



SUAPS -  

Stade Universitaire

15 bis rue Poncillon

63000 Clermont-Ferrand

Tel. 04.73.29.32.01 / 32.07

<https://sport.uca.fr/>



**UE LIBRE**  
**1er semestre**  
**KAYAK en eaux vives**  
**DEBUTANT**  
**2022 – 2023**

*L'UE sera accessible à l'ensemble des étudiants de L2 DEG et L3 autres mentions*

<b>Inscription</b> Informations : <a href="http://suaps.uca.fr">http://suaps.uca.fr</a>	<b>ECTS / UE INSCRIPTION EN DEUX ÉTAPES</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sur IP WEB (dossier pédagogique) du 15 septembre au 02 octobre 2022</li><li>• <b>Puis lien web vous sera communiqué « UE kayak» pour choisir votre groupe d'étude IMPERATIF</b></li></ul> A partir du 15 septembre 2022 à 10h (sous réserve de disponibilité)
<b>Responsable</b>	François Parrot francois.parrot@uca.fr
<b>Période</b>	SEMESTRIELLE : du 19 Septembre au 16 décembre 2022
<b>Nombre de crédits</b>	3 ECTS
<b>Niveau prérequis</b>	Être débutant dans l'activité. Savoir nager est obligatoire
<b>Nombre d'heures</b>	34 heures + 20 heures de travail personnel
<b>Nombre d'inscrits</b>	8 personnes maximum

# "KAYAK EN EAUX VIVES - DEBUTANT"

## OBJECTIFS - CONTENUS :

Elargir l'éventail d'accès à la culture des activités corporelles notamment celle des activités aquatiques ;

Développer les conduites motrices spécifiques aux activités d'eaux vives ;

Solliciter une réflexion sur les moyens à mettre en œuvre pour gérer sa vie physique dans le long terme.

Avoir un projet de déplacement en kayak monoplace ponté avec une pagaie double dans un environnement varié et variable (la rivière) et le mener à bien dans le respect de l'intégrité corporelle des pratiquants et de l'environnement dans lequel on évolue.

## Thèmes abordés :

- Navigation : technique et lecture de la rivière ;
- Sécurité : la sienne et celle des autres ;
- Environnement : connaissance, protection, partage

## HORAIRES :

Période	Jours	Horaires	Lieu
<u>1<sup>er</sup> semestre :</u> Du 19 Septembre au 16 décembre 2022	<u>Vendredis</u> : 23, 30 septembre 07, 14, 21 et 28 octobre  <u>Samedis</u> : 08 et 15 octobre	14h00 - 18h00  09h00 - 18h00	RDV Stade Universitaire Déplacements vers sites de pratique en mini bus

## EVALUATION :

En contrôle continu lors des cours.

## VALIDATION :

1<sup>ère</sup> session : contrôle continu

2<sup>ème</sup> session : épreuve théorique écrite (durée 1h30)