



Livret enseignement croisière

Ce livret croisière a pour objet de répertorier vos expériences et de vous aider à évaluer vos connaissances et préciser vos manques. Il a été produit par des membres du club et a pour objectif de vous aider à progresser dans la pratique de notre activité.

Indiquez à votre chef de bord les manœuvres ou les connaissances que vous désirez acquérir !

Ce livret détaille 4 niveaux qui ont été mis en correspondance avec les 5 niveaux FFV

- Équipier débutant : Niveau FFV 1 et 2
- Équipier autonome : Niveau FFV 3
- Chef de bord en baie : Niveau FFV 4
- Chef de bord croisière : Niveau FFV 5

Source FFV : https://espaces.ffvoile.fr/media/20071/niveaux_techniques_habitable-.pdf

Table des matières

Auto-Evaluation.....	4
Objectifs pour chaque niveau	5
Manœuvre, conduite	5
Météo, navigation	5
Sécurité, vie à bord	5
Technologie.....	5
Compléments	6
Evaluation de l'Equipier débutant	7
Connaissances :.....	7
Capacités.....	7
Evaluation FFV Niveau 1 et 2	8
Technique : avancer à la voile et se diriger en utilisant la barre	8
Technique : naviguer à toutes les allures	8
Sécurité : appliquer les consignes du moniteur/chef de bord	8
Sécurité : connaître et respecter les procédures et les manœuvres de sécurité fondamentales.....	8
Sens marin-environnement : respecter l'environnement	9
Sens marin – environnement : percevoir les éléments de l'environnement qui influent directement sur sa pratique	9
Evaluation de l'équipier autonome.....	10
Connaissances.....	10
Capacités.....	10
Evaluation FFV Niveau 3	11
Technique : maîtriser la conduite à toutes les allures, y compris en surpuissance	11
Sécurité : assurer sa sécurité dans des conditions normales de navigation	11
Sens marin – environnement : connaître les éléments de l'environnement pour anticiper sur les conditions de sa pratique et de sa sécurité	11
Evaluation du chef de bord en baie.....	13
Connaissances.....	13
Capacités.....	13
Evaluation FFV Niveau 4	14
Technique : Maîtriser les réglages et la conduite, pour faciliter le pilotage dans les différentes conditions de vent et de mer	14
Sécurité : maîtriser les procédures permettant de l'imiter les risques en cas de situations inhabituelles (avaries ; vent fort, calme...).....	14
Sens marin – environnement : concevoir un programme de navigation en fonction du site et des évolutions du contexte	14
Evaluation du chef de bord croisière	15

Connaissances	15
Capacités	15
Evaluation FFV niveau 5	16
Technique : Exploiter les variables du milieu et les caractéristiques du bateau pour optimiser son rendement.....	16
Sécurité : évoluer en sécurité sur une durée et dans des périmètres élargis	16
Sens marin – environnement : se responsabiliser vis-à-vis du milieu et des autres pratiquants.....	16

Auto-Evaluation

Une grille d'auto-évaluation des niveaux FFV (qui peut être complétée par un formateur) est fournie.
La grille d'acquisition proposée est la suivante

Niveau	Connaissance	Savoir faire
1-Notions	Notion de base dans le domaine concerné	Capacité à mettre en œuvre le savoir-faire dans des situations courantes et simples en étant tutoré/encadré
2-Intermédiaire	Connaissance générale et théorique (j'utilise parfois cette connaissance)	Capacité à mettre en œuvre le savoir-faire dans des situations courantes et simples en toute autonomie
3-Avancé	Connaissance théorique et pratique approfondie (j'utilise fréquemment cette connaissance)	Capacité à mettre en œuvre le savoir-faire dans des situations courantes et complexes en toute autonomie
4-Expert	Expertise reconnue/spécialiste du domaine concerné, capacité à transmettre son savoir	Capacité à mettre en œuvre le savoir-faire dans des situations complexes et inhabituelles, capacité à former ou à être tuteur sur le domaine concerné

Objectifs pour chaque niveau

Manœuvre, conduite

Blanc, niveau 1	Jaune, niveau 2	Orange, niveau 3	Bleu, niveau 4
Equipier débutant	Equipier autonome	Chef de bord en baie	Chef de bord croisière
<i>A la barre</i>			
Conserver une direction	Conduire et s'arrêter à toutes les allures Virer, empanner	Louvoyer Réaliser les manœuvres de sécurité	Atteindre un point au vent dans un minimum de temps
<i>Aux écoutes</i>			
Se déplacer en sécurité Réduire la voilure Virer, empanner	Envoi, établissement, rentrée du Spi	Commander les manœuvres de Spi, les manœuvres de réduction de voilure	Prendre un coffre, mouiller sur ancre

Météo, navigation

Blanc, niveau 1	Jaune, niveau 2	Orange, niveau 3	Bleu, niveau 4
Equipier débutant	Equipier autonome	Chef de bord en baie	Chef de bord croisière
Evaluer force et direction du vent	Se situer sur la carte et choisir une route en fonction du bulletin météo	Faire une prévision météo en fonction du bulletin et de l'observation	Analyser une situation météo et construire un programme de navigation Entretien d'une estime et tenir le livre de bord Marées, courants.

Sécurité, vie à bord

Blanc, niveau 1	Jaune, niveau 2	Orange, niveau 3	Bleu, niveau 4
Equipier débutant	Equipier autonome	Chef de bord en baie	Chef de bord croisière
Préparer le bateau Faire l'inventaire du matériel de sécurité S'équiper	Appliquer les règles de route pour prévenir les abordages.	Diriger les manœuvres de sécurité.	Organiser et rythmer la vie à bord

Technologie

Blanc, niveau 1	Jaune, niveau 2	Orange, niveau 3	Bleu, niveau 4
Equipier débutant	Equipier autonome	Chef de bord en baie	Chef de bord croisière
Faire les nœuds de base Amarrer et mettre en ordre le bateau Connaître le vocabulaire de base	Vérifier gréement, voiles et étanchéité Utilisation VHF	Entretien du gréement et l'accastillage Utiliser le moteur	Mise au point du bateau. Batterie : surveiller, économiser, recharger Eau : usage,

Compléments

Participation à des formations (université du Winches, autre) :

Participation aux régates :

Course :

Comité de course :

Mouillage bouées :

Saisie des résultats :

Participation aux opérations d'entretien :

Carénage :

Démâtage, remâtage :

Accastillage, pose, remplacement :

Réparation polyester :

Moteur :

Electricité :

Peinture :

Voilerie :

Menuiserie :

Evaluation de l'Equipier débutant

Niveau 1 FFV :se déplacer à la voile sur un trajet choisi et encadré par un moniteur/chef de bord et 2 FFV atteindre tout point du plan d'eau, sur un trajet choisi et encadré par le moniteur/chef de bord

Connaissances :

Matériel et consignes de sécurité

Respect de l'environnement (rejet à la mer, règles de courtoisie,)

Vocabulaire : écoute, drisses, haubans, ... border, choquer, lofer, abattre, ...

Capacités

Aux écoutes

Se déplacer sur le pont.

Utiliser winch, taquet-coinceur, bloqueur.

Se positionner de façon stable, sûre et efficace pour tirer sur une écoute ou sur une manivelle de winch.

Participation aux manœuvres de réduction de voile (prise de ris, changement de foc)

La participation aux manœuvres de base (arrêt, virement)

Le réglage des voiles aux différentes allures

La participation aux manœuvres d'accostage et d'amarrage

A la barre

Tenue d'un cap

Evaluation de la direction et de la force du vent

L'orientation

A bord

L'équipement personnel

La préparation et l'inventaire du matériel de sécurité

L'utilisation des 4 nœuds de base (*nœud de chaise, en huit, tour mort et demi-clefs, tourner sur un taquet*)

Evaluation FFV Niveau 1 et 2

Technique : avancer à la voile et se diriger en utilisant la barre

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Se préparer au départ, à la voile ou au moteur		
Gonfler la voile pour avancer		
Utiliser la voile pour ralentir		
Utiliser la barre pour se diriger		
Utiliser la barre pour changer d'amure		
Utiliser la barre pour ralentir		
Se déplacer pour changer de côté sans compromettre la manœuvre		

Technique : naviguer à toutes les allures

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Adapter l'ouverture de la voile à l'allure		
Choquer ou border la voile pour compenser un déséquilibre du bateau		
Ajuster la trajectoire à une ouverture de voile donnée		
Conserver une trajectoire fixe		
Choisir des trajectoires permettant de gagner au vent ou sous le vent		
Virer de bord et empanner sans s'arrêter		
Suivre un cap ou un alignement		
Se situer approximativement sur une carte, en faisant le lien avec le paysage		

Sécurité : appliquer les consignes du moniteur/chef de bord

Activités	Auto-évaluation	Formateur
S'équiper avec le matériel proposé		
Rester attentif aux conseils de sécurité		
Se préparer au remorquage		
Savoir utiliser les winches en sécurité		
Se déplacer en équilibre sur tout le bateau		

Sécurité : connaître et respecter les procédures et les manœuvres de sécurité fondamentales

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Se regrouper (en escadre)		
Signaler ses difficultés		
Expérimenter les manœuvres courantes de sécurité dans des conditions aménagées (mise à la cape, arrêt rapide, prise de ris...)		
Repérer les dangers éventuels sur le parcours proposé		
Participer aux manœuvres d'entrée et de sortie		

de port		
---------	--	--

Sens marin-environnement : respecter l'environnement

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Sur la plage ou à l'arrêt sur l'eau, savoir d'où vient le vent		
Faire deux nœuds marins		
Ramener à terre ses détritrus		
Signaler les objets polluants ou dangereux repérés		
Respecter les consignes de préservation des milieux rencontrés		

Sens marin – environnement : percevoir les éléments de l'environnement qui influent directement sur sa pratique

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Connaître la dynamique des marées, ou les éventuels mouvements d'eau sur les plans d'eau intérieurs		
Evaluer la force du vent et l'état de la mer		
Situer sa zone de départ		
Connaître les espèces naturelles les plus courantes rencontrées sur le plan d'eau		

Evaluation de l'équipier autonome

(Niveau 3 FFV : EQUIPIER : évoluer librement dans une zone de navigation surveillée)

Connaissances

Principales règles de route

La chronologie des actions de l'équipage et la représentation des trajectoires du navire lors des manœuvres.

La marche du navire (*poussée vélique et stabilité, fonctionnement dynamique du navire, équilibre sous voile et réglage*)

La météorologie (*mouvements généraux, lecture et utilisation d'un bulletin, les nuages, les effets locaux*)

La technologie (*éléments constitutifs du bateau, vérification et maintenance des points sensibles*)

Capacités

Toutes les capacités de l'équipier débutant

Barrer au près, au vent arrière, virement, empannage.

L'observation et l'analyse des observations météorologique

Les réglages du navire et leur adaptation en fonction du vent et de l'allure

La prévention des abordages et l'application des consignes de sécurité

La récupération d'un homme à la mer

La vérification et l'entretien du matériel de base

La préparation des repas

Utilisation de la VHF

Démarrer, arrêter le moteur

Prise de corps mort

Evaluation FFV Niveau 3

Technique : maîtriser la conduite à toutes les allures, y compris en surpuissance

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Maintenir l'équilibre du bateau en utilisant la voile (au près)		
Maintenir l'équilibre du bateau en utilisant la barre (au portant)		
Se représenter les trajectoires à suivre et les allures à prendre pour rejoindre un point donné du plan d'eau		
Identifier son allure de navigation		
Connaître et effectuer les tâches de chaque poste lors des manœuvres		
Gréer		
Adapter la surface de voile (changement de voile, prise de ris) et régler le volume des voiles en statique (hale bas, Cunningham, bordure, lattes)		
Elaborer et suivre une route dans un périmètre défini		

Sécurité : assurer sa sécurité dans des conditions normales de navigation

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Evaluer les exigences d'une situation de navigation		
Participer au choix d'un programme ou d'une zone de navigation		
Maîtriser les manœuvres courantes de sécurité (homme à la mer, départ et arrivée dans des conditions difficiles, arrêt rapide, marche arrière...)		
Surveiller l'état du bateau		
Connaître la localisation et l'utilisation du matériel de sécurité embarqué		

Sens marin – environnement : connaître les éléments de l'environnement pour anticiper sur les conditions de sa pratique et de sa sécurité

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Connaître les fondamentaux du matelotage en vue d'assurer les réparations de fortune		
Repérer la présence et l'orientation du courant		
Connaître les principales règles de route pour éviter les abordages		
Connaître les principaux règlements liés aux sites de pratique		

Respecter les autres usagers de l'espace de navigation		
Connaître les espèces naturelles protégées du site de pratique		

Evaluation du chef de bord en baie

Niveau 4 FFV, CHEF DE QUART: Naviguer en autonomie et choisir sa zone de pratique

Connaissances

Connaître les craintes d'un équipier débutant.

Exercices, situations pour améliorer la conduite du bateau (expérimenter, comprendre)

La réglementation (*règle de barre et de route, catégorie de navigation et armement*)

Capacités

La direction des manœuvres et la coordination d'un équipage

Donner l'envie de naviguer

Observer le fonctionnement d'un équipier

Donner des responsabilités

Anticiper les situations à risque

Manœuvres au moteur

Prise et départ de quai au moteur, à la voile.

Evaluation FFV Niveau 4

Technique : Maîtriser les réglages et la conduite, pour faciliter le pilotage dans les différentes conditions de vent et de mer

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Adapter les réglages en fonction de l'allure et des conditions de vent et de mer pour faciliter le pilotage		
Virer de bord et empanner en maîtrisant l'angle de sortie (près, large, vent arrière)		
Rejoindre un point du plan d'eau sans augmenter inutilement la route (notion de cadre)		
Occuper chaque poste lors des manœuvres en coordination avec le reste de l'équipage		
Coordonner les actions barre et écoute pour équilibrer le bateau sans changer d'allure		
Savoir se situer en permanence sur la carte et sur l'eau		

Sécurité : maîtriser les procédures permettant de l'imiter les risques en cas de situations inhabituelles (avaries ; vent fort, calme...)

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Connaître les procédures d'alerte et de signalement		
Choisir dans le matériel disponible celui adapté à son niveau et aux conditions		

Sens marin – environnement : concevoir un programme de navigation en fonction du site et des évolutions du contexte

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Choisir une zone de navigation en fonction des dangers et des informations météo disponibles permettant un retour facile, y compris en cas de détérioration des conditions.		
Savoir se situer sur le plan d'eau		
Participer aux tâches collectives		
Connaître les règles d'accès et de préservation des sites naturels		

Evaluation du chef de bord croisière

(Niveau 5 FFV, CHEF DE BORD: naviguer de façon performante et responsable)

Connaissances

Secourisme

La navigation (*balisage, feux, marées, lecture et utilisation de carte, instrumentation, livre de bord, documentation nautique*)

Courants

Capacités

Le suivi d'une route à l'estime

L'utilisation des cartes de navigation, et du livre de bord

L'utilisation des instruments de bord (*centrale électronique, GPS, VHF*)

Mouiller sur ancre

La préparation de la navigation envisagée (*avitaillement, vérifications d'usage*)

Le choix et l'adaptation de la navigation en fonction de la météo, du navire et de l'équipage

La répartition des rôles et la gestion de la vie à bord (*prévention et gestion des conflits*)

La sécurité de l'équipage et la sauvegarde du matériel, en toute circonstances.

La surveillance et la maintenance régulière du navire (*gréement, voiles, moteur, étanchéité*)

La mise au point du navire pour en améliorer le rendement (*réglage, équilibre des poids, ...*)

Gérer l'eau, l'électricité, le gasoil, le gaz et la nourriture.

Evaluation FFV niveau 5

Technique : Exploiter les variables du milieu et les caractéristiques du bateau pour optimiser son rendement

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Adapter constamment les réglages et la conduite en fonction de l'allure et des variations de vent et de mer, pour optimiser la vitesse		
Coordonner les actions de barre-écoute-déplacement pour optimiser le gain au vent ou le gain sous le vent		
Augmenter le gain au vent ou sous le vent pendant les virements ou les empannages, en adaptant les manœuvres aux conditions de vent et de mer - gérer et coordonner l'équipage lors des différentes manœuvres		
Choisir la trajectoire rapprochant de l'objectif (adonnantes/refusantes) - repérer les zones de vent et courant potentiellement plus ou moins fort		
Maîtriser l'utilisation des différentes techniques de navigation (GPS, estime, relèvements, pilotage...) de jour comme de nuit		

Sécurité : évoluer en sécurité sur une durée et dans des périmètres élargis

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Remorquer une embarcation (à la voile ou au moteur)		
Mettre en relation le paysage rencontré avec la carte marine		
Définir et critiquer sa route, entretenir une estime		
Maintenir l'état du bateau		

Sens marin – environnement : se responsabiliser vis-à-vis du milieu et des autres pratiquants

Activités	Auto-évaluation	Formateur
Présenter les informations météo utiles à la définition du programme de navigation		
Reconnaitre les principaux phénomènes susceptibles de faire varier les conditions de vent dans un délai de trois heures		
Organiser les tâches collectives / gérer un équipage		
Naviguer en groupe de pratiquants solidaires		
Veiller au respect des règles de préservation des espèces naturelles		
Connaitre les principaux éléments du patrimoine maritime, lacustre ou fluvial du site		

