

Sommaire

Fascination de l'aviron	2
Concept pédagogique	3
Apprenant	3
Niveaux de développement	4
Types et styles d'apprentissages	4
Enseignants – Moniteur d'aviron	5
Apprendre et enseigner les mouvements	5
Groupe	7
Concept de motricité sportive	9
Concept technique	11
Matériel	13
Bateaux «école»	13
Bateaux d'équipe	13
Structure du mouvement	21
Points de contact entre le rameur et le bateau	22
Mains	22
Modèle technique – Couple	24
Modèle technique – Pointe	26
Modèle technique – Ergomètre	28
Ordres	30
Rôles dans le bateau	31
Barreur	31
Spécialisation	33
Enseigner l'aviron – Concept méthodologique	34
Débutants: Objectifs et contenu de la formation	39
Déroulement de l'enseignement	43
Planifier	43
Structure d'une leçon	44
Exemple de planification annuelle pour un cours annuel	47
Bibliographie	48