

QUELQUES ELEMENTS POUR ANALYSER LES ECHECS...

Philippe NEIRAS

Présentation

Cet article a pour but de donner quelques éléments d'analyse de l'apprentissage en Catamaran de sport. Il s'agit "d'éclairer" les causes d'échecs les plus couramment rencontrées en Catamaran de sport.

Il se situe très modestement dans "la lignée" des articles conçus par C.H. TOUX, J. SAURY, H. METIVIER du secteur Planche à Voile de l'ENV.

Nous ne saurions trop recommander au lecteur de se reporter au cahier de l'ENV n°1 et principalement à l'article intitulé "Comment analyser une situation de navigation". Si le lecteur veut pousser plus encore sa réflexion nous lui conseillons de se référer à l'ouvrage de J.P. BONNET "Vers une pédagogie de l'acte moteur" paru aux éditions VI-GOT qui a fortement inspiré cet article.

Sommaire

- I Définition de la situation de navigation.
- II Définition de l'exercice à réaliser et du problème observé.
- III Définition des exigences de l'exercice au niveau du bateau et de son adaptation.
- IV Définition des ressources mises en jeu par les stagiaires pour réaliser l'exercice.
- V Cata... strophe ou conclusion.

I. DEFINITION DE LA SITUATION DE NAVIGATION

SITUATION DE NAVIGATION	NIVEAU DU STAGE
Allure de près	Découverte Catamaran de l'ENV . C'est à dire : première approche du Catamaran après un vécu en Dériveur, Habitable ou Planche à Voile. Ce stage ne se destine pas à des débutants dans l'activité voile.

VENT / MER / CONDITIONS / MATERIEL

Moyenne de vent à 20 noeuds, clapot.

Le matériel: Hobie Cat 18 standard , à dérives, double trapèze, équipé d'un limiteur de rotation, d'un cunningham démultiplié, puissant et efficace.

EXERCICE A REALISER

En respectant une trajectoire au près, monter à deux au trapèze.

PROBLEMES OBSERVES

L'équipage n'arrive pas à sortir au trapèze, ou rentre et sort lors de déséquilibre important du bateau :

Le bateau fait l'ascenseur (fort coups de gîte puis de contre gîte) la trajectoire n'est pas respectée:

Le bateau a une trajectoire sinusoïdale.

II. DEFINITION DE L'EXERCICE A REALISER ET DU PROBLEME OBSERVE.

Les exigences de l'exercice au niveau du bateau et son adaptation.

Première question : Les réglages du bateau sont-ils adaptés à la force du vent et au gabarit de l'équipage?

C'est le premier problème et le plus facile à résoudre :

Nous posons comme à priori que les réglages :
- rotation du mât, - Cunningham, bordure ne sont pas la préoccupation première dans les stages découverte. Ces réglages doivent être imposés par l'enseignant pendant la préparation du bateau, avant la sortie, en l'adaptant aux conditions de vent, au type de bateau et au gabarit de l'équipage.

Ceci doit se négocier avec les stagiaires :

"Nous vous conseillons de gréer les bateaux de cette manière car cela facilitera vos premiers essais de navigation en Catamaran de sport. Nous reviendrons plus tard, sur l'utilité de ces réglages et de leurs effets".

L'enseignant pré-règle donc les bateaux pour placer les stagiaires dans des conditions favorisant la réussite.

Le bateau dans les conditions de vent décrites plus haut, est réglé de la manière suivante:

CUNNINGHAM ETARQUE :

Aplatir la voile, ouvre la chute, augmente le pré-cintre du mât (absorbe le creux), empêche le creux de reculer.

LA ROTATION DE MAT EST REPRISE :

Le levier de rotation est orienté entre le hauban sous le vent et la dérive et peut-être plus centré pour un équipage léger.

LA BORDURE EST ETARQUEE :

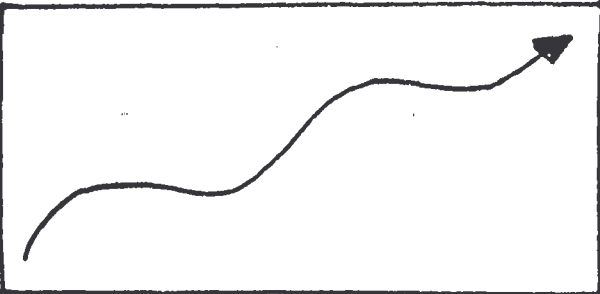
Diminue le creux donc la puissance.

La hauteur des trapèzes (barreur et équipier) est pré-réglée à terre afin que barreur et équipier puissent s'accrocher facilement en restant assis.

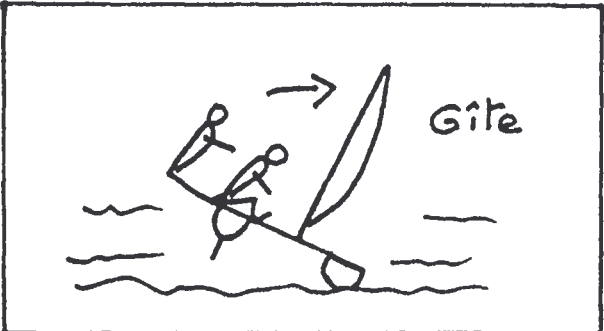
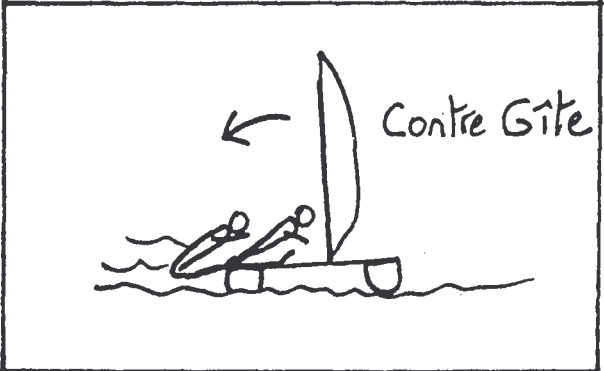
les dérives peuvent être relevées (10 cm) ce qui diminue la composante de gîte pour des gabarits légers.

III DEFINITION DES EXIGENCES DE L'EXERCICE AU NIVEAU DU BATEAU ET DE SON ADAPTATION

QUE SE PASSE T-IL ?

RESULTAT : TRAJECTOIRE GENERALE	RESULTATS : DES ACTIONS SUR LES COMMANDES Ecoutes et aides (trapèze, barre, déplacement)	REGLAGE
<p>Trajectoire en S</p> <p style="text-align: center;">VENT ↓</p> 	<p>BARREUR</p> <p>Ecoute de GV</p> <p>Le barreur borde la GV : le bateau gîte.</p> <p>Déplacement</p> <p>Le barreur place la cuillère de trapèze dans le crochet de sa ceinture = le bateau lofe ou abat.</p> <p>Le barreur tente de sortir au trapèze = Le bateau abat</p> <p>Si le bateau gîte trop = le barreur choque la GV = le bateau se repose à plat ou contre-gîte violemment.</p>	<p>La rotation de mât est lachée.</p> <p>Le Cunningham n'est pas étarqué.</p> <p>Les deux dériveurs sont enfoncées à fond.</p> <p>La bordure est creuse.</p> <p>Les trapèzes sont réglés "hauts" (il est impossible de s'accrocher au trapèze en étant assis sur la coque pieds dans les sangles, il faut se lever ou se mettre à genou pour s'accrocher).</p>

QUE SE PASSE T-IL ?

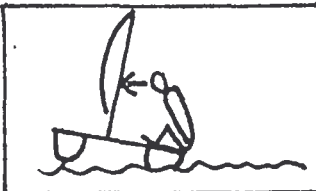
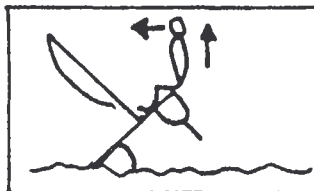
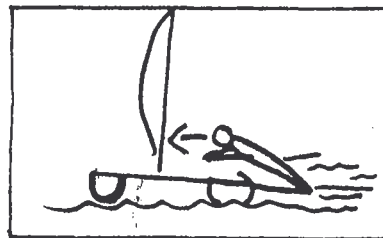
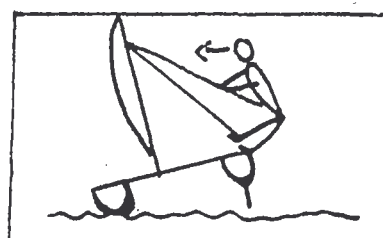
<p style="text-align: center;">RESULTAT : TRAJECTOIRE GENERALE</p>	<p style="text-align: center;">RESULTATS : DES ACTIONS SUR LES COMMANDES Ecoutes et aides (trapèze, barre, déplacement)</p>	<p style="text-align: center;">REGLAGE</p>
<p>Le bateau fait l'ascenseur.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">  </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>EQUIPIER</p> </div> <p>L'équipier borde l'écoute du foc qui se coince au taquet.</p> <p>L'équipier sort au trapèze si le bateau a une gîte confortable.</p> <p>Déplacement</p> <p>L'équipier cherche à rentrer du trapèze quand le bateau contre gîte.</p>	

IV DEFINITION DES RESSOURCES MISES EN JEU PAR LES STAGIAIRES POUR REALISER L'EXERCICE

Quelques éléments pour analyser les échecs...

QUE SE PASSE T-IL?

ACTIVITE DU STAGIAIRE : LES RESSOURCES MISES EN JEU

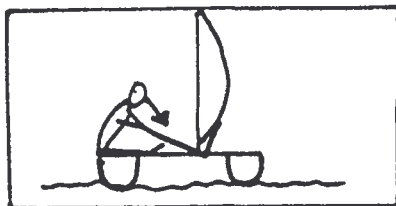
LES DIFFERENTS PROCESSUS MIS EN JEU	LES STADES
L'EQUILIBRATION	<div data-bbox="470 430 649 502" style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">BARREUR</div> <p data-bbox="448 518 2105 590">Le stagiaire est au premier stade du processus d'équilibration : <u>le refus du déséquilibre</u> où l'activité réflexe prédomine, le stagiaire préserve ses attitudes naturelles, tronc vertical, regard horizontal.</p> <p data-bbox="448 598 2105 670">Il borde = le bateau gîte → la gîte est trop importante = il choque la GV en lâchant l'écoute le bateau revient à plat violemment et contre gîte.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div data-bbox="660 686 974 877" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  </div> <div data-bbox="1243 686 1556 877" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p data-bbox="1769 694 2105 885">Le "cliché" est très net, la chute arrière fait peur on observe un "cassé" du buste vers l'avant pour conserver la verticalité du tronc.</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start; margin-top: 20px;"> <div data-bbox="470 901 649 973" style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">EQUIPIER</div> <p data-bbox="660 917 1153 957">Le foc est bordé et coincé au taquet.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div data-bbox="481 981 862 1220" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p data-bbox="884 997 1265 1197">Le bateau gîte : il s'accroche au trapèze et sort les jambes sont écartées et tendues. Le tronc est cassé vers l'avant, les deux mains sont crispées sur la poignée.</p> </div> <div data-bbox="1321 981 1702 1220" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p data-bbox="1724 997 2105 1133">Le bateau contre-gîte l'équipier est dans l'eau il cherche à rentrer sur le trampoline.</p> </div> </div> </div> <p data-bbox="448 1276 2105 1436">Le problème est le même que pour le barreur : le refus du déséquilibre, l'espace arrière fait peur, l'attitude est raide, les jambes sont tendues, fesses pointés sur l'arrière, le tronc est cassé vers l'avant pour maintenir la verticalité.</p> <p data-bbox="1288 1276 2105 1436">Leur seul souci : retrouver un support stable ou la verticalité du tronc et l'horizontalité du regard soient assurés et où il n'y a pas de remise en cause de l'équilibre du terrien.</p>

L'AUTOMATISATION

Le stagiaire est au premier stade du processus d'automatisation :

Le stade de la centralisation. Il agit par actions volontaires, dirigées par le cortex, il utilise systématiquement le regard pour contrôler la réalisation de ses actions.

BARREUR



Lorsque le barreur borde, il regarde ses mains et le palan de GV.

Il peut donc border alors qu'une risée plus forte survient et provoque un coup de gîte violent.

Centré sur ses mains ou sur le palan la trajectoire devient alors aléatoire il lofe jusqu'au bout au vent ou abat jusqu'au large, les repères visuels de conduite au près sont hors du champ visuel.

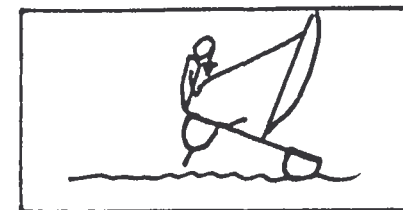
EQUIPIER

Tout comme le barreur, l'équipier contrôle tout ce qu'il fait par le regard : lorsqu'il borde, il regarde ses mains et l'écoute de foc qui se coince dans le taquet du foc.

Lorsqu'il s'accroche au trapèze, il regarde ses mains et le crochet de sa ceinture.

Lorsqu'il est en position de trapèze, il regarde ses mains crispées sur la poignée de trapèze.

Il ne peut pas prendre des informations en dehors de ce qui le préoccupe : sa sortie au trapèze et encore moins la communiquer au barreur.



Lorsque le bateau gîte et que le barreur veut s'accrocher au trapèze son regard est fixé sur la cuillère de trapèze et sa ceinture il ne peut pas voir le guindant du foc pour conserver sa trajectoire au près, il ne peut pas voir les risées d'où les trajectoires en S d'où les coups de gîtes et de contre gîte. Il ne peut pas voir un obstacle situé devant son bateau (bouées, autre bateaux)

LA
COORDINATION

Barreur et équipier en sont au même stade : le premier stade du processus de coordination : celui de la juxtaposition des actions.

Il y a un temps d'arrêt entre toutes les actions effectuées, elles sont toutes indépendantes les uns des autres, elles ne sont pas liées les unes aux autres. Toute action débute lorsque la précédente a pris fin.

DERIVEUR

Le barreur lofe pour se rapprocher de l'allure de près, puis il borde l'écoute de GV puis il s'accroche au trapèze et enfin cherche à sortir au trapèze.

Le foc a été bordé pour le près (1), le barreur peut donc lofer pour contrôler visuellement sa trajectoire grâce au repère de la limite du fasssement du foc, l'écoute de la GV n'est pas bordée, le bateau est donc à plat. Lorsque le barreur a trouvé l'allure du près. Le barreur va chercher à border (2). Cette action va faire gîter le bateau (3) la gîte devient importante (4) : le barreur s'est accroché mais la gîte est trop grande : le déséquilibre avant, fait peur le barreur choque en grand : Le bateau redevient à plat violemment (5).

Les actions :

LOFER

BORDER

S'ACCROCHER

SORTIR AU
TRAPEZE

Le déséquilibre arrière étant trop important, le barreur rentre dans le bateau la juxtaposition des actions et le temps écoulé entre chacune des actions ne permet pas la réalisation de l'exercice. Où si malgré tout l'exercice est réalisé, le temps écoulé entre le début de la réalisation et la fin est extrêmement longue d'où les problèmes d'éclatement de la flotte.

LA DISSOCIATION	<p>L'équipage est au premier stade du processus de dissociation : Le stade des actions globales et indifférenciées où il n'y a juste-ment aucune dissociation. Les réponses données par les stagiaires sont dites "explosives" elles concernent tout le corps, l'action de border par exemple nécessite la mise en jeu de tous les segments (bras et jambes), elle est totale lorsque le barreur borde la GV, l'action se répercutera sur la barre : l'action de tirer l'écoute d'une main provoque une action similaire sur la barre : le bateau abat.</p> <p>De même le fait de monter au trapèze aura tendance à faire amener le stick avec le barreur, l'action de sortir au trapèze va donc de pair avec un placement au vent des safrans qui fait abattre le bateau.</p> <p>A ce stade la dépendance segmentaire est grande.</p>
INVESTISSEMENT ENERGETIQUE	<p>Dans le processus d'investissement énergétique l'équipage en est au premier stade : celui de l'effort maximum pour l'effet minimum.</p> <p>Chaque action nécessite une intense concentration, d'où une forte dépense nerveuse, les stagiaires sont très vite fatigués. La dépense d'énergie déployée pour réaliser les exercices est grande et ceci pour des résultats médiocres.</p>

V. CATA ...
STROPHE
OU
CONCLUSION

La situation paraît désespérée voire sans issue.
"Ces stagiaires sont nuls ! on n'y arrivera jamais!"

Que nénni ma foi! comme nous venons de le voir les stagiaires débutants en Catamaran de sport utilisent les ressources dont ils disposent par rapport aux exigences de l'exercice proposé. Leur échec est donc relatif : confronté à un bateau nouveau pour eux il font références à une organisation mal adaptée, certes à l'exercice, mais ils ne partent pas de zéro, ils ne sont pas nuls.

Mais comment les faire progresser? comment dépasser les premiers stades du refus du déséquilibre, de la centration, de la juxtaposition des actions, de l'effort maximum pour un effet minimum?

Comment passer par l'étape de la rééquilibration à posteriori, de l'automatisation progressive, de l'anticipation partielle, de l'effort moins coûteux pour un effet moyen? Pour arriver à l'équilibration anticipée, à la décentration à la coordination des actions, à la différenciation à l'effort minimum pour un effet maximum?

C'est ce que nous vous proposons de suivre dans le prochain numéro, des cahiers de l'ENV...