

BREVET BRONZE : APPRENDRE

COMPETENCES	Validation	Remarques
<p>Connaître les éléments du bateau, de l'aviron et du matériel ainsi que son vocabulaire spécifique.</p> <ul style="list-style-type: none">○ Nommer correctement et montrer les différents éléments du bateau, de l'aviron et du matériel annexe○ Utiliser le vocabulaire spécifique à la pratique de l'aviron		
<p>Porter correctement son matériel avec une aide supplémentaire d'un moniteur ou d'un rameur confirmé</p> <ul style="list-style-type: none">○ Porter les avirons○ Porter le bateau○ Mettre le bateau à l'eau avec aide○ Installer les avirons		
<p>Quitter le ponton et y revenir en toute sécurité.</p> <ul style="list-style-type: none">○ Monter dans le bateau sans aide (épreuve éliminatoire)○ Se mettre en position de sécurité (épreuve éliminatoire)○ Stabiliser le bateau○ Descendre du bateau sans aide		
<p>Connaître la décomposition du mouvement Citer les 4 étapes du mouvement d'aviron et les effectuer de manière à déplacer son canoé sur une distance d'un demi-bassin A-R</p> <ul style="list-style-type: none">○ Avancer en ligne droite○ Reculer en ligne droite○ Changer de berge de manière sécurisée (épreuve éliminatoire)		
<p>Ranger et nettoyer correctement son matériel</p> <ul style="list-style-type: none">○ Nettoyer son matériel○ Rentrer et ranger son matériel avec aide		
<p>Remplir correctement le carnet de sortie</p> <ul style="list-style-type: none">○ Avant la sortie○ Après la sortie		