MOUSSAILLON !



Quand j'arrive au centre nautique,  
je me regroupe avec ma classe.



Je prends le ciré avec le numéro  
correspondant à mon nom.



Je vais me changer dans le vestiaire  
et enfiler une tenue adaptée à la météo du jour.



Je n'oublie pas d'aller aux toilettes,  
au cas où... C'est plus difficile en ciré !



Je vais en activité en connaissant  
les consignes du jour.



Je m'équipe d'une brassière  
ajustée à mon gabarit.



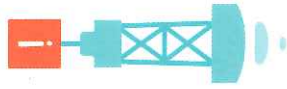
Si je tombe à l'eau, je ne panique pas,  
j'attends sans lâcher l'embarcation  
que l'enseignant vienne m'aider.



Puis une fois débarqué.e à terre  
je fais le circuit inverse et attends le professeur  
de la classe à l'accueil du centre nautique.



# SÉCURITÉ



## J'ASSURE MA PROPRE SÉCURITÉ

- J'adapte ma tenue aux conditions météorologiques du jour. [A]
- Je m'équipe d'un gilet adapté à mon gabarit.
- Je vérifie mon embarcation (réserves, écope...)
- J'embarque et je débarque seule de mon embarcation.
- Je respecte les consignes de l'enseignant.
- En cas de chute à l'eau ou de dessalage, je ne panique pas et ne m'éloigne pas de mon embarcation. [B]

## J'ASSURE MA SÉCURITÉ ET CELLE DE MON BINÔME OU DE MES PARTENAIRES PROCHES

- Je vérifie l'équipement de mon partenaire, il vérifie mon équipement.
- J'interviens de façon adéquate sur une autre embarcation, pour aider, si nécessaire.
- Nous respectons les consignes de l'enseignant.
- Nous respectons la zone de navigation définie.
- Nous collaborons pour réussir ensemble.

## J'ASSURE MA SÉCURITÉ ET CELLE DE MES PARTENAIRES DE NAVIGATION (autres embarcations)

- Je navigue en contrôlant mes déplacements et en restant avec les autres embarcations tout en maintenant une distance de sécurité avec les autres et les dangers.
- Je navigue en tenant compte de l'environnement (météo, zone de navigation...).



A

Sur l'eau,  
**un ciré et un gilet**  
ne seraient pas de trop !

**Pas de panique !**

Tu portes ton gilet  
et tu n'es que mouillé !

B



# TECHNIQUE

## JE M'ENGAGE ET JE ME DÉPLACE SUR DES TRAJECTOIRES DIRECTES

- Je connais les **différents éléments de mon bateau** et je peux les nommer.
- Je sais mettre en place et **régler le gréement [voile]**, je sais **utiliser les calages [kayak]**.
- Je sais **faire avancer et arrêter** mon embarcation.
- Je **navigue seul.e d'un point à un autre**, en utilisant la voile comme *moteur* et la barre comme *volant*. Mon embarcation est **équilibrée**.
- Je me déplace **en ligne droite, sur 50 mètres, sans coup de frein**, et je **m'arrête sans tourner [kayak]**.
- Je suis capable de me déplacer **en marche arrière** en conservant une **trajectoire rectiligne [kayak]**.

## JE MAÎTRISE MON EMBARCATION ET ME DÉPLACE SUR TOUTES LES ALLURES

- Je conduis mon embarcation **d'un point à un autre**, incluant des **zones au vent**. Je sais **la faire avancer et l'arrêter** : propulsion et direction en luvoyages **[voile]**.
- J'utilise les **différents manœuvres** (virement et empannage) en conservant l'embarcation **équilibrée [voile]**.
- Mon déplacement est **plus rapide** (vitesse) et je conserve une **trajectoire rectiligne** (direction) **[kayak]**.

## JE MAÎTRISE MON EMBARCATION ET ME DÉPLACE SUR TOUTES LES ALLURES

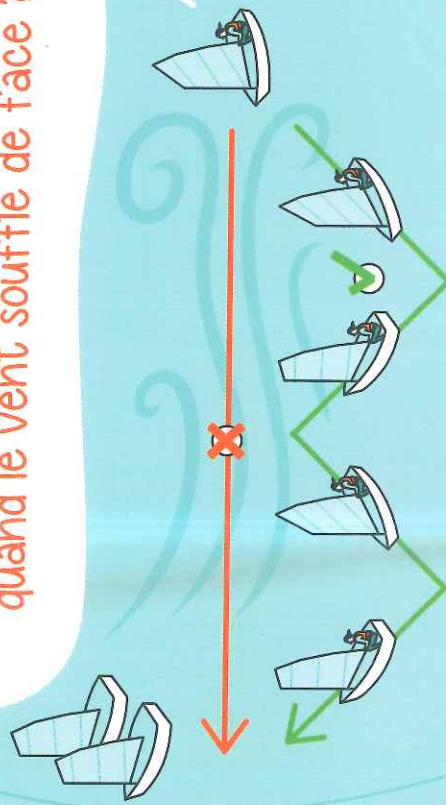
- Je fais des **choix de trajectoires** qui me permettent de gagner du temps (au sein d'un espace sécurisé).
- J'explore les **limites de la stabilité** de mon embarcation en utilisant les calages du bateau **[kayak]** ou en me décentrant **[voile]**.
- Je sais **slalomer en contrôlant les dérapages [kayak]**.
- Je navigue avec **précision**.

# TECHNIQUE

À quoi sert de bien équilibrer mon embarcation ?



Pourquoi est-ce plus long d'arriver au port quand le vent souffle de face ?

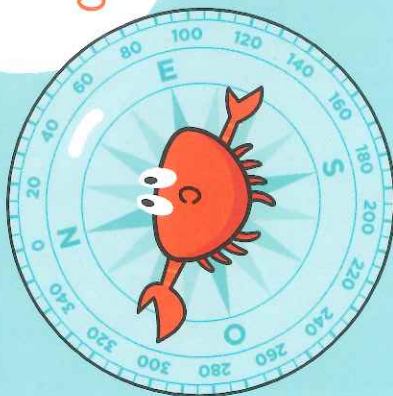


Pourquoi

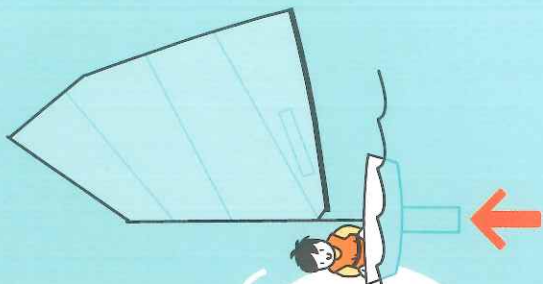
je n'arrive pas toujours là où je vise ?



Quelle différence y a-t-il entre la boussole et le compas de route ?



Comment les bateaux flottent-ils ?



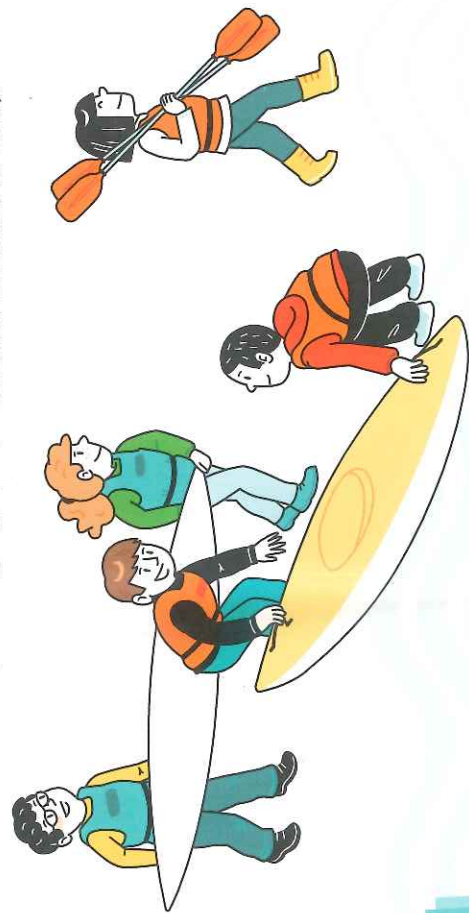
# ENVIRONNEMENT

## RÔLES SOCIAUX

- Je **respecte le matériel** utilisé (à terre et sur l'eau) et **range** celui-ci à l'issue de la séance.
- Je suis à **l'écoute de tous mes partenaires**, que je respecte.
- Je suis **solidaire** de mes camarades ; on doit **réussir ensemble**.

## MILIEU MARIN

- J'évalue les **conditions de navigation** (direction du vent, état de la mer...) et **j'adapte mes déplacements** en fonction.
- Je **respecte l'environnement**, je ne laisse pas de trace de mon passage.
- Je **connais les noms** de plusieurs embarcations.
- J'observe mon site de pratiques** et identifie les caractéristiques remarquables (géographiques, humaines, faune et flore).



C'est quoi  
la marée ?



Fera-t-il beau  
aujourd'hui ?



6000 m

?

Sais-tu reconnaître  
les différents  
nuages ?

2000 m

?

Le « grand Kornôg »  
souffle-t-il toujours  
dans le même sens ?



ATTESTATION DE RÉUSSITE

**CMI**

**BRAVO !**



Tu viens de finir un cycle de Voile / Kayak avec ta classe.  
J'espère que tu as pu apprécier cette activité et apprendre plein de choses qui te serviront plus tard si tu souhaites continuer la pratique !

Prénom de l'enseignant :

Sache qu'à la fin de ce cycle, tu peux obtenir l'équivalent d'un niveau fédéral dans un club sportif :  
(niveau à cocher par l'enseignant)

**VOILE**

Niv. 1	<input type="checkbox"/>	PREMIERS BORDS
Niv. 2	<input type="checkbox"/>	PERFECTIONNEMENT
Niv. 3	<input type="checkbox"/>	ÉVOLUTION
Niv. 4	<input type="checkbox"/>	AUTONOMIE
Niv. 5	<input type="checkbox"/>	MAÎTRISE

**KAYAK**

Niv. 1	<input type="checkbox"/>	PAGAGE BORDS
Niv. 2	<input type="checkbox"/>	PERFECTIONNEMENT
Niv. 3	<input type="checkbox"/>	ÉVOLUTION
Niv. 4	<input type="checkbox"/>	AUTONOMIE
Niv. 5	<input type="checkbox"/>	MAÎTRISE

Extraits : cartes de progressions fédérales

ATTESTATION DE RÉUSSITE

**CM2**

**EXCELLENT !**



Cette fin de cycle fait de toi un vrai moussaillon !  
Il ne te reste plus qu'à continuer la pratique et essayer tout ce qui peut flotter et avancer sur l'eau ! Tu verras, ce que tu as acquis cette année te servira à chaque fois que tu iras naviguer. **Bonne continuation !**

Prénom de l'enseignant :

Sache qu'à la fin de ce cycle, tu peux obtenir l'équivalent d'un niveau fédéral dans un club sportif :  
(niveau à cocher par l'enseignant)

**VOILE**

Niv. 1	<input type="checkbox"/>	PREMIERS BORDS
Niv. 2	<input type="checkbox"/>	PERFECTIONNEMENT
Niv. 3	<input type="checkbox"/>	ÉVOLUTION
Niv. 4	<input type="checkbox"/>	AUTONOMIE
Niv. 5	<input type="checkbox"/>	MAÎTRISE

**KAYAK**

Niv. 1	<input type="checkbox"/>	PAGAGE BORDS
Niv. 2	<input type="checkbox"/>	PERFECTIONNEMENT
Niv. 3	<input type="checkbox"/>	ÉVOLUTION
Niv. 4	<input type="checkbox"/>	AUTONOMIE
Niv. 5	<input type="checkbox"/>	MAÎTRISE

Extraits : cartes de progressions fédérales

# LEXIQUE & RÉPONSES



## SÉCURITÉ | PAGES 4 - 5

### ● SUIS-JE BIEN ÉQUIPÉ.E POUR NAVIGUER ?

Les activités sportives en milieu ouvert, comme en montagne ou en mer nécessitent un équipement adapté qui **protège du froid, du chaud, de l'humidité, du vent et des éventuelles chutes dans l'eau**. Ainsi, les sensations que l'on a à terre ne sont pas les mêmes en mer... Par exemple, un bulletin météo « marine » différencie la température moyenne de la température ressentie (plus basse lorsqu'il y a du vent...).

## TECHNIQUE | PAGES 6 À 9

### ● QUE SIGNIFIE...

... **Le grément** : ensemble du **matériel mobile**, situé sur le pont ou au-dessus et **nécessaire à la propulsion** d'une embarcation à voile(s).

... **Louvoilage** : naviguer **tantôt à droite, tantôt à gauche** de son cap, **pour gagner un point** qu'un vent contraire ne permet pas d'atteindre en route droite.

... **Virement de bord** : manœuvre qui consiste à **faire changer de côté l'embarcation** en passant par le vent de face en poussant la barre vers la voile.

... **Empannage** : manœuvre **inverse du virement de bord** mais cette fois en tirant la barre à l'opposé de la voile avec le vent par l'arrière. Attention, la voile passe dans ce cas sans prévenir !

### ● POURQUOI EST-CE PLUS LONG D'ARRIVER AU PORT QUAND LE VENT SOUFFLE DE FACE ?

En embarcation, on a coutume de dire que **la route la plus droite n'est pas toujours la plus rapide** pour rentrer au port... Il est parfois utile en kayak ou en voile d'**éviter de s'opposer au vent** en choisissant une route plus longue... mais plus rapide !

### ● POURQUOI JE N'ARRIVE PAS À MAINTENIR MON CAP ?

Sur un cap (route) donné, le courant ou le vent exerce parfois sur mon embarcation une force latérale. Or si je vise un objectif à terre sans en tenir compte, à l'arrivée, le vent ou le courant risque de m'éloigner de mon objectif initial : mon embarcation aura donc dérivé. Il faut en tenir compte lors de ma navigation et compenser cette dérive.

### ● QUELLE EST LA DIFFÉRENCE ENTRE LA BOUSSOLE ET LE COMPAS DE ROUTE ?

La boussole indique seulement le nord magnétique grâce à sa flèche rouge. Le compas de route, quant à lui, est **plus précis** et traduit un tour complet de l'écran en 360 petits repères (degrés). **Ainsi, il est possible de suivre un cap (une route) autre que le Nord** en suivant l'un de ces petits traits. Par exemple, une route au 90° nous emmène vers l'Est, une autre qui indique le 180° correspond au Sud, le 0° étant le Nord.

### ● COMMENT LES EMBARCATIONS FLOTTENT-ELLES ? (M. ARCHIMÈDE...)

« **Tout corps plongé dans un fluide subit une force verticale, dirigée de bas en haut et opposée au poids du volume de fluide déplacé.** »

Tu peux faire l'expérience en **plongeant un verre dans un récipient rempli d'eau** : le verre écarte l'eau sur les côtés, et le niveau de l'eau monte légèrement. C'est donc que le verre a pris la place de l'eau. D'ailleurs, **tu sentiras une légère poussée ou résistance** pour enfoncer le verre... C'est ça la « poussée d'Archimède », elle empêche les embarcations de couler !

## ENVIRONNEMENT | PAGES 10 - 11

### ● C'EST QUOI LA MARÉE ?

La marée est un phénomène naturel pendant lequel **le niveau de la mer descend et remonte deux fois par jour**. Cette hauteur d'eau à marée basse et marée haute varie d'un jour à l'autre en fonction du **coefficient de marée**.

### ● COMMENT RECONNAÎTRE LES DIFFÉRENTS NUAGES ?

Les nuages ont souvent des noms latins. Pour les distinguer on parle de « **cumulus** » **quand ils sont bourgeonnants** et de « **stratus** » **quand ils sont plats et étendus**. Nous trouvons ces deux types de nuages à **trois étages de l'atmosphère** : en dessous de 2000 mètres, l'étage « **strato** » ; entre 2000 et 6000 mètres, l'« **alto** » ; et au-delà de 6000 mètres, le « **cirro** ». Ainsi on peut parler de « cirro stratus » pour les nuages les plus élevés s'ils sont plats ou de « cirro cumulus » s'ils sont bourgeonnants.

### ● LE « GRAND KORNOG » SOUFFLE-T-IL TOUJOURS DANS LE MÊME SENS ?

**Indice : Le Gwalarn (noroît), La Biz (nordêt) ou le Kornog (ouest) rugissent, parfois, s'agitent un peu et décoiffent souvent... Mais de quoi s'agit-il ?**

Quelle que soit leur culture, les hommes et les femmes du bord de mer ont **toujours donné un nom aux vents**. À partir d'un compas, il est facile de reconnaître le « noroît » : c'est la contraction de « nord » et d'« ouest ». Le noroît est donc le vent qui vient du nord/ouest. Mais le **plus craint sur la côte** est un vent fort et lourd, souvent chargé d'humidité parce qu'il parcourt l'Atlantique... C'est, dit-on, le « **Grand Kornog** », le vent d'ouest qui précède la tempête !