

<b>SÉCURITÉ : Connaître et respecter les procédures et les manœuvres de sécurité fondamentales</b>		Evaluation
Connaître les risques de l'activité		
Se déplacer et agir en limitant les risques		
Se regrouper		
Signaler ses difficultés		
Expérimenter les manœuvres courantes de sécurité dans des conditions aménagées		
Connaître l'utilisation de la VHF, du canal de sécurité et les numéros de téléphone dédiés		
<b>EQUIPEMENT</b>		
Matelotage	Réaliser aisément les noeuds marins courants	
	Lover et ranger les bouts	
Equipement	Utiliser les équipements nautiques et de vie à bord	
	Faire un inventaire quantitatif	
	Participer à la vérification des équipements	
Documentation	Connaître et utiliser les documents nautiques du bord	
Entretien	Réaliser la maintenance des bouts et des voiles	
	Réaliser la maintenance de l'accastillage avec le moniteur	
	Participer aux réparations simples	
	Connaître les matériaux de construction d'un navire	
<b>MANOEUVRE</b>		
Sous voiles	Participer à l'adaptation de la surface (changement de voiles, prises de ris)	
	Gréer et dégréer un spinnaker	
	Participer à l'envoi et à l'affalage du spinnaker par vent faible	
Au port	Appareiller ou quitter un mouillage ou un coffre au moteur	
	Appareiller et accoster une place de port	
	Amarrer efficacement le navire	

<b>TECHNIQUE : Naviguer à toutes les allures</b>		Evaluation
Conduite sous voiles	Adapter l'ouverture de la voile à l'allure	
	Conserver une trajectoire fixe	
	Choquer ou border la voile pour compenser un déséquilibre	
	Ajuster la trajectoire à une ouverture de voile donnée	
	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	
	Identifier son allure	
	Ralentir à toutes les allures et utilisant la barre ou l'ouverture des voiles	
	S'arrêter à partir de différentes allures	
	Conduire sous spinnaker par vent faible en évitant l'empannage	
	Identifier et expérimenter les différents réglages disponibles	
Conduite au moteur	Réguler la vitesse	
	Maintenir le navire en arrêt surface	
<b>NAVIGATION</b>		
Carte marine	Repérés les dangers éventuels sur le parcours proposé	
	Participer à l'élaboration d'une route	
	Déterminer sa position à vue de la terre et la matérialiser sur une carte	
Météorologie	Prendre et considérer un bulletin météorologique adapté à la zone	
	Reconnaître les signes de dégradation du temps à court terme	
	Connaître et observer les phénomènes locaux	
Marée	Connaître la dynamique des marées, ou les éventuels mouvements d'eau en plans d'eau intérieurs	
	Constituer le référentiel de marées adapté au programme de navigation	
	Indiquer à tout moment la hauteur d'eau théorique	
RIPAM	Connaître les principales règles de route pour éviter les abordages	
	Identifier les routes collisions	
	Connaître l'usage des marques à arborer	
<b>SENS MARIN - ENVIRONNEMENT : Percevoir les éléments qui influent directement sur sa pratique</b>		
Sens marin	Evaluer la force du vent et l'état de la mer	
Environnement	Connaître les espèces naturelles les plus courantes rencontrées	