Référentiel des compétences techniques en eau calme (DOMINANTE KAYAK POLO)

Pagaie couleur	☞ **Rouge** ☜
Etape DPAL	***SPECIALISATION*** ***Etape du jeu en rupture et réversibilité .***
Milieu	☑ Prise en compte graduée des spécificités du milieu. ☑ Les aménagements sont spécifiques à la discipline, (espaces de jeu, buts…) utilisables en compétition.
Matériel de navigation	☑ Kayak fibre, forme spécifique, compétitive.
Objectifs, Procédures et Organisation	☑ Spécialisation du déplacement autour du couple vitesse / précision : Dominante **VITESSE** ☑ Tâches : Complexes Difficiles Générales
Compétences globales en KAYAK propres à la navigation	☑ Piloter son bateau en utilisant des actions combinées, orientées et enchaînées avec anticipation, en privilégiant la continuité des actions et la conservation de la vitesse.
Compétences globales en KAYAK POLO propres au jeu	☑ Piloter son bateau, en anticipant sur l'incertitude relative des situations de jeu, en utilisant des actions combinées, orientées et enchaînées qui soient adaptées à des schémas tactiques simples vus à l'avance. ☑ Privilégier la continuité des actions pour obtenir un jeu rapide. ☑ Maîtriser son rôle dans l'espace de jeu et la situation de jeu : occuper l'espace libre, assurer l'équilibre défensif, aider le partenaire, gagner la position préférentielle, contre attaquer, ralentir la progression, défendre le but… ☑ Maîtriser l'instabilité relative liée aux situations de duels par la conservation du ballon et l'utilisation de réchappes appropriées. ☑ Spécialiser le couple vitesse / précision : Dominante **VITESSE** ☑ **Organisation / ballon :** Joueur – Ballon – Buts – Espace – Partenaires – Adversaires – Rôles

CONDUITE Ensemble des dispositifs mis en oeuvre pour parvenir à un résultat : la DIRECTION	**Se situer dans le milieu**	☞ Il utilise son regard et sa vision périphérique pour prendre des informations et réaliser des feintes. ☞ Il prend des informations sur le jeu tout en conservant le contrôle du ballon et du kayak. ☞ Il se repère correctement par rapport aux partenaires et aux adversaires (maîtrise de l'espace d'intervention de la pagaie, encombrement du bateau, position, déplacement, vitesse, temps…).
	Prendre en compte les informations recueillies pour définir son projet de navigation	☞ Il anticipe sur son projet de navigation en prenant en compte des informations recueillies. ☞ Il fait des appels de balle appropriés par des déplacements rythmés adaptés à la situation de jeu. ☞ Il envisage régulièrement le surnombre en attaque (décalage simple…). ☞ Il envisage systématiquement l'équilibre défensif. ☞ Il anticipe parfois et adapte très régulièrement ses actions aux informations reçues. ☞ Il agit ou réagit dans un temps très bref (temps de latence faible).
	Construire une trajectoire en maintenant, en changeant, et en contrôlant la direction par rapport au jeu	☞ Il combine l'utilisation de la pagaie, du bateau et du milieu pour construire une trajectoire. ☞ Il utilise la carène du bateau pour construire sa trajectoire (notamment pour les évitements). ☞ Il est mobile en permanence, change de rythme et s'oriente par rapport aux partenaires et au jeu. ☞ Il aide un partenaire pour ses déplacements (blocs...). ☞ Il se déplace dans les espaces libres avec ou sans ballon pour réaliser des fixations en fonction de ses partenaires.

PROPULSION Ensemble des dispositifs mis en œuvre pour parvenir à un résultat : la VITESSE	**Créer un point dur**	☞ Il fait varier la dynamique et le sens de l'accrochage réalisé sur un même appui. ☞ Il crée un point dur dans l'eau (tend vers l'optimisation de l'accrochage). ☞ Il recherche un gainage corporel optimal et un appui des pieds efficace.
	Percevoir et utiliser les différents périmètres des actions	☞ Il maîtrise régulièrement le périmètre des différentes actions. ☞ Il adopte une posture qui facilite la mobilité et l'amplitude des actions. ☞ Il réalise systématiquement et de façon régulièrement adaptée des actions de pagaie à l'intérieur et à l'extérieur de la trajectoire.
	Associer les placements de la pale à la direction de la réaction (différencier les actions…)	☞ Il combine des actions de propulsion, de conduite et d'équilibration dans un même appui par une orientation adaptée. ☞ Il associe finement le placement de la pale à la direction de la réaction pour obtenir la trajectoire voulue.
	Moduler les paramètres du rendement de la propulsion	☞ Il utilise les mouvements du haut du corps pour favoriser la glisse du bateau. ☞ Il réalise un enchaînement coordonné et fluide des phases de propulsion (même en conduite de balle). ☞ Il fait varier la cadence de propulsion en l'adaptant à la nécessité de contrôle (espace / temps) du ballon.
	Utiliser le corps comme chaîne de transmission de l'appui	☞ Il utilise les grands groupes musculaires dans différentes angulations. ☞ Il utilise des dispositifs complets de calages personnalisés (lombaires, cuisses, genoux, pieds…) et cherche à les optimiser. ☞ Il maîtrise correctement l'alternance gainage/relâchement.

EQUILIBRATION Ensemble des dispositifs mis en œuvre pour parvenir à un résultat : l' EQUILIBRE	**Expérimenter l'équilibre statique dans des supports ou des situations de plus en plus instables**	☞ Il maîtrise la stabilité longitudinale du bateau. ☞ Il optimise son équilibration par des dispositifs complexes de compensation de la poussée ou du déséquilibre. ☞ Il choisit un bateau, même plus instable mais plus adapté (à lui et/ou à son jeu) lui permettant d'augmenter d'autres facteurs de performance (vitesse, encombrement plus ou moins grand, rotations plus rapides…).
	Utiliser l'équilibre dynamique lié à l'appui de la pagaie (ou autre) dans l'eau	☞ Il optimise un appui avec transfert dosé du poids du corps sur l'appui. ☞ Il réalise des actions de pagaie qui modèrent ou amplifient les effets du milieu sur l'embarcation en fonction de l'action à effectuer. ☞ Il cherche à combiner les différentes constructions d'équilibre (bateau / pagaie / individu) ☞ Il esquimaute dans de nombreuses situations complexes (1 ou 2 mains, pagaie…) en conservant régulièrement le contrôle du ballon.
	Utiliser l'équilibre résultant de la vitesse du bateau (courant apparent)	☞ Il réalise des actions de la pagaie qui modèrent ou amplifient les effets du milieu sur l'embarcation. ☞ Il utilise régulièrement la gîte, l'assiette et la vitesse de déplacement pour adapter sa trajectoire à l'encombrement de l'espace de jeu (forces appliquées sur son bateau, bateaux adverses à éviter…).

TECHNICO – TACTIQUE Organisation du jeu	**En attaque : Porteur de balle**	☞ Il organise son jeu offensif autour de la conservation du ballon (dribbler ou porter le ballon), la progression collective (ses dribbles souvent adaptés à la situation) puis l'attaque du but adverse (ses tirs souvent adaptés à la situation). ☞ Il contrôle le ballon à une (ou deux mains) et avec la pagaie en le faisant rarement tomber dans l'eau. ☞ Il perd très rarement le ballon pour continuer ses actions de déplacement (contrôle fiable) ou pour protéger sa position. ☞ Il alterne le jeu en passes longues ou courtes. ☞ Il réalise des passes adaptées (force / précision) latéralement (relais), vers l'avant ou l'arrière (appui / soutien). ☞ Il réalise des dribbles, souvent utiles et adaptés. ☞ Il tire souvent au but en privilégiant la force et /ou la précision par des techniques variées. ☞ Il gère régulièrement la prise de risque par des choix adaptés à ses actions et à ses partenaires…
	En attaque : Non porteur de balle	☞ Il organise son jeu offensif autour de la conservation du ballon (individuelle dans la limite des 5 secondes ou collective par des passes assurées), de la progression collective (dribble, passes courtes ou longues en appuis ou en soutien) puis de l'attaque du but adverse (tir ou passe décisive). ☞ Il investit assez régulièrement l'espace libre, en rompant l'alignement, tout en envisageant prioritairement l'équilibre défensif. ☞ Il ne percute ou ne gène plus ses partenaires mais opère des blocs actifs ou passifs. ☞ Il n'offre plus de pertes de temps en utilisant une navigation adaptée.
	En défense	☞ Il organise son jeu défensif autour de la défense du but, puis de la récupération de balle. ☞ Il perçoit et anticipe parfois les situations défensives complexes (stratégies, schémas tactiques de l'adversaire). ☞ Il agit régulièrement en placements et en déplacements anticipés (dans l'espace et le temps…) et assure la transition de l'équipe. ☞ Il utilise sa pagaie correctement pour contrer, contrôler ou rapprocher le ballon en situation complexe. ☞ Il dissuade la passe et intercepte ou contre souvent. ☞ Il n'abandonne plus en situation de conflit et maintient un harcèlement de l'adversaire.