

Présentation du niveau technique 4 FFVoile catamaran

Le niveau technique 4 FFVoile constitue un pré-requis technique (Unité de Compétence Technique 1) au cursus de formation au diplôme de moniteur FFVoile "CQP IV". **Valider le niveau technique 4 FFVoile catamaran vous permettra, à l'issue de votre formation moniteur** (UCC 1 à 6 de la formation pédagogique validées), **d'encadrer en catamaran**. Le stage débute par une période de pratique et de théorie pour réviser et/ou renforcer vos connaissances. Il se termine par une évaluation et une validation des acquis techniques, pratiques et théoriques, principalement sur les aspects de conduite, de manœuvres, de navigation et de sécurité.

Le niveau de maîtrise attendu correspond à la capacité à naviguer de façon performante et responsable en situation de surpuissance, c'est-à-dire être capable :

- de tenir tous les postes à bord du catamaran,
- d'évoluer en sécurité sur une durée et dans des périmètres élargis,
- d'exploiter les variables du milieu et les caractéristiques du catamaran pour optimiser son rendement,
- de se montrer responsable vis-à-vis du milieu et des autres pratiquants,
- de maîtriser les manœuvres de récupération de "l'homme à la mer".

Programme

Ce stage se compose :

- de moments de pratique intensive sur le support,
- de retours de navigation,
- d'apports théoriques en salle pour aborder l'ensemble du programme, conformément à la carte de progression FFVoile, dans les domaines de la technique, de la sécurité et du sens marin - environnement,
- d'une évaluation finale.

Ce sera notamment l'occasion de comprendre la raison de certaines actions qui ont pu devenir des automatismes et de décomposer des manœuvres et gestes connus afin de les maîtriser et de pouvoir les expliquer à un débutant. Il faut donc vous attendre à ce que le formateur considère que tout est à voir (ou revoir), selon les référentiels de la Fédération Française de Voile, tant en théorie qu'en pratique : il s'assure ainsi de la maîtrise de toutes les bases par les futurs moniteurs.

Compétences attendues

Les compétences pratiques et théoriques suivantes sont attendues pour l'évaluation finale du niveau 5 :

- Matériel nautique : choisir, vérifier, préparer et régler le matériel nautique et l'équipement de protection individuel, pour soi-même et son équipier,
- Départs et arrivées : partir d'une plage ou d'un ponton et y revenir,
- Trajectoires : réaliser des trajectoires imposées de remontée au vent, de descente sous le vent, des contournements de marques ou obstacles, avec recherche d'efficacité dans le gain ou la perte sous le vent et dans les changements de trajectoires,
- Manœuvres courantes : réaliser des manœuvres courantes avec un objectif d'optimisation de vitesse, de gain ou de perte par rapport à l'axe du vent (changements d'amure, abattées et aulofées, passages dans une porte étroite),
- Manœuvres de précision : réaliser un arrêt en surface et sur le fond, une prise de coffre, une récupération d'objet flottant,
- Sécurité : repêcher un homme à la mer, dessaler et resaler, connaître et appliquer les règles de privilège,
- Conduite : piloter avec précision un catamaran aux différentes allures,

- Navigation : préparer une navigation avec la documentation nécessaire, savoir situer à tout moment le navire,
- Représentation : décrire la chronologie et représenter graphiquement les trajectoires réalisées lors des manœuvres,
- Météorologie : anticyclones et dépressions, systèmes nuageux (observation, fronts), prévisions (origines, utilisation, précision), cartes (lecture, situation), micro-météorologie (effets de sites, phénomènes au sol),
- Océanographie : marées et courants, hauteurs d'eau (coefficients, amplitudes, profondeurs et niveaux, cartes, règle des douzièmes, annuaires, sondes, pied de pilote, vagues, effets de fonds, etc.),
- Technologie d'un catamaran : éléments constitutifs du catamaran, matériaux (caractéristiques et utilisation), vérifications d'usage (contrôles visuels, tests autorisés),
- Fonctionnement d'un voilier : forme et volume d'une voile (fabrication, mesure, réglages), forces exercées sur un voilier, sur une voile, effets aérodynamiques et hydrodynamiques.

En fin de séjour, le niveau technique 4 FFVoile catamaran est validé ou non en fonction des résultats à :

- l'évaluation théorique, test de connaissances de 1h30 qui porte sur les thèmes détaillés ci-dessus,
- l'évaluation pratique, qui tient compte des navigations, du comportement et de la progression de la semaine. Elle est faite selon la grille d'évaluation ci-jointe, sous la forme d'un parcours imposé avec des manœuvres à effectuer.

Le formateur conseille des axes de progression pour les personnes n'ayant pas validé le niveau.

Quelques conseils

Ce stage est avant tout une formation. Même s'il fait l'objet d'une évaluation, ne perdez pas de vue que vous y allez pour apprendre... Pensez à apporter de quoi prendre des notes ! Pour profiter au maximum de la formation, ne vous mettez pas sous pression. Il n'y a pas de quota de validation, tous les stagiaires peuvent avoir leur niveau 5 à condition de satisfaire aux exigences de validation.

Pour vous préparer au mieux, relisez les notes prises lors des stages précédents et remémorez-vous la théorie déjà étudiée. Cela vous permettra de la mettre en pratique dès le début du stage. Le plus important n'est pas de connaître par cœur toute la théorie, mais de savoir mettre en pratique des principes de base sur l'eau.

Le niveau technique 4 FFVoile catamaran est un stage physique, comportant beaucoup de navigation, en grande partie sur parcours pour travailler les manœuvres. Il est court et laisse peu de temps pour une mise en jambes. Il est préférable de naviguer peu de temps avant, si possible sur le support du stage (Hobie Cat 16), ou, à défaut, de se préparer physiquement. Enfin, mieux vaut arriver bien reposé(e) : c'est une formation dense, avec un rythme en conséquence !

Et après...

Les Unités de Compétences Techniques (UCT) sont les pré-requis d'entrée en formation pédagogique au Monitorat FFVoile option catamaran. Le **niveau technique 4 FFVoile catamaran** est l'**UCT 1**.

Les autres UCT nécessaires pour entrer en formation pédagogique sont :

- **UCT 2** : un **permis de conduire les bateaux à moteur** (permis plaisance option côtière ou ancien permis A). Il est possible de le passer aux Glénans, à Paris,
- **UCT 3** : une attestation "**Prévention et Secours Civiques de niveau 1**" (PSC1),
- **UCT 4** : une attestation de natation (**100m avec passage sous un obstacle en surface de 1m de long**).
- De plus, vous devez tout au long de votre formation pédagogique, être titulaire de la licence FFVoile de l'année en cours option pratiquant ou compétition.

Il faut du temps pour les obtenir, pensez-y dès maintenant.

Evaluation pratique sur parcours niveau technique 4 FFVoile catamaran
Le candidat ne doit pas avoir plus d'un item Insatisfaisant par groupe de compétence.

Virement de bord

I S

carte de progression	Compétences attendues	Indicateurs de satisfaction	I	S
N5-T2.2	Virer de bord en maîtrisant l'angle de sortie.	Choix du moment opportun (vent/mer/autres). Pas d'arrêt. Gain au vent recherché. Sortie au près sur l'autre amure.		
N5-T	Se déplacer pour conserver l'assiette du support en longitudinal et en latéral.	Utilisation recherchée des effets de carène avec peu de variation d'assiette : déplacements coordonnés de l'équipage.		
N5-T1.1	Coordonner les actions barre-écoute-déplacement pour optimiser la vitesse.	Utilise le choqué de GV pour aider la relance.		

Empannage

N5-T2.2	Empanner en maîtrisant l'angle de sortie.	Choix du moment opportun (vent, mer, autres). Sortie au grand large sur l'autre amure.		
N5-T1.1	Se déplacer pour conserver l'assiette du support en longitudinal et en latéral.	Utilisation recherchée des effets de carène avec peu de variation d'assiette : déplacements coordonnés de l'équipage.		
	Positionnement sécuritaire par rapport au palan de GV.	Passage de la GV contrôlé. Regard vers l'avant.		

Changement d'allure - Passage de marques

N5-T1.2	Anticiper les réglages pour le nouveau cap.	Les réglages sont réalisés au passage de la marque et cohérents avec la trajectoire.		
N5-T3.1	Conservation de l'équilibre.	Équilibre latéral / longitudinal cohérent avec les conditions de navigation.		
N5-T4.1	Conservation de la trajectoire.	Pas de variation parasite de trajectoire. Fluidité de la trajectoire.		
N5-T1.2	Coordonner les actions pour optimiser la vitesse.	Le spi est envoyé au plus tôt après la bouée. Le spi est affalé avant la bouée, pour permettre l'enchaînement de l'auloffée. Les réglages et les trajectoires sont adaptés à la situation.		

Conduite - Barre - Suivi du vent

N5-T2.1	Coordonner les actions barre-écoute-déplacement pour optimiser le gain au vent/gain sous le vent et la vitesse.	Pas de coup de barre sans logique (passer les vagues au près, ré-accélérer au portant, risée). Régulation de l'assiette latérale.		
N5-T4.1	Être capable de conserver une trajectoire.	Le barreur sort/rentre au trapèze sans perturber la trajectoire. Utilisation du stick.		

Réglages - Ajustage du profil

N5-T1.2	Adapter constamment les réglages et la conduite à l'allure et aux variations de vent.	Le bateau est toujours propulsif, recherche la performance.		
	Lien entre gabarit, conditions de navigation et réglages.	Le bateau quitte la plage avec un réglage cohérent et pré-établi.		
	Adaptation aux variations des conditions de navigation.	Le candidat analyse les conditions de navigation et adapte ses réglages en cours de navigation.		

Sécurité

	Être capable d'appliquer le RIPAM et les principales règles de course à la voile.	Veille sous le vent et au vent. Respect des privilèges. Respecte les règles de course à la voile.		
N5-S1.4	Être capable de faire des réparations de base.	Gère la casse de matériel sur l'eau. Effectue l'entretien courant du matériel (réparation d'usage).		
N5-S1.1	Remorquer un catamaran en difficulté.	Le candidat réalise la liaison remorqué remorqueur et effectue un remorquage incluant des manœuvres.		
N5-T3.1	Récupération de l'homme à la mer.	L'homme est récupéré au vent du catamaran. Le catamaran est arrêté. Réalisé dans un temps raisonnable.		
	Resaller un catamaran dans toutes les conditions.	Resalle un catamaran en toute sécurité.		
N5-S1.2	Connaître le balisage de base (Latéral, cardinal, danger isolé, marque spécial).	Identifie et respecte le balisage.		

Environnement - Exploiter les variables du milieu

N5-M2.1	Respect de l'environnement.	Ne jette pas ses déchets n'importe où, utilise le tri sélectif.		
N5-M2.3	Connaît le projet de la structure.	Est acteur de la vie collective.		
	Connaissance du milieu - Océanographie.	Sait effectuer un calcul de marée. Sait déterminer le sens du courant. Connaissances météo. Lecture de base d'une carte marine pour identifier sa zone de navigation (en sécurité).		
N5-M1.1	Connaissances météo.	Connaît les différents moyens de prendre la météo et les différentes sources. Sait reconnaître les phénomènes dangereux. Connaît les phénomènes locaux (brises thermiques), les effets de site et le passage d'un système dépressionnaire.		

Evaluation des connaissances théoriques niveau technique 4 FFVoile catamaran

Le candidat doit obtenir un minimum de 18 points sur 30.

I- Conduite et manoeuvres :

Virement de bord :

Exposez, schéma à l'appui, la chronologie d'un virement de bord lors d'une navigation en surpuissance. Précisez la position et le déplacement des équipiers.

Quelles peuvent être les raisons d'un échec sur le virement de bord ?

Départs et arrivées :

Quelles sont les contraintes posées par un départ ou une arrivée sur une plage exposée aux rouleaux ?

Quelles manoeuvres effectuez-vous dans ces conditions ?

Abattée :

Détaillez la manoeuvre d'abatée du près vers le grand large (placement, déplacement, réglages) :

En sous-puissance,

En surpuissance.

II- Théorie appliquée :

Réglages de voile :

Quels réglages de grand-voile (chariot et écoute) adoptez-vous pour parer à l'enfournement au large en surpuissance ?

Quelle sera votre action sur le foc (argumentez) ?

Réglages statiques :

Quel moyen vous permet de régler la quête de votre mât ?

Quels effets aura sur votre bateau un mât incliné en arrière (argumentez) ?

Couples de rotation :

Expliquez, schéma à l'appui, comment une gîte excessive nuit au couple de redressement.

Deux coques, une de trop :

Justifiez par vos connaissances théoriques la position « coque à fleur d'eau ».

Vent réel et vent apparent :

Décrivez à l'aide de schémas l'évolution du vent apparent au passage d'une risée lorsque le bateau navigue au large.

Quelles actions mettrez-vous en place en conséquence ?

III- Sens marin

Marées :

Pourquoi est-il important de connaître l'horaire de marée avant de partir en navigation ?

Le calendrier vous donne : 11H34 : 2m30 / 18h10 : 0m60.

Quelle est la durée de l'heure marée ?

Quel est le marnage ?

Genèse des vents :

Représentez par un schéma l'établissement d'une brise thermique de mer (brise diurne).

Quelles sont les conditions indispensables à l'établissement de la brise thermique ?

Quelles observations visuelles vous permettent d'estimer la probabilité d'une brise thermique ?

Météo :

Décrivez la structure d'un bulletin de Météo France (5 paramètres).

Décrivez l'évolution de la situation au cours du passage d'une perturbation « type » sur les côtes bretonnes (vent, pression, température et nébulosité).

Comment reconnaissez-vous l'approche d'un grain ?

Quels phénomènes y sont associés ?

Balises :

Quelles sont les 2 façons de caractériser les balises ?

Représentez les 4 marques de balisage cardinales.

Représente une zone de baignade avec un canal traversier d'accès à la plage.

Question bonus :

Comment s'appelle la partie métallique située sous la poutre avant de nombreux catamaran ?