

# Programme Patinage Plus

**Patinage Plus** est le programme vedette d'initiation au patinage de Patinage Canada, pour les débutants de tout âge. Les participants à Patinage Plus sont inscrits à un programme axé sur le plaisir, la participation et le perfectionnement des habiletés de base. Les leçons sont données en groupe par des entraîneurs professionnels certifiés du PNCE. Ces entraîneurs professionnels sont aidés par des assistants de programme formés. Le rapport entraîneur-élève est d'un maximum de 10 à 1. Les patineurs progressent à leur propre rythme et les entraîneurs rendent les séances actives au moyen de matériel didactique, de musique et de toute une gamme d'activités qui créent un environnement amusant et favorisent l'apprentissage. Patinage Plus est le programme qui alimente tous les programmes de patinage de Patinage Canada. Il est présenté par BMO Groupe financier, reflétant son engagement envers le développement des patineurs débutants.

## ***Pourquoi s'inscrire à Patinage Plus?***

Patinage Plus est le seul programme national d'initiation au patinage au Canada. Il a été élaboré par des experts pour enseigner les habiletés fondamentales du patinage de manière progressive et logique.

Lorsque vous ou votre enfant vous inscrivez à un programme Patinage Plus dans un club local de Patinage Canada, vous devenez automatiquement membre de Patinage Canada, l'organisme national directeur de patinage artistique au Canada. Parmi les avantages de l'adhésion au programme Patinage Plus, mentionnons les suivants :

- écussons
- autocollants
- décalcomanies
- feuilles à colorier
- feuillets d'information pour les parents
- mises à jour sur les progrès et fiches de rendement
- événements spéciaux de Patinage Plus et activités du club
- Prix du patineur de l'année de BMO Groupe financier
- possibilité de repérage du talent
- occasion de participer à une activité favorisant un mode de vie sain

Voici quelques prix et récompenses conçus pour encourager les athlètes de Patinage Plus :



Écusson de Patinage Plus -  
étape 2



Autocollants de Patinage  
Plus



Écusson de Patinage Plus -  
saut

## ***Structure du programme***

Le programme Patinage Plus est axé sur l'exécution de six mouvements fondamentaux organisés en six étapes d'apprentissage, avec un septième niveau pour les patineurs qui souhaitent passer au patinage artistique. Les habiletés sont réparties selon la progression, des très simples aux plus complexes. Chaque phase met l'accent sur un point principal. Une fois que les habiletés de chaque phase sont maîtrisées, un écusson est décerné. La série d'écussons se compose d'écussons d'étapes, d'écussons de mouvements fondamentaux et d'écussons de conditionnement physique.

### **Les noms des écussons D'ÉTAPE sont les suivants :**

- Étape 1 – Équilibre
- Étape 2 – Glissé avant
- Étape 3 – Glissé arrière
- Étape 4 – Courbes
- Étape 5 – Puissance
- Étape 6 – Vitesse
- Étape 7 (facultative) – Pré-préliminaire

### **Les noms des écussons de MOUVEMENTS FONDAMENTAUX sont les suivants :**

- Déplacement avant
- Déplacement arrière
- Arrêt
- Virage
- Pirouette
- Saut

### **Les noms des écussons de CONDITIONNEMENT PHYSIQUE sont les suivants :**

## Le programme Jeune Talent

Le programme *JEUNES TALENTS* est un programme de développement offert aux patineurs de patinage plus et aux patineurs aspirants (aucun test de style libre) **En septembre, le Club procédera à une séance de dépistage auprès de la jeune relève âgée de 7 ans et moins.** Les jeunes patineurs démontrant un talent et un potentiel exceptionnels seront sélectionnés. Ainsi, une douzaine de patineurs seront placés dans un même groupe dans le but de développer davantage leur talent.

\*Il est à noter que pour faire partie de ce groupe, les enfants doivent être sélectionnés par les responsables du programme Jeunes Talents. Les patineurs en patins de hockey n'y sont pas éligibles.

### LE Déroulement

#### **FORMATION DES GROUPES**

Les anciens patineurs seront assignés à un groupe correspondant à leur niveau. Nous effectuerons des ajustements s'il y a lieu. Les nouveaux patineurs seront jumelés selon le questionnaire que vous avez complété à l'inscription. Nous réajusterons les groupes durant les premières semaines de la saison, le temps de bien connaître les enfants inscrits.

La liste des groupes sera affichée sur les panneaux près du restaurant. Ils seront identifiés par couleurs. Vous devez apprendre à votre enfant à quel groupe il appartient.

La glace sera divisée et des panneaux de couleurs seront apposés là où la leçon doit se dérouler.

**Vérifiez régulièrement les panneaux, car ils seront utilisés pour diffuser toutes les informations futures du club.**

#### **OÙ ENFILER LES PATINS**

Les enfants devront utiliser les chambres de hockey du côté receveur (côté restaurant) pour enfiler et enlever leurs patins. Ils devront également entrer sur la patinoire via le banc des joueurs. Vous accueillerez votre enfant par ce même endroit. Aucune entrée par les escaliers ne sera tolérée, et ce pour des raisons de sécurité.

#### **LE DÉROULEMENT D'UNE SÉANCE RÉGULIÈRE**

Les cours patinage plus ne sont pas des leçons privées, il s'agit de leçons de groupe enseignées par un entraîneur professionnel assisté de plusieurs assistantes de programme. Une évaluation mensuelle aura lieu pour tous les enfants présents à

cette date préétablie. En cas d'absence lors d'une évaluation, l'enfant ne sera pas pénalisé, mais son évaluation sera reportée au mois suivant. Aucune évaluation individuelle n'aura lieu cette année, et ce pour les raisons du bon fonctionnement du programme.

**Le déroulement d'une séance régulière : (45 minutes)**

**-5 minutes de stroking (tours de glace avant, arrière)**

**-30 minutes de leçons**

**-10 minutes d'activités de groupe**

**(Tous les enfants iront au centre de la patinoire et exécuteront une routine d'activités dirigée par les assistantes de programme)**

\* Le déroulement d'une séance peut varier selon le niveau des patineurs.

\*Il est à noter que pour les enfants du programme Patinage Plus Débutant, le déroulement sera adapté durant la saison. Des activités de groupes auront lieu à compter du mois de décembre.

### **Le programmes de perfectionnement après le patinage plus**

***(Pour les filles et les garçons qui souhaitent progresser dans le patinage artistique)***

#### ***Patinage Artistique***

*Le club de patinage artistique Lachine offre la possibilité à l'enfant qui souhaite développer davantage ses habiletés artistiques avant le 7<sup>ème</sup> écusson, de participer au groupe Juvénile et Juvénile Sélect ainsi que les catégories avancées Intermédiaire et Sénior :*

☒ **Juvénile sélect : Écusson 4 et plus.** *Les leçons sont offertes en groupes semi-privés supervisés par un entraîneur professionnel permettant aux patineurs de s'initier aux différentes disciplines du patinage artistique.*

*Le programme Juvénile sélect offre 2 séances par semaine. Le groupe est formé de 6 à 10 personnes et il est supervisé par un entraîneur professionnel aidé par deux assistantes de programme.*

☒ **Juvénile Privé, Intermédiaire et Sénior sont des programmes de leçons privées :** *Le patineur acquitte les frais de glace au club et patine sous seing privé avec la supervision d'un entraîneur professionnel au choix du jeune et de ses parents. Ce patineur peut exceller dans les disciplines de style libre, de danse, d'habiletés et d'interprétation artistique. La communication entre l'entraîneur et les patineurs doit être faite par les parents du patineur, le club n'étant pas responsable des leçons privées.*

## ***Qui fait quoi?***

### **LES RESPONSABLES DU PROGRAMME PATINAGE PLUS**

#### **Responsable Patinage Plus**

\*Les responsables du Programme sont là pour superviser et diriger les séances patinage plus. Ce sont donc elles vos personnes ressources en cas de questions ou de commentaires concernant tout ce qui touche le programme Patinage Plus (les assistantes de programme, les stagiaires, les entraîneurs ainsi que les patineurs).

#### **. LES ENTRAINEURS DU PROGRAMME PATINAGE PLUS**

Un entraîneur est présent dans chaque groupe tout au long de la session afin de s'assurer la progression des patineurs. Les entraîneurs procéderont à une évaluation à tous les mois. Seules ces personnes peuvent évaluer les patineurs.

#### **LES ASSISTANTES ET LES STAGIAIRES PATINAGE PLUS**

L'assistant de programme aide à enseigner le programme de Patinage Plus sous la direction de l'entraîneur professionnel. En cas de problème avec l'entraîneur, c'est l'assistante responsable du groupe qui supervisera le cours le temps que l'entraîneur soit de retour. Les stagiaires apportent un soutien technique aux assistantes et à l'entraîneur. Elles sont formées dans le but de devenir assistantes de programme pour la prochaine année.

#### **LES MEMBRES DE LA DIRECTION**

Après vous être adressés à l'une des responsables du programme, si votre problème demeure sans réponse, vous devez vous adresser à :

Manon Benoit  
Présidente CPAL