



Plage des Amiets 29233 CLEDER

Projet  
Eric Bruneteau

# Section sportive voile



Affilié Fédération Française de Voile – Adhérent Nautisme en Finistère – Agréé DDJS  
02.98.69.42.98

e-mail : [cn.cleder@gmail.com](mailto:cn.cleder@gmail.com)  
<http://clubnautiqueclleder.jimdo.com/>

Projet: Eric Bruneteau



Plage des Amiets 29233 CLEDER

Le club nautique Clédérois propose une section sportive voile extra scolaire aux classes de 6<sup>ème</sup> à la seconde, afin de répondre à une attente des élèves et l'expression d'une motivation pour les activités nautiques.

Ce projet permettra en outre de dynamiser la vie de l'établissement en adéquation avec le projet éducatif du collège et du lycée de l'ensemble Kreisker, à savoir : s'épanouir, apprendre, progresser et réussir.

- 1- Objectifs généraux
- 2- Compétences spécifiques
- 3- Mise en situation

## Objectifs

- Développer l'esprit sportif et la pratique en compétition
- Inculquer une hygiène de vie et améliorer sa condition physique
- Accéder à une forme d'autonomie
- Opérer la transition de la pratique du sport à l'école vers la vie sportive associative
- Créer du lien social
- Développer le vivre ensemble (règles de navigation, entre aide...)
- Apprentissage technique

## Compétences

### ***Se confronter dans un milieu naturel changeant***

- Préparer sa navigation (matériel, sécurité, stratégie, zone d'évolution, prise météo...)
- Adapter sa navigation (évolution météo, adversaires, règles de course...)
- Dépassement de soi
- Participation à des compétitions

Affilié Fédération Française de Voile – Adhérent Nautisme en Finistère – Agréé DDJS  
02.98.69.42.98

e-mail : [cn.cleder@gmail.com](mailto:cn.cleder@gmail.com)  
<http://clubnautiqueclleder.jimdo.com/>

Projet: Eric Bruneteau



Plage des Amiets 29233 CLEDER

### ***Aspect physique***

- Soucis de l'hygiène de vie
- Echauffement, étirements
- Alimentation, diététique, hydratation
- Développement corporel adapté

### ***Intérêt social***

- Responsabilisation et sécurité (matériel, équipement...)
- Comportement (respect des règles, solidarité, entre aide...)
- Rencontrer des acteurs du nautisme et de la vie associative
- Sensibilisation à la protection de l'environnement
- Respecter un engagement régulier (entraînements)
- Formation au monitorat voile légère

### ***Acquérir une compétence technique spécifique***

- Notion de performance
- Développement des capacités techniques (manœuvres, nœuds, réglage...)
- Elaboration de stratégies et tactiques en régate
- Gestion du matériel

### ***Transversalité***

- Mise en avant d'une relation avec les matières travaillées à l'école. (mathématique, histoire, physique, science de la vie et de la terre)

Affilié Fédération Française de Voile – Adhérent Nautisme en Finistère – Agréé DDJS  
02.98.69.42.98

e-mail : [cn.cleder@gmail.com](mailto:cn.cleder@gmail.com)  
<http://clubnautiqueclleder.jimdo.com/>

Projet: Eric Bruneteau



Plage des Amiets 29233 CLEDER

## Mise en situation

### SEANCE TYPE

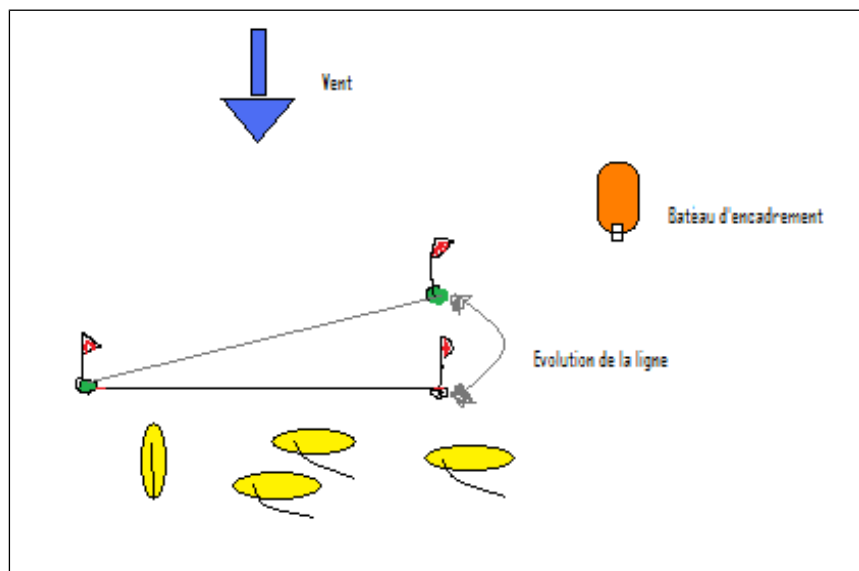
**Objectif** : Gestion d'un départ en flotte.

**Compétences** : Placement, coordination, prise de repères, maîtrise de l'engin.

**Repère** :

- Ligne de départ/amères
- Décompte du temps (chrono, pavillon)
- Coté favorable de la ligne
- Placement des adversaires au vent

**Mise en place** : deux bouées pour la ligne de départ avec une évolution possible sur son orientation par rapport au vent.





Plage des Amiets 29233 CLEDER

## ***PROGRAMMATION***

### **Entraînement spécifique**

**Phase 1** : conduite de l'engin (glisse, vitesse, endurance...)

**Phase 2** : Travail spécifique (phases de course, manœuvres, dépasser un adversaire...)

**Phase 3** : Stratégie/tactique (prise de décision, analyse du milieu et de la flotte...)

### **Formation**

Tout au long du cursus niveau 5 d'accès au monitorat

### **Préparation physique**

Tout au long du cursus

18 candidats volontaires maximum participeront aux entraînements.

Les séances seront assurées par deux entraîneurs diplômés avec des supports adaptés (4 catamarans et 10 planches à voile) et deux bateaux de sécurité.

Elles se dérouleront sur le plan d'eau des amiets « les mercredi matin et les jeudis en fin d'après midi (à définir) ».

Le transport se fera via le minibus du club nautique.

S'il apparaît que ce projet est bénéfique pour les élèves, il l'est également pour l'établissement scolaire (image) pour la commune (animation) et pour le club (activité sportive supplémentaire).

De plus il serait dommage avec un tel littoral de ne pas en profiter pour sensibiliser, en transversalité, au respect de l'environnement.

Affilié Fédération Française de Voile – Adhérent Nautisme en Finistère – Agréé DDJS  
02.98.69.42.98

e-mail : [cn.cleder@gmail.com](mailto:cn.cleder@gmail.com)  
<http://clubnautiqueclerder.jimdo.com/>

Projet: Eric Bruneteau