

Club de Patinage Artistique

Les patins d'Argents de Windsor

Guide pour les parents

PARTENAIRE
PRINCIPAL



SEULS LES MEILLEURS
produisent le meilleur



PATINAGECANADA

PATINAGEPLUS



PATINAGEPLUS

MEILLEUR PROGRAMME DE PATINAGE
AU CANADA

Table des matières

Localisation	2
Le programme	2
Évaluations	2
Communication.....	3
Équipement	4
Consignes de sécurité et règlements	6
Calendrier des activités	6
Journée de Défi, Mes Premiers Jeux (compétition)	6
Réunion d'information	7

Localisation

Centre J.A. Lemay, 250 Rue Georges-Guilbault, Windsor, Quebec J1S 1M8

À votre arrivée :

- Le parent accompagnateur utilise la porte arrière de l'aréna avec son enfant pour avoir accès aux vestiaires. Les autres parents et spectateurs devront utiliser les portes d'entrées à l'avant de l'aréna pour avoir accès aux gradins.
- Prendre la **carte d'identification (cocarde)** au nom de votre enfant. Les cartes sont accrochées sur le mur dans le corridor, dans un organisateur de cocardes. Chaque enfant à sa carte identifiée à son nom. À la fin de chaque cours, vous devez remettre à sa place la carte d'identification.
- Dirigez-vous ensuite vers la chambre indiquée afin de préparer vos enfants. Un vestiaire est attribué à chaque groupe. Une fiche, accrochée sur l'organisateur de cocardes, indiquera le vestiaire pour le groupe de votre enfant.
- Les parents ne sont pas admis sur la glace. Nous avons une équipe de patineurs expérimentés et d'entraîneurs pour encadrer les patineurs.
- Une fois que votre enfant est sur la patinoire, nous vous invitons à prendre place dans les gradins. Au besoin nous vous ferons signe afin de venir nous rejoindre à la porte.

Le programme

Les Programmes Pré-Patinage plus (Initiation) et Patinage Plus sont la base du patinage pour toutes les activités sportives sur glace, que ce soit le patinage artistique, le patinage synchronisé, le patinage de vitesse ou le hockey. Ces programmes enseignent les mouvements fondamentaux et les habiletés de base aux débutants de tous âges, à partir de 3 ans.

L'apprentissage s'effectue selon **le nouveau programme Patinage Plus** de Patinage Canada qui **maximise le mouvement, la vitesse et la flexibilité**. Les patineurs sont divisés en petits groupes (par âge et/ou niveau atteint). Le programme insiste sur le mouvement continu sur la glace, et ce, à l'aide de circuits, de parcours rapides, de périodes efficaces d'échauffement et de récupération.

L'enseignement est dispensé par deux ou trois entraîneurs professionnels. Ils sont aidés par plusieurs assistants de programme. Tous sont formés et qualifiés en début de saison, selon les exigences de Patinage Canada.

Évaluations

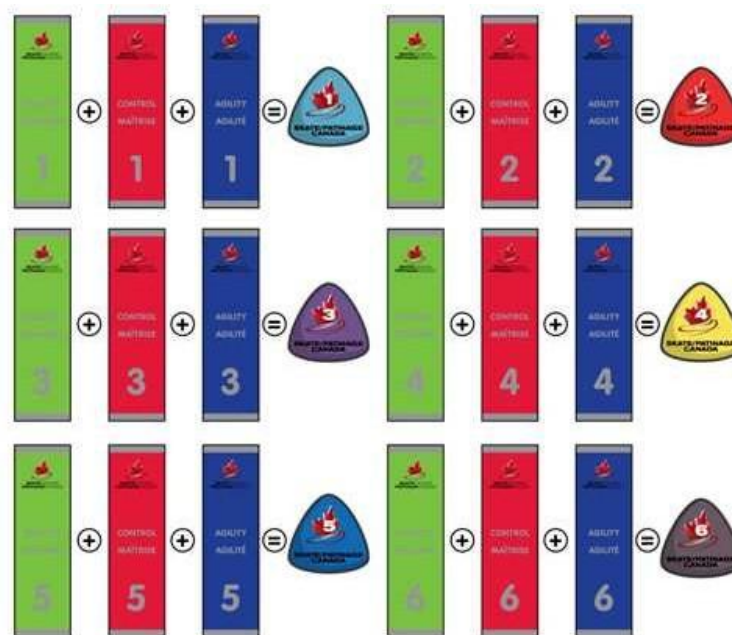
Pré Patinage Plus (Initiation pour les 3-5 ans)

L'objectif premier pour le patineur est de se tenir sur ses patins et de se relever seul. Le programme comprend 8 habiletés. Lorsqu'ils sont tous réussis, le patineur obtient son premier ruban. Un bulletin vous sera remis à ce moment. Par la suite, le patineur débutera le programme patinage plus, un programme d'apprentissage par circuit.

Patinage plus (5 ans et +)

Le programme est divisé en 6 étapes, du débutant au plus avancé. Chaque étape est composée de trois domaines que le patineur doit maîtriser pour obtenir l'écusson correspondant à l'étape. Les 3 domaines sont :

- ✓ Équilibre (rubans verts) – habiletés avant, techniques de poussées et courbes.
- ✓ Maîtrise (rubans rouges) – habiletés arrières, arrêt et vitesse.
- ✓ Agilité (rubans bleus) – virages et sauts.



Les patineurs en évaluation constante. Lorsque l'entraîneur constate que le patineur maîtrise plusieurs éléments du domaine, il sera évalué. Lorsque le patineur reçoit les 3 rubans d'une même étape, il obtient au même moment, son écusson.

Communication

Tous les messages importants vous seront acheminés par courriel. Nous les déposerons aussi sur notre site internet et sur notre page Facebook. N'hésitez pas à venir poser vos questions au bureau du club. Nous sommes là pour cela !

Équipement

Casque

- ✓ Selon la politique de Patinage Canada, le port du **casque de hockey homologué CSA** est **obligatoire**, peu importe l'âge du patineur, jusqu'à temps qu'il ait atteint l'étape 5 réussie. Le casque de vélo ainsi que le casque de ski sont interdits.
- ✓ Le suivi des écussons est appliqué rigoureusement et lorsque l'étape 5 est réussie, le patineur peut retirer son casque. L'entraîneur en charge des évaluations vous indiquera lorsqu'il sera possible de retirer le casque de votre enfant.
- ✓ L'utilisation d'une grille est laissée à la discrétion du parent.

Les patineurs n'ayant pas de casque réglementaire ne seront pas admis sur la patinoire.



Habillement

- ✓ Vêtements confortables qui permettent le mouvement. Chandail chaud, pantalons imperméables doublés pour les débutants, gant de laine, pas de jeans. Les protections pour les coudes et les genoux ne conviennent pas, car cela fait glisser l'enfant lorsqu'il tente de se relever.
- ✓ Le port de la jupe ou de la robe est laissé à la discrétion du parent.
- ✓ Nos entraîneurs utilisent des crayons comme outil pédagogique sur la patinoire pour dessiner les tracés. **Ils ne sont jamais complètement lavables. Éviter les couleurs pâles et prévoir les vêtements en conséquence.**

Patins

- ✓ Il n'y a aucun modèle particulier à acheter. L'important c'est que l'enfant soit en mesure de marcher aisément à l'extérieur de la patinoire avec ses patins sans que les chevilles versent d'un côté ou de l'autre. S'assurer qu'ils soient bien aiguisés, en cuir, non de type moulé ou ajustable. Un patin neuf a besoin d'un aiguisage avant d'être utilisé sur la patinoire.

- ✓ Pour prolonger l'efficacité de l'aiguillage des lames, le port de protège-lames est recommandé pour marcher en dehors de la patinoire. Avant de mettre les patins dans le sac de transport, sécher soigneusement les lames pour éviter qu'elles ne rouillent. Il existe des protège-lames en tissu, appelés « crevettes » qui recouvrent les lames. Ils permettent à la lame de continuer à sécher et protègent contre les coupures. Il n'est pas conseillé de ranger les patins avec les protège-lames en plastique. Ceux-ci conservent l'humidité et favorisent l'apparition de rouille sur les lames.
- ✓ **Pour attacher les patins de hockey :**
 - Serrer légèrement aux orteils et sur le dessus du pied
 - Bien serrer à la cheville et jusqu'en haut
- ✓ **Pour attacher les patins de filles :**
 - Serrer légèrement aux orteils et sur le dessus du pied
 - Bien serrer à la cheville et moins vers le haut de la bottine
 - Ne jamais attacher les lacets autour de la cheville. S'ils sont trop longs, repassez dans les œilletons ou coupez-les au bon endroit.

Il ne faut **jamais** faire enlever la première griffe à l'avant du patin, elle donne de l'équilibre.

Patins de bonne qualité



Patin dont la botte est rigide et lacée pour un support adéquat du pied et de la cheville.

Patins inadéquats



La botte est cassée à plusieurs endroits et ne soutiendra pas la cheville de l'enfant



Patin moulé ne pouvant pas être ajusté convenablement au pied et à la cheville de l'enfant

Consignes de sécurité et règlements

- ✓ Les patineurs doivent attendre l'autorisation d'un entraîneur avant d'entrer sur la patinoire. Il est **strictement interdit à un parent d'embarquer sur la patinoire en tout temps**, et ce, même si son enfant se blesse, car il n'est pas assuré. Tous nos entraîneurs possèdent leur cours de secourisme. Ils prendront les mesures nécessaires pour aider votre enfant. Au besoin, nous vous demanderons.
- ✓ La **présence d'un parent dans les estrades est requise pendant toute la séance**. Si vous devez vous absenter, même pour un court moment, vous devez aviser un bénévole et identifier votre enfant sur la patinoire.
- ✓ Il est **interdit aux parents de prendre leurs enfants dans les bras lorsque ceux-ci sont chaussés de patins**. Les patins de votre enfant seront à la hauteur du visage des autres enfants, ce qui pourrait provoquer des blessures.
- ✓ Nous vous demandons de **ne pas déranger votre enfant pendant le cours**, même s'il pleure. Notre personnel prendra en charge votre enfant. Ils sont habitués de gérer ce type de situation et cela facilitera aussi l'adaptation de votre enfant.
- ✓ En **aucun temps nous accepterons une intervention auprès de notre personnel** (assistants de programme ou entraîneurs) pendant la séance de patinage plus. Si vous avez des questions ou des commentaires, veuillez vous adresser aux bénévoles du club. Au besoin, une rencontre après la séance avec l'entraîneur responsable sera possible et/ou vous aurez un suivi de la part de nos bénévoles.

Calendrier des activités

Nous vous invitons à consulter le calendrier des activités sur notre site Internet sous l'onglet Événements. Les activités seront aussi indiquées sur la page Facebook du Club.

Journée de DÉFI, Mes Premiers Jeux (compétition)

Cette journée s'adresse spécifiquement aux patineurs du programme Patinage Plus. Elle a pour but de permettre aux patineurs inscrits de présenter leur potentiel dans un milieu divertissant. Il s'agit d'une belle première expérience !

Il y a deux catégories selon le niveau du patineur :

- ✓ Étape 2-3
- ✓ Étape 4-5

Les patineurs ne concourent pas les uns contre les autres pour un classement. Les récompenses sont décernées en fonction des normes de performances atteintes individuellement (Bronze, Argent ou Or).

- ✓ Il y aura des pratiques spécifiques pour les patineurs qui participent à cette activité.
- ✓ Chaque patineur est jumelé à une assistante de programme pour le guider et l'aider dans sa préparation.
- ✓ Les pratiques sont supervisées par les entraîneurs professionnels du club.

Réunion d'information en début de saison

Une rencontre aura lieu pendant le cours de votre enfant. La date vous sera confirmée sous peu.

Votre collaboration est précieuse pour le bon déroulement de notre programme.

Bonne saison à tous !

L'équipe du CPA Windsor