

ALLIANCE DES MONITEURS DE SKI DU CANADA

Certification de niveau 1

Guide du candidat

2024-2025

Le mandat de l'AMSC :

« L'AMSC établit la norme canadienne en enseignement du ski par le biais de programmes de formation et de certification novateurs, contribuant ainsi à la sécurité et à la croissance de l'industrie et au plaisir du ski pour tous et pour toutes. »

L'AMSC est un organisme reconnu comme étant une institution d'enseignement auprès du ministère du Développement des ressources humaines du Canada.

Table des matières



Introduction	Page 3
Horaire du programme	Page 4
Exemples de plans de leçons	Page 5
Enseignement aux enfants	Page 15
Cheminement de l'AMSC	Page 20
Questions de réflexion	Page 21
Lignes directrices pour l'évaluation	Page 22
Renseignements supplémentaires	Page 25
Code de conduite en montagne	Page 26
Formulaires d'évaluation	Page 27

Alliance des moniteurs de ski du Canada

© 2024 Tous droits réservés

401-8615, boulevard Saint-Laurent

Montréal (Québec) H2P 2M9

Canada

www.snowpro.com

Introduction



Bienvenue dans le monde de l'enseignement du ski. Une carrière enrichissante dans l'industrie du ski vous attend!

Le stage de certification de niveau 1 de l'AMSC est un ajout pertinent à votre passion pour le ski. Il vous aidera à acquérir des méthodes d'enseignement simples qui vous permettront de former des skieurs et des skieuses à vie.

Dans le cadre de ce programme, vous serez initié à des plans de leçons fondamentaux pour skieurs et skieuses de niveau débutant et intermédiaire, ainsi qu'à l'Approche canadienne de l'enseignement. Au cours du stage de niveau 1, des suggestions et des stratégies de développement à long terme vous seront présentées, et vous découvrirez les prochaines étapes du cheminement de la certification.

La certification pour moniteur de ski de niveau 1 est destinée à toute personne âgée de 14 ans ou plus qui est un skieur ou une skieuse parallèle compétent-e. Au cours du programme, vous serez exposé à une variété de terrain, de conditions de neige et d'occasions de mettre en pratique votre enseignement.

Le niveau 1 de l'AMSC est un préalable au niveau 2 de l'AMSC.

Grâce aux conseils de votre formateur·trice et aux échanges avec les autres participant·e-s, vous aurez l'occasion de vous familiariser avec les concepts ci-dessous.

Objectifs d'apprentissage :

- Rôle du professionnel de ski
- Enseignement sécuritaire – Sécurité, risque et responsabilité
- Enseignement aux enfants
- Planification des leçons
- La technique de ski canadienne – Les cinq habiletés

Référence :

Les manuels et documents pédagogiques et techniques de l'AMSC cités en référence dans ce document sont disponibles dans la [section Ressources](#) de snowpro.com.

Horaire du programme



Jour 1 (4,5h sur neige)	
AM	Amélioration du ski: un moyen de comprendre la technique de ski dans le cadre d'une expérience d'apprentissage amusante, sécuritaire et renouvelée.
	Principes d'enseignement <ul style="list-style-type: none"> - Rôle du professionnel de ski (amusant et stimulant, service à la clientèle, connaissance de votre station, organisation personnelle, etc.) - Compétences relationnelles (collaboration, écoute active, respect, création de relation, etc.) - Enseignement sécuritaire - Participation des élèves (pour le plaisir de tous et toutes) - Professionnalisme
	Sécurité (atténuation des risques)
	Technique de ski canadienne <ul style="list-style-type: none"> - Pourquoi peut-on changer de direction (équilibre et mouvements de rotation) - Comment peut-on changer de direction (les cinq habiletés en ski)
PM	Planification de leçon <ul style="list-style-type: none"> - Initiation à la planification de leçon et à une approche collaborative (première expérience débutant à intermédiaire)
	Technique de ski (les cinq habiletés)
	Participation des élèves
	Normes et critères d'évaluation <ul style="list-style-type: none"> - Révision des normes et des critères d'évaluation
FIN DE JOURNÉE	Devoirs: <ul style="list-style-type: none"> - Passer en revue les plans de leçons, les problèmes courants et les solutions à apporter - Répondre aux questions de réflexion du jour 1 (dans le Guide du candidat)

Jour 2 (4,5h sur neige)	
AM/PM	Participation de l'élève (facteur plaisir)
	Pratique de l'enseignement <ul style="list-style-type: none"> - Revue et discussion du Jour 1 - Les cinq habiletés et réflexions
	Sécurité (atténuation des risques)
	Analyse et développement <ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'il faut chercher. Démonstration des principes et observation d'élèves qui suivent une vraie leçon.
	Pratique de l'enseignement pour les candidat·e·s : plans de leçons et progression
	Pratique d'enseignement et compte rendu sur neige
FIN DE JOURNÉE	Rencontres individuelles
	Devoirs: Répondre aux questions de réflexion du Jour 2

Jour 3 (4,5h sur neige)	
AM/PM	Amélioration du ski <ul style="list-style-type: none"> - Revue et discussion de la pratique de l'enseignement du Jour 2 - Discussion à propos des réflexions du jour 2
	Sécurité (atténuation des risques)
	Enseignement aux enfants - Focus sur l'enseignement aux enfants
	Pratique d'enseignement - Enseignement aux enfants
	Amélioration de la technique / Révision
FIN DE JOURNÉE	Présentation des résultats

Exemples de plans de leçons



Veillez noter qu'il s'agit d'exemples de plans de leçons. Pour déterminer la meilleure façon de commencer, tenez compte des besoins de vos élèves. Voici quelques exemples de problèmes courants et de solutions.

Première expérience

Objectif : **Rencontrer, saluer et bouger! La relation commence avec vos élèves et des objectifs sont établis. Les élèves gagnent en confort et en mobilité sur les pistes.**

Terrain : Aussi plat que possible. La première rencontre peut avoir lieu à la boutique de location, au bureau de l'école de neige ou dans une salle de réunion.

Sécurité : Veillez à ce que les élèves soient habillés en fonction de la température. Évaluez leur condition physique et tenez compte des commentaires des parents au sujet des besoins de leurs enfants.

Facteur plaisir : De l'énergie et une belle attitude! Souriez, soyez authentique, apprenez à connaître vos élèves. Faites-les bouger. Ajustez le niveau d'intensité au niveau de la condition physique.

« Le temps que vous prenez pour saluer votre groupe, établir des objectifs et mettre les élèves à l'aise est la fondation sur laquelle le reste de votre leçon s'appuiera. Cette relation et cette confiance aideront vos élèves à acquérir l'assurance nécessaire pour essayer de nouvelles choses et persister dans l'apprentissage d'un nouveau sport. »

Principes fondamentaux

- Rencontre et salutations
- Confiance et assurance
- Familiarisation avec l'équipement
- Utilisation de toutes les articulations pour maintenir l'équilibre
- Ascension d'une petite pente
- Virage en toute sécurité pour glisser vers le bas

Exemples de plans de leçons :

1. Rencontrez et saluez vos élèves de façon dynamique. Soyez accessible et apprenez le nom de vos élèves.
2. Cherchez à savoir comment ils se sentent, soyez à l'écoute de leur appréhension.
3. Trouvez un lieu pour les initier à l'environnement et à l'équipement, puis commencez les exercices de mobilité.
4. Développez leur mobilité en les faisant marcher sur divers terrains, courir, poursuivre leurs copains...
5. Présentez l'équipement, comment l'enfiler et l'enlever.
6. Montrez comment tomber en toute sécurité et comment se relever.
7. Remontez la piste (latéralement et en ciseaux).
8. Commencez en position de départ afin de pouvoir démarrer la glisse en toute sécurité.

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS :

Peur et appréhension :

Analyse : Hésitants à essayer, ils ont l'air nerveux et peuvent avoir peur (chute, autres skieurs, etc.).
Les enfants peuvent pleurer ou refuser d'aller avec vous.

Développement : Soyez amical, ouvert et serviable pour établir la confiance.
Faites-leur comprendre qu'ils auront du plaisir. Tomber fait partie du jeu, et ce n'est pas grave!
Restez près d'eux pour les soutenir et les réconforter.
Descendez à la hauteur des yeux des enfants, retirez vos lunettes de ski, souriez, parlez de choses qui les intéressent.

Manque de mobilité :

Analyse : Difficulté à se déplacer, mouvements maladroits

Développement : Montrez-leur comment marcher du talon vers la pointe avec des bottes de ski ou comment piquer les talons ou les pointes dans une pente.
Faites-les sauter pour qu'ils fléchissent les bottes.
Faites bouger toutes les articulations. Utilisez des exemples de mouvements comme ceux utilisés au tennis, au basketball, etc.
Gardez le groupe actif afin que tous restent au chaud. Prenez des pauses au besoin.
Jouez à des jeux avec les enfants.

Difficulté à grimper une pente :

Analyse : Les skis glissent et ne mordent pas suffisamment.

Développement : Faites pivoter la cheville et le genou du ski extérieur vers l'intérieur pour que la carre du ski morde dans la neige.
Veillez à ce qu'ils comprennent l'effet de la « ligne de pente ».

Difficulté à effectuer un virage sur une pente :

Analyse : Hésitation ou absence de mouvements corrects pour adopter une bonne position afin d'effectuer un virage sur une pente

Développement : Virage de torero
Plusieurs petits pas pour mettre les skis en position chasse-neige.
Adoptez une approche pratique. Aidez les élèves à adopter la position accroupie *point de départ*.

Équipement :

Analyse : Mauvaise utilisation ou mauvais port de l'équipement, manipulation maladroite, apparence confuse, douleurs aux pieds à cause des bottes

Développement : Vérifiez que les bottes sont bien enfilées, le pantalon par-dessus les bottes et non à l'intérieur, etc.
Montrez comment enlever la neige qui se trouve sur les fixations et offrez votre aide au besoin.
Tout le monde n'a pas les moyens de se payer du bon équipement. Offrez vos recommandations avec gentillesse.
Montrez comment les fixations fonctionnent et comment y attacher et y détacher les bottes. Faites-les pratiquer...
Veillez à ce que les fixations soient bien adaptées aux bottes, mais n'ajustez pas vous-même les fixations.

Glisse en ligne droite

Objectif : Les élèves peuvent glisser et sentent qu'ils peuvent « lâcher prise ».

Environnement : Terrain plat ou légèrement incliné. Une pente concave ou légèrement ascendante au bas d'une pente est idéale.

Sécurité : Pensez à la vitesse que les élèves pourraient atteindre dans le cas où ils ne pourraient pas ralentir ou s'arrêter. Y a-t-il des dangers?

Facteur plaisir : Jusqu'où pouvez-vous glisser? À quelle vitesse pouvez-vous aller? Essayez sur un pied seulement! Sautez tout en glissant!

Principes fondamentaux

- Première sensation de glisse
- Utilisation de toutes les articulations pour maintenir l'équilibre
- Équilibre du pied

Mouvements

n/a
(utilisation de plusieurs mouvements des chevilles, des genoux et des hanches)
(chevilles fléchies, contact avec le tibia, avant du pied et talon)

Exemples de plans de leçons :

1. Montrez-leur comment adopter une position athlétique centrée avant de glisser et demandez-leur d'essayer.
2. Aidez-les à repérer des indices tels que le contact des tibias sur la langue des bottes ou la répartition d'un poids égal sur les deux jambes.
3. Pousser avec les bâtons pour commencer à glisser.
4. Maintenir une certaine flexion dans toutes les articulations afin de garder l'équilibre, regarder vers l'avant, les mains vers l'avant, les bras détendus.
5. Explorer l'amplitude des mouvements en utilisant les articulations.

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS :

Peur et appréhension :

Analyse : Hésitants à essayer, ils ont l'air nerveux et peuvent avoir peur (chute, autres skieurs, etc.).
Chute vers l'arrière lorsque les skis bougent.

Développement : Restez près d'eux pendant qu'ils essaient de glisser. Tendez la main ou descendez en chasse-neige à reculons devant eux.
Déplacez-vous vers un terrain plus plat.

Chutes :

Analyse : Position déséquilibrée, manque de flexion.

Développement : Mains sur les genoux pour une meilleure stabilité, pression des tibias sur les bottes. Essayez à skis.
Se tenir en équilibre sur les deux pieds, faire traîner les bâtons pour aider à maintenir l'équilibre.

Renseignements supplémentaires

La glisse est l'essence même du ski. Ne sous-estimez pas l'exaltation qu'éprouvera un élève à ce stade de la leçon.

Contrôle de la vitesse en chasse-neige

Objectif : Les élèves peuvent contrôler leur vitesse en toute confiance en position chasse-neige.

Environnement : Terrain plat à légèrement incliné. Une pente concave ou légèrement ascendante au bas d'une pente est idéale.

Sécurité : Pensez à la vitesse que les élèves pourraient atteindre s'ils ne réussissent pas. Y a-t-il des dangers (arbres, télésièges, personnes)?

Facteur plaisir : Feu rouge/feu vert, courses lentes, utiliser les ondulations, maintenir la vitesse

Principes fondamentaux

- Écarter les jambes
- Faire pivoter les jambes vers l'intérieur
- Mélanger les mouvements ci-dessus

Mouvements

- (abduction des jambes)
- (rotation interne des jambes)
- (unification pour lier les mouvements moteurs)

Exemples de plans de leçons :

1. Montrez les mouvements fondamentaux et le fonctionnement du chasse-neige.
2. Faites-les essayer sans skis. Un pied puis l'autre. Sauter en position chasse-neige
3. Enfiler les skis. Avec un léger déplacement vers l'avant, transformer les skis en chasse-neige.
4. Faites-leur essayer le chasse-neige dans une descente. Veillez à ce que le chemin soit libre.
5. Variez les exercices en ajoutant des jeux et des défis favorisant la rapidité et le contrôle.

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS :

Les spatules se croisent :

Analyse : Les spatules se touchent ou se croisent.

Développement : Écartez les jambes, descendez en ski à reculons et aidez-les. Utilisez un « Edgie-Wedgie ».
Baisser le bassin en écartant les jambes. Fournir l'effort musculaire pour maintenir le chasse-neige.

Les spatules s'éloignent l'une de l'autre

Analyse : Les spatules sont trop éloignées l'une de l'autre. Les jambes ne pivotent pas vers l'intérieur.
L'élève est trop penché vers l'arrière.

Développement : Montrez comment se tenir en équilibre sur l'intérieur de chaque pied.
Veillez à ce que l'élève fasse pivoter ses jambes vers l'intérieur, que ses chevilles soient pliées, et qu'il sente le contact de ses tibias sur les bottes.

Fatigue :

Analyse : Les élèves tombent plus régulièrement. Ils peuvent devenir frustrés.

Développement : Diminuez les remontées. Prenez des pauses.
Si vous pouvez le faire en toute sécurité, utilisez un téléski ou un tapis de remontée.
Recommandez une posture détendue. Le fait d'être tendu utilise plus d'énergie.

Changement de direction et enchaînement de virages chasse-neige

Objectif : Les élèves peuvent changer de direction comme ils veulent en position chasse-neige. Plus de contrôle veut dire plus d'enthousiasme!

Environnement : Pente douce avec de l'espace pour faire quelques virages. L'élan est un outil important ici.

Sécurité : Pensez aux endroits où les élèves pourraient se retrouver s'ils commettent une erreur. Y a-t-il des dangers (arbres, télésièges, personnes)?

Facteur plaisir : Slalom à l'aide de bâtons de ski, « Jacques a dit », le chat et la souris, caractéristiques de la pente. Utilisez un télésiège si vous le pouvez.

Principes fondamentaux

- Skis en chasse-neige
- Faire pivoter la jambe/le pied extérieur
- Se tenir en équilibre sur le ski intérieur
- Déplacement du centre d'équilibre

Mouvements

- (position de base du chasse-neige)
- (rotation interne du fémur)
- (diminution du poids sur le ski intérieur)
- (recentrage, flexion et extension des jambes)

Exemples de plans de leçons :

1. Mêmes principes fondamentaux que le chasse-neige en ligne droite. Maintenant, utiliser un côté plus que l'autre.
2. À partir de la position chasse-neige, faire pivoter le fémur du ski extérieur et diminuer le poids sur le ski intérieur. Se tenir en équilibre sur le pied extérieur lors du virage.
3. Essayez d'inverser la direction. Dans les deux cas, s'arrêter après le virage.
4. Faire varier la vitesse et la quantité de mouvement pour améliorer le contrôle.
5. Montrez comment recentrer et déplacer le centre d'équilibre du ski extérieur vers le ski intérieur en diminuant le poids sur le pied intérieur.
6. Glisser transversalement à la pente, la remonter et redresser le ski intérieur. Faire rouler la cheville extérieure et faire pivoter la jambe intérieure tout en conservant l'élan.

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS :

L'élève n'arrive pas à changer de direction, il reste penché vers la pente :

Analyse : Le centre d'équilibre se trouve sur le ski intérieur.

Développement : Montrez comment se tenir en équilibre sur le pied extérieur.

L'élève doit plier la cheville et le genou de la jambe extérieure, taper doucement le talon du ski intérieur et toucher le genou de la jambe extérieure.

L'élève n'arrive pas à changer de direction :

Analyse : Le ski extérieur dérape. L'angulation n'est pas assez importante.

Développement : Montrez comment se tenir en équilibre sur le côté intérieur du ski extérieur.

Faites marcher l'élève latéralement en montée pour qu'il sente le côté intérieur du ski extérieur. Il doit ensuite toucher le genou extérieur.

L'élève n'arrive pas à changer de direction :

Analyse : La carre du ski extérieur est trop fermement poussée contre la pente, ce qui trace une découpe prononcée dans la neige.

Développement : Posture étroite, redresser le ski extérieur.

Les virages ne s'enchaînent pas :

Analyse : L'élève n'arrive pas à amorcer un nouveau virage.

Développement : Pratiquer le mouvement de recentrage et le virage du ski intérieur.

L'élève doit se redresser sur les deux pieds et faire rouler la cheville extérieure vers l'intérieur.

Aucun contrôle de la forme des virages :

Analyse : Le haut du corps dirige le virage. Le ski extérieur ne mord pas.

Développement : Pratiquer la rotation de la jambe (rotation du fémur) et le roulement de la cheville du ski extérieur.

Faire pivoter la cuisse avec les mains (analogie du bouchon de bouteille). Se concentrer sur l'achèvement du virage.

Introduction aux virages parallèles

Objectif : Les élèves peuvent glisser en toute confiance à une vitesse suffisante qui les aide à maintenir l'équilibre du ski extérieur une fois passé la ligne de pente.

Environnement : Pente plus longue, verte ou bleue, permettant d'atteindre une vitesse moyenne. Tenez compte de la confiance et des capacités physiques de l'élève.

Sécurité : Restez à l'écart de la circulation ou soyez en synchronisation avec elle. Enseignez les responsabilités et les risques d'être en montagne.

Facteur plaisir : Exploration, virage sur un ski, « suivez-moi », caractéristiques du terrain et formes des virages

Principes fondamentaux

- Petit chasse-neige
- Vitesse plus rapide
- Changement de carre du ski intérieur

- Ajustement de la direction du ski intérieur
- Virage complet avec skis parallèles

Mouvements

- n/a
- n/a
- (diminution du poids sur le ski intérieur et roulement vers la carre opposée)
- (rotation du ski intérieur vers la jambe extérieure)
- n/a

Exemples de plans de leçons :

1. Gagner de la vitesse et effectuer des virages plus larges en chasse-neige sur une pente confortable.
2. Une fois passée la ligne de pente, diminuer le poids sur le ski intérieur afin de transférer le centre d'équilibre vers le ski extérieur.
3. Diminuer le poids sur le ski intérieur et le faire rouler pour passer à la carre opposée.
4. Selon les capacités de l'élève, travaillez sur la diminution du poids sur le pied intérieur et sur la rotation vers le haut de l'arc.
5. Veiller à ce que la vitesse et l'élan soient suffisants pour favoriser un bon équilibre.

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS :

Perte de vitesse :

Analyse : Les élèves n'arrivent pas à suffisamment incliner le ski intérieur pour que sa carre externe morde dans la neige. Le talon du ski intérieur accroche sur la neige. La position chasse-neige est trop large.

Développement : Choisissez un terrain plus plat. Recommandez une position chasse-neige moins large et une vitesse plus élevée.

Taper le talon du ski intérieur pour déplacer le centre d'équilibre vers le ski extérieur.

Jouez au jeu « suivez-moi » pour favoriser une forme de virage efficace.

Basculement intérieur :

Analyse : Les skis ne sont pas alignés. Le centre d'équilibre est sur le ski intérieur.

Développement : Montrez comment se tenir en équilibre sur le pied extérieur.

Toucher le genou extérieur des mains. Un des skis effectue un virage. Virages avion.

Aucun contrôle de la forme des virages :

Analyse : Le haut du corps dirige le virage. Le ski extérieur ne mord pas.

Développement : Pratiquer la rotation de la jambe et la rotation de la cheville du ski extérieur.

Faire pivoter la cuisse avec les mains. L'arche de la botte touche à la neige. Analogie du bouchon de bouteille. Faire traîner le bâton extérieur.

L'élève n'arrive pas à aligner ses skis :

Analyse : Le skieur se tient en équilibre sur son ski intérieur. Il est trop incliné vers l'intérieur.

Développement : Diminuer le poids sur le ski intérieur plus tôt dans le virage.

Virages ascendants, mouvement de pédalage à vélo, virage de type patin à roues alignées

Renseignements supplémentaires : Adopter une vitesse plus rapide sur une pente douce peut aider les élèves ayant de bonnes capacités physiques à naturellement réaligner le ski intérieur plus tard dans le virage. Encouragez l'élève dans cette direction et faites-le réfléchir à ce qui s'est passé (les skis sont maintenant sur les bonnes carres).

Planté du bâton

Ne s'applique que si vos élèves ont des bâtons. L'apprentissage du planté du bâton sera bénéfique pour le perfectionnement.

Objectif : Les élèves peuvent ajuster le moment du planté du bâton pour aider à maintenir leur équilibre et à enchaîner les virages.

Environnement : Pistes vertes et bleues. Enseignez le planté du bâton sur une pente où les élèves sont très à l'aise.

Sécurité : Les sangles des bâtons doivent être correctement ajustées pour protéger les pouces.

Facteur plaisir : L'arme secrète du ski

Principes fondamentaux

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Bras vers l'avant, légèrement sur le côté• Balancement du bâton extérieur à partir de l'avant-bras et du poignet• Le contact du bâton se fait au moment du changement de carre | Mouvements
n/a
n/a
n/a |
|--|--|

Exemples de plans de leçons :

1. Pratique sur place du balancement et du contact du bâton. N'utiliser que l'avant-bras et le poignet pour balancer le bâton. La partie supérieure du bras ne bouge pas.
2. Diminuer le poids sur le pied intérieur au moment du planté du bâton.
3. Pratiquer la séquence ci-dessus dans une traverse ou des pistes de chenilles.
4. Appliquer aux virages.

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS :

L'élève plante du mauvais côté :

Analyse : Planté intérieur

Développement : Expliquez qu'il faut planter le bâton extérieur.
Demandez aux élèves de vous suivre et d'imiter ce que vous faites.

Mauvaise synchronisation :

Analyse : Le planté n'est pas effectué au moment du changement de carre.

Développement : Synchroniser le balancement du bâton avec le mouvement de redressement du corps (extension des jambes).
Virages sur un ski, virages ascendants

Perte de séparation et d'équilibre :

Analyse : Le haut du corps pivote lors du balancement du bâton. La main ou le bras intérieur tombe vers l'arrière.

Développement : Balancer le bâton à l'aide de l'avant-bras et du poignet seulement. Ne pas utiliser la partie supérieure du bras.
Maintenir/pousser la main vers l'avant après avoir planté le bâton. Garder les mains en vue. Planté des deux bâtons.

Renseignements supplémentaires :

- Le planté du bâton est une étape nécessaire à la progression vers un niveau de ski avancé. Il améliore l'équilibre en créant une base de soutien plus large, aide la synchronisation, stabilise le haut du corps et ajoute à la force de rotation dans les jambes.
- Le planté du bâton peut être enseigné avant ou après les virages parallèles.
- Veillez à ce que les élèves sachent enfiler correctement les sangles des bâtons.

Enchaînement de virages parallèles

Objectif : Les élèves skient avec plus d'agilité et d'efficacité en inclinant les deux skis en même temps.

Environnement : Pistes vertes et bleues. Tenez compte de la confiance et des capacités physiques de l'élève. Les rouleaux convexes aident à amorcer les virages.

Sécurité : Restez à l'écart de la circulation ou soyez en synchronisation avec elle. Enseignez les responsabilités et les risques d'être en montagne.

Facteur plaisir : Exploration, virage sur un ski, « suivez-moi », caractéristiques du terrain et formes des virages, augmentation de la vitesse.

Principes fondamentaux

- Vitesse légèrement plus rapide
- Déplacez le CM au travers de la BS

- Changement de carre simultané
- Mise en équilibre sur le ski extérieur (séparation, angulation)

Mouvements

n/a
(légère flexion du genou extérieur pour commencer le basculement)
(roulement de la cheville vers l'intérieur)
(rotation des fémurs, roulement du pied vers l'intérieur)

Exemples de plans de leçons :

1. Commencer à la fin du virage précédent.
2. Plier légèrement le genou extérieur pour amorcer le basculement du CM sur la BS.
3. Les deux carres se libèrent simultanément de leur emprise alors que le CM passe le centre de la BS.
4. Intégrer la rotation des jambes afin de favoriser l'équilibre sur le ski extérieur.
5. Se tenir en équilibre sur le ski extérieur tout au long du virage en mettant le moins de poids possible sur le ski intérieur.
6. Augmenter l'angle de la carre, en ajustement la séparation et l'angulation de façon à contrôler la direction et la vitesse.

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS :

Manque de vitesse :

Analyse : Les élèves ne vont pas assez vite pour effectuer un virage parallèle.

Développement: Choisissez un terrain plus plat pour favoriser un ski plus rapide.

Demandez aux élèves de vous suivre. Effectuez de plus grands virages.

Transfert tardif du centre d'équilibre :

Analyse : L'élève est en position demi-chasse-neige. Le CM ne se soulève pas au début du virage.

Développement: Diminuer le poids sur le ski intérieur afin de transférer le centre d'équilibre plus tôt dans le virage (au début du virage).

Virages sur un ski, laisser traîner le bâton intérieur, petites bosses ou bordure de piste.

Les deux carres ne se libèrent pas simultanément :

Analyse : Demi-chasse-neige, mouvements séquentiels des pieds

Développement: Pratiquer le changement de carre simultané

Dérapages latéraux par intermittence, concentration sur le relâchement du ski extérieur, utilisation d'un terrain convexe, virages de type patins à roues alignées sur terrain plat.

Aucun contrôle de la forme et de la vitesse du virage :

Analyse : Le haut du corps mène le virage.

Développement: Pratiquer la rotation des jambes.

Exercices de rotation des jambes, arrêts de hockey, dérapages diagonaux.

Renseignements supplémentaires :

- La vitesse est importante. Il est très difficile de faire changer la direction des skis simultanément à basse vitesse.
- Le planté du bâton peut aider à libérer les deux carres. Il aide à la synchronisation et à l'équilibre (transfert du poids vers le nouveau ski extérieur), et il améliore l'effort de virage interne (point de contact avec le sol).

* CM = Centre de masse; * BS = Base de support

Première expérience de ski *switch*

Objectif: Les élèves peuvent skier en *switch* en toute confiance et de façon sécuritaire sur les pistes vertes.

Environnement: Piste verte légère inclinaison sur le côté où les skieurs peuvent passer.

Sécurité: Faites connaissance avec votre apprenant·e – capacité physique, préparation psychologique, niveau d'aptitude, conditions d'enneigement, luminosité

Facteur plaisir: Le ski en *switch*!

Principes fondamentaux

Perception visuelle
Contrôle de la pression
Contrôle rotationnel
Contrôle des carres

Mouvements

(regarder par-dessus l'épaule extérieure)
(utiliser les chevilles, genoux et hanches pour maintenir le CM au-dessus de la BS)
(rotation de la tête, des épaules et de la colonne ; rotation de la jambe extérieure)
(angulation chevilles, genoux, hanches)

Exemple de plan de leçon:

1. Sur une pente douce, exécuter un arrêt en chasse-neige *switch* en regardant par-dessus l'épaule. Trouver quelle épaule est la plus confortable (utile pour les rampes de glisse 360 etc.)
2. Exécuter un virage chasse-neige *switch* en regardant par-dessus l'épaule extérieure. Observer la direction et le contrôle de la vitesse.
3. Enchaîner les virages en chasse-neige *switch* en regardant par-dessus l'épaule extérieure. Favoriser l'équilibre et l'adhérence sur le ski extérieur.
4. Progresser vers le parallèle de façon appropriée (en travaillant à partir du bas de la courbe).
5. Ajuster la vitesse et la forme de virage en *switch* pour plus de confort et d'agilité.

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS :

Manque de contrôle dans la forme des virages/ vitesse

Analyse: Le corps penche vers l'avant et /ou vers le haut de la pente. Peut s'arrêter facilement mais perd l'habileté à maintenir l'équilibre et le contrôle dans un virage.

Développement: Faites faire des arrêts chasse-neige aux élèves et un saut à partir d'une position d'arrêt ou de petits sauts pendant le virage *switch* pour maintenir l'équilibre.
Ajouter la flexion dans les articulations pour maintenir l'équilibre et la pression au-dessus des pieds (sans pencher vers l'avant de la botte.)

Incapacité à enchaîner des virages

Analyse: Les élèves ne regardent pas au-dessus de l'épaule extérieure. Les mains sont en avant du corps et non sur le côté.

Développement: Faites en sorte que les élèves tournent la tête, les mains, les jambes et les épaules en même temps, alors qu'ils initient le virage.
Servez-vous de l'analogie de la corde ("string analogy") – Imaginez qu'il y a une corde attachée de la spatule du ski extérieur à la main extérieure.
Regardez au-dessus de l'épaule extérieure et tirez la corde vers le bas de la pente pour aider à effectuer un virage.
Pratiquez le synchronisme du moment où il faut changer de main.

Perte d'adhérence et d'équilibre

Analyse: Les élèves ne font que des formes étroites de virage ou font des virages avec un gros chasse-neige. L'intérieur des spatules des skis reste pris dans la neige.

Développement: Favoriser l'angulation vers l'extérieur pour obtenir plus d'adhérence et d'équilibre. Touchez la botte extérieure en tournant.
Demandez aux élèves de vous suivre pour favoriser des virages plus arrondis. L'adhérence et l'équilibre sur le ski extérieur aideront à mettre les skis en parallèle.

Renseignements supplémentaires: *CM = Centre de masse, * BS = Base de support

Première expérience – Saut

Objectif : Les élèves peuvent sauter en toute confiance sur de petits sauts à l'intérieur et à l'extérieur du parc.

Environnement : Piste verte, sauts sur le côté de la piste et petits modules de sauts dans le parc

Sécurité : Faites connaissance avec votre apprenant·e – capacité physique, préparation psychologique, niveau d'aptitude, conditions d'enneigement, luminosité, achalandage

Facteur plaisir : La liberté de quitter le sol!

Principes fondamentaux

Mouvements

À l'approche	(prévoir une zone de départ pour éviter de contrôler la vitesse)
Synchronisation du mouvement	(utilisation de toutes les articulations pour synchroniser le décollage avec la crête du tremplin)
Décollage adéquat	(extension de toutes les articulations)
Contrôle dans les airs (prise)	(la BS s'approche du CM)
Atterrissage	(flexion de toutes les articulations pour un atterrissage en douceur)
Marier les mouvements en fonction des modules	(consolider la suite de mouvements)

Exemples de plans de leçons :

1. S'exercer à sauter sur place pour explorer le mouvement des articulations.
2. S'exercer à sauter pendant la trajectoire perpendiculaire à la pente.
3. Sauter par-dessus un bâton de ski ou une ligne dans la neige.
4. Sauter en utilisant un petit module naturel, se concentrer sur une approche lente et un décollage puissant.
5. Sauter sur un petit module du parc.

Ce qu'il faut rechercher:

Une approche lente et en position basse	Un décollage puissant	Une vitesse d'atterrissage plus grande
---	-----------------------	--

PROBLÈMES COURANTS ET SOLUTIONS:

Le saut est déséquilibré

Analyse : Les skis ne sont pas au même niveau dans les airs. Les bras ou les jambes s'agitent dans les airs. Un manque de contrôle pour sauter en hauteur ou atterrir en douceur.

Développement : Utiliser un creux entre les bosses ou se plonger dans la neige où les spatules et les talons se touchent et où les skis sont chargés comme un trampoline pour y sauter. Pratiquer l'extension de la cheville, puis du genou, puis de la hanche.

L'élève peut dire si son mouvement est inadéquat ou disproportionné, s'il peut sauter facilement ou s'il glisse en avant ou en arrière. Skiez à côté de l'élève et indiquez-lui si les spatules ou les talons sont hauts lorsqu'il saute.

Mauvaise synchronisation du décollage

Analyse : L'élève manque d'équilibre dans les airs. L'élève ne monte pas haut dans les airs. L'atterrissage est en position de recul et déséquilibré.

Développement : Trouver une petite crête ou un petit module. Entrer sur le saut très lentement afin de pouvoir remonter la crête et d'atterrir dans la direction d'où vous venez. Amener l'élève à ressentir la charge des skis au sommet de la crête. Compter pour aider l'élève à comprendre quand charger ses skis et quand décoller. 1..2... (charger les skis) 3... (décoller).

L'élève effectue un atterrissage trop long ou trop court.

Analyse : Vitesse trop ou pas assez élevée pour sauter.

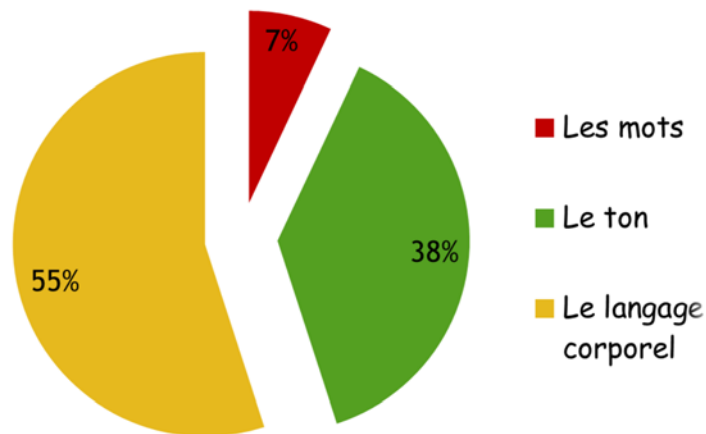
Développement : Guider l'élève vers le tremplin à la vitesse adaptée à sa force et à sa taille. Avec votre bâton de ski, faites une marque dans la neige à l'endroit où l'élève doit s'arrêter et amorcer le saut. Amener l'élève à reconnaître et à vous indiquer le bon endroit pour effectuer une approche directe vers le tremplin.



Fatigué... Excité... Inconfortable...
Nerveux... Fâché... Heureux... Énergique...
Bon caractère... Plein d'espoir... A faim... A froid...
Effrayé... Las... Triste... Peu de confiance en soi... Appréhensif...
L'âge... L'équipement... Problèmes de vêtements... Barrière linguistique...

À l'approche d'un enfant, rappelez-vous de l'iceberg. Les apparences ne reflètent pas toujours ce qui se cache sous la surface. Les mots listés ci-dessus représentent des sentiments ou des problématiques que les enfants peuvent vivre en venant à l'école de ski.

Types de communication



Ce graphique démontre la prévalence du langage corporel et du ton sur les mots. Rappelez-vous qu'avant même votre première conversation avec les enfants, ils se sont déjà formé une idée de votre personnalité et du type de relation qu'ils désirent entretenir avec vous. Cette connaissance vous sera utile lorsque vous serez confronté à une situation difficile. Votre façon de livrer le message en dit plus long que vous ne croyez!

Reconnaître les sentiments : Écouter pour comprendre

Il nous arrive souvent de voir des enfants et des parents montrer des signes de communication non-verbale qui laissent paraître un malaise ou une inquiétude.

Cela peut se traduire par des larmes, par le fait de regarder dans une autre direction, de s'accrocher aux parents, de se raidir et de faire une scène. Reconnaissez ces signaux et initiez le processus de communication immédiatement! Gérer la situation de façon proactive plutôt que de façon réactive, vous permettra de gagner la confiance des enfants et des parents.

À noter que la reconnaissance des sentiments n'implique pas de résolution de problème. Très souvent, les gens n'ont pas besoin de résoudre leur problème; ils ne recherchent simplement qu'à être écouté et compris.

Voici quelques tactiques à essayer:

- Identifiez les sentiments de l'enfant.
Demandez pourquoi? Utilisez des questions ouvertes. « Tu as l'air frustré, peux-tu me dire pourquoi? »
- Mettez des mots sur les sentiments.
«On dirait que tu es frustré..., cela doit te mettre en colère...»
- Reconnaissez les sentiments de l'enfant avec un son ou un mot. « Hmm...oui... »
Encouragez-les à continuer, mais vous n'êtes pas toujours obligé d'avoir quelque chose à dire. Le silence est parfois la meilleure option. Conservez un langage corporel calme.
- À défaut de pouvoir offrir quelque chose de concret à l'enfant, faites preuve d'imagination. Utilisez l'humour! «Ce serait fantastique si on pouvait avoir du chocolat chaud dans la remontée...» ou «J'aimerais bien pouvoir voler jusqu'en haut»
- Acceptez les sentiments de l'enfant, au moment même de freiner un comportement inacceptable.
«Benoit, je vois que tu es très fâché que Martin soit passé sur tes skis. Toutefois, on ne peut pas frapper les autres. »

Techniques pour une écoute efficace

1. Corps ouvert – Bras et jambes décroisés, contact visuel
2. Reformuler – « Donc ce que tu me dis est que... »
3. Écrire

Favoriser l'entraide

Servez-vous des habiletés ci-dessous pour éviter les comportements négatifs ou encourager la participation. Dans l'espace vide, donnez un exemple d'affirmation cadrant dans le type de communication décrit, selon la situation suggérée :

1. Décrivez la situation (et ce que vous aimeriez qui se passe)

Ex : «Je vois des skis partout...peut-être devrions-nous les ramasser»

Vous remarquez : Les enfants ne skient pas en ligne derrière vous.

Réponse : Je vois des enfants partout sur la piste! Essayons de demeurer en ligne.

2. Donnez de l'information

Ex : «Lorsque nous enlevons nos gants, nos mains gèlent. »

Vous remarquez : Un de vos élèves s'assoit constamment au milieu de la piste.

Réponse : Attention Sara, si tu t'assois ici, quelqu'un risque de te frapper avec ses skis.

3. Utiliser des mots-mémoire

Ex : «Derrière et en bas » ou «Fouille! »

Vous remarquez : Un enfant s'éloigne souvent du groupe.

Réponse : "Tout le monde ensemble svp" ou "Près de moi svp"

4. Offrez des possibilités

Ex : «Sur quel crochet voulez-vous mettre votre manteau? »

Vous remarquez : Arrivé au chalet pour dîner, vous voulez que les jeunes placent leurs skis.

Réponse : "Voulez-vous utiliser ce support à ski-ci ou celui-là?"

5. Servez-vous de l'humour

Ex : «Si tu ne remets pas ton dossard, je ne saurai pas qui tu es et il se pourrait que je t'appelle par un mauvais nom pour le reste de la journée».

Vous remarquez : Vous voulez que tout le monde demeure assis pour le dîner.

Réponse : "Je crois que je vais devoir coller ton derrière sur la chaise!"

6. Messages au «Je »

Le « Je »: Mettez l'accent sur vous plutôt que sur l'enfant.

Cela aidera l'enfant à se concentrer sur la façon dont on reçoit ses actions et cela lui montrera à communiquer ses émotions de façon respectueuse.

Cela encourage aussi l'enfant à respecter les sentiments et les droits des autres.

Le «Tu»: accable, blâme, irrite, crée une distance, décourage l'entraide et fait baisser l'estime de soi.

i.e. "Quand je vois nos skis éparpillés comme ça, j'ai peur que quelqu'un trébuche et se blesse".

Vous remarquez : Un enfant a freiné dangereusement près du groupe.

Lorsque je vois (comportement) _____ A: "un arrêt aussi près du groupe" _____

Je me sens ... (sentiment) _____ A: "inquiet" _____

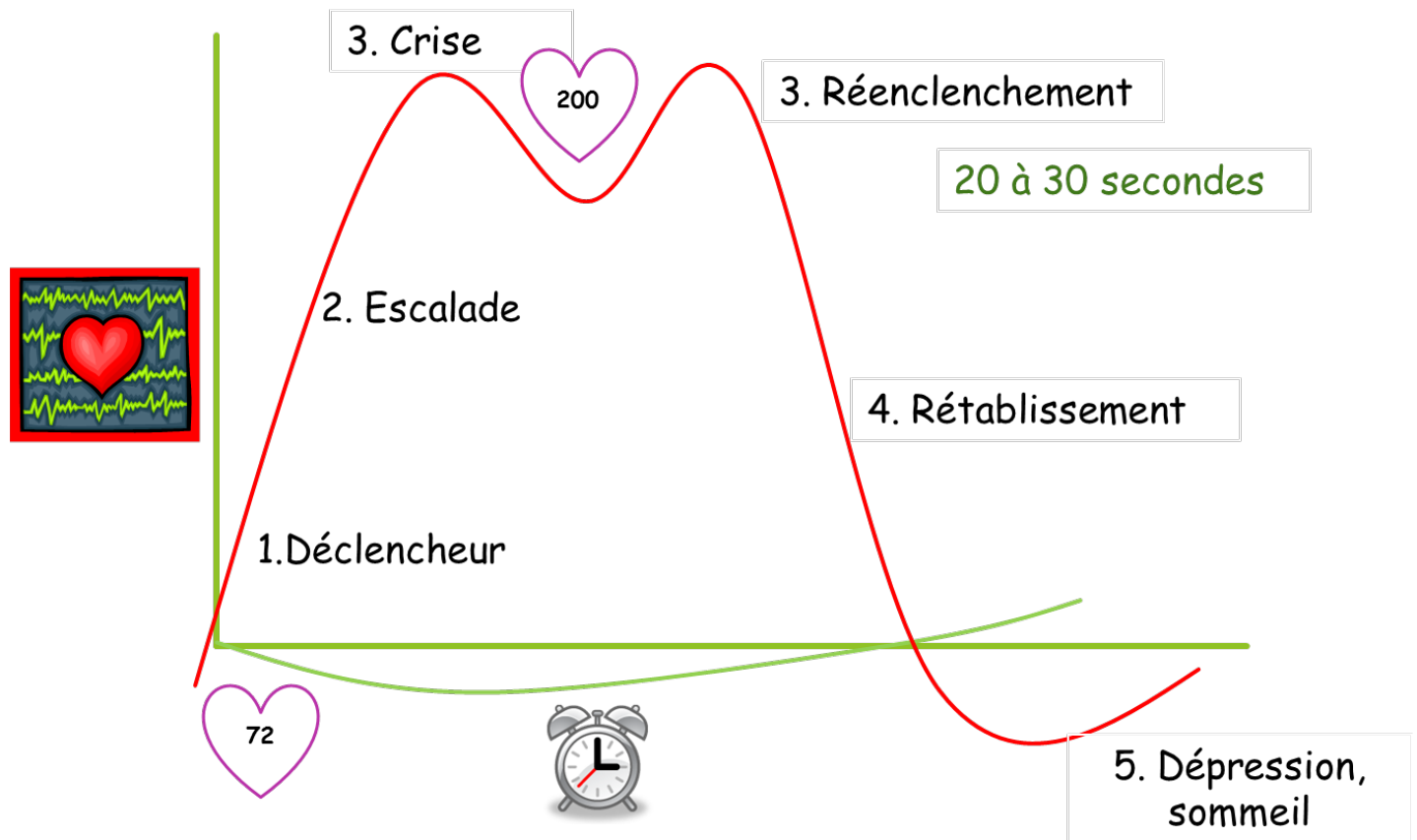
Parce que ...(explication) _____ A: "quelqu'un pourrait se faire très mal s'il y a un accident".__

Maîtriser la colère

La colère est une réaction physiologique à un stimulus ou à un événement qui provoque un sentiment de menace, de peur, de frustration, d'humiliation etc. chez une personne.

En règle générale, un événement vient déclencher le reste du cycle des émotions. Vous vous sentez menacé (émotivement, mentalement, ou physiquement) à un certain niveau et votre système physiologique se prépare à recevoir la menace.

Expliquez le **cycle des émotions** en passant en revue les différentes étapes, en s'appuyant sur des exemples.



1 Déclencheur – Préparation au combat ou à la fuite, le sang s'amasse aux extrémités. Déjà, le cycle est enclenché et devra compléter toutes les étapes. Notre niveau de compréhension du cycle déterminera la durée de la colère chez l'enfant.

2 Escalade – Le corps relâche de l'adrénaline, le rythme cardiaque augmente, la respiration s'accélère, les muscles se tendent, la voix devient plus forte et le ton devient plus aigu. Certains enfants peuvent s'enfuir, bougeront rapidement et/ou donneront des coups de pied.

3 Crise – L'adrénaline est à son maximum, la pression sanguine est très élevée, tout le sang a quitté le lobe frontal du cerveau, là où la raison est située. La capacité décisionnelle est compromise et les paroles peuvent dépasser la pensée. Cette phase dure de 20 à 30 secondes, mais la personne peut être réenclenchée à répétition, à cause de déclencheurs internes (un souvenir) ou externes (un événement).

4 Rétablissement – La pression sanguine diminue, l'écoute et la compréhension refont surface, la respiration redevient régulière et les muscles se relâchent. À cette étape-ci, nous avons écouté afin de comprendre et c'est à notre tour de parler pour être compris.

5 Dépression – Souvent, chez les jeunes enfants, une crise de larme sera suivie du sommeil. Chez les enfants plus vieux, la tristesse ou la honte pourra être observée et leur énergie sera épuisée.

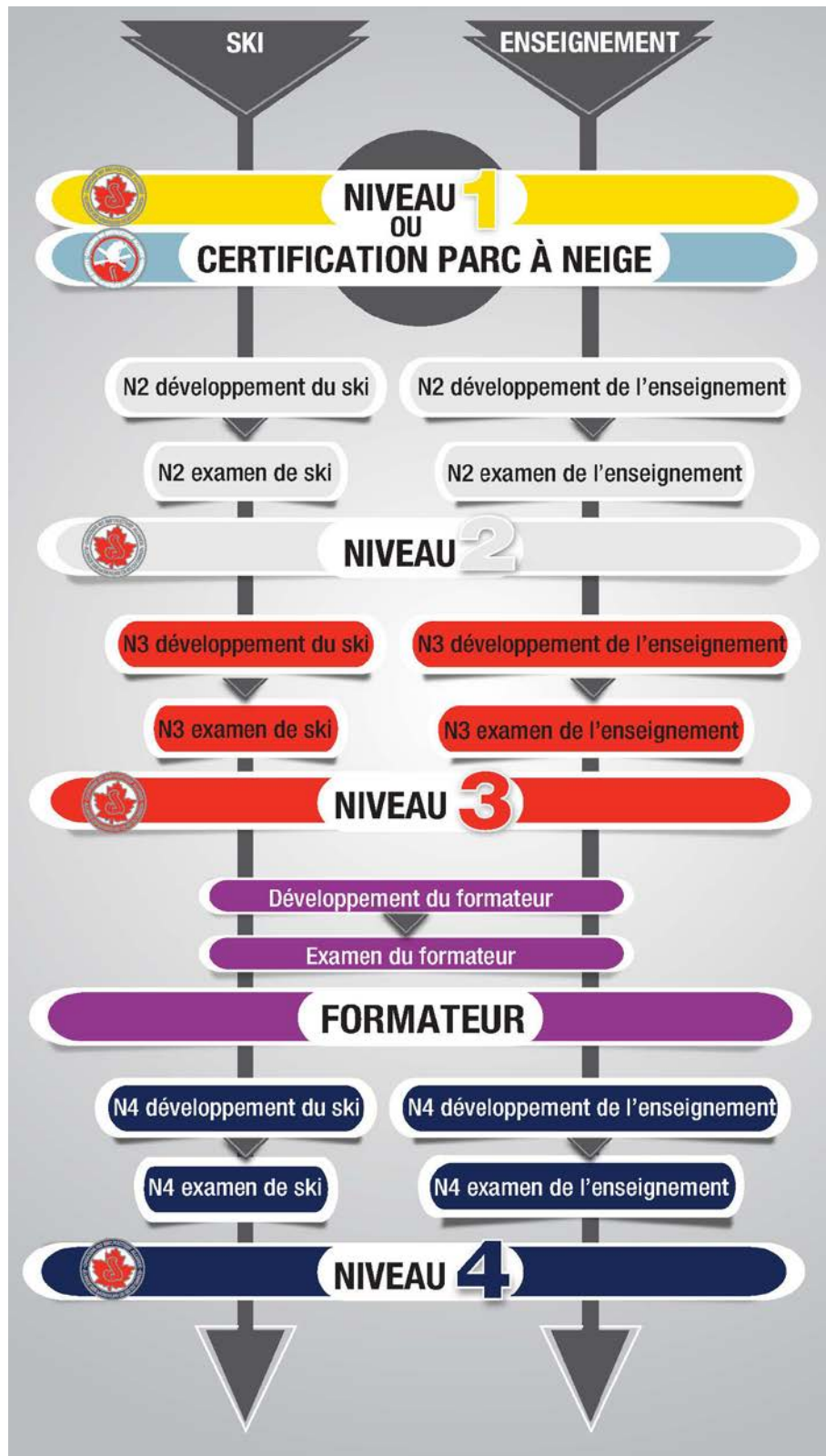
La meilleure façon d'agir avec quelqu'un en colère est d'abord de leur laisser de l'espace et de reconnaître ses sentiments en attendant le retour au calme. Il est facile de devenir en colère à son tour. Essayez d'abord d'écouter pour comprendre, et ensuite de parler pour être compris, en utilisant les techniques décrites précédemment.

Si la situation devient incontrôlable, demandez l'aide d'un collègue ou d'un superviseur.

Un exemple :

Annie (6 ans) n'a pas skié depuis quelques semaines. Elle revient avec de nouveaux skis plus longs et 10 cm de neige humide est tombée. (1) Elle avait l'habitude d'être au-devant du groupe mais ce matin, elle traîne derrière et est tombée à répétition. (2) Elle tombe à nouveau et ses skis se décrochent. (3) Elle se lève en criant et pleurant, lance ses skis et se met à descendre la pente à pied. Vous essayez de prendre son bras et de la remettre sur ses skis (4) mais elle se met à crier dans votre direction, tente de vous donner un coup de pied et continue à marcher. (5) Elle s'assoie finalement dans la neige, toujours en pleurs mais vous réussissez à lui parler d'une voix calme et à cerner le problème. (6) Elle est triste et a besoin de prendre le temps de décompresser avec vous à l'heure du dîner.

Cheminement de certification



Questions de réflexion



Jour 1

Parmi les activités d'apprentissage auxquelles vous avez participées aujourd'hui, lesquelles vous ont le plus aidé à apprendre? Pourquoi?

Quelles activités aimeriez-vous essayer lorsque vous enseignerez? Pourquoi?

Avez-vous une question pour laquelle vous avez besoin d'une réponse au sujet de ce qui a été présenté aujourd'hui?

Jour 2

Dans votre pratique d'enseignement aujourd'hui, qu'est-ce qui s'est bien passé pour vous?

Au cours de votre pratique d'enseignement aujourd'hui, y a-t-il quelque chose qui vous a posé problème? Si oui, quoi?

Que pourriez-vous faire différemment demain pour éviter ou surmonter cette difficulté?

Lignes directrices pour l'évaluation



Les candidat·e·s sont évalués sur leurs compétences en ski et en enseignement, ainsi que sur leur participation sur et hors neige. L'évaluation est fondée sur une évaluation continue se déroulant durant toute la durée du programme.

Le volet « Ski » est évalué en fonction de la capacité du/de la candidat·e à effectuer des démonstrations dans le cadre d'une variété d'occasions d'enseignement pratique, ainsi que les aptitudes de ski du/de la candidat·e.

Les aptitudes de ski du candidat ou de la candidate sont évaluées sur des pentes vertes et bleues, en situation de ski parallèle et en chasse-neige, en utilisant une variété de formes de virages et de vitesses. Dans certains cas, une pente plus abrupte et des vitesses plus rapides peuvent être utilisées pour enseigner et consolider les fondements du ski.

Les compétences en enseignement sont évaluées au cours des occasions d'enseignement pratique du candidat ainsi qu'en fonction de sa participation et de son professionnalisme tout au long du stage.

Les critères de performance des volets enseignement et ski sont décrits à la page suivante.

Les résultats des volets « Enseignement » et « Ski » se fondent sur deux facteurs :

1. On s'attend à ce que la norme pour chaque critère soit atteinte « la plupart du temps », soit environ 70 % du temps.
2. Les éléments suivants sont utilisés pour décrire le niveau de compréhension démontré par le/la candidat·e :

SA	Le/la candidat·e <i>satisfait aux attentes</i> pour cet aspect.
BA	Le/la candidat·e a <i>besoin de s'améliorer</i> pour cet aspect.
Se rappelle	Le/la candidat·e <i>se rappelle</i> le concept présenté lors du stage et dans les ressources fournies.
Repère	Le/la candidat·e est capable de <i>repérer</i> le concept enseigné et utilisé lors des démonstrations.
Utilise	Le/la candidat·e sait <i>utiliser</i> le concept dans des scénarios d'enseignement et lorsqu'il skie.
Adapte	Le/la candidat·e sait efficacement <i>adapter</i> le concept en fonction des situations rencontrées.

Voir le formulaire d'évaluation pour plus de détails.

ÉVALUATION DU VOLET ENSEIGNEMENT – Critères de performance

ENSEIGNEMENT
Enseignement sécuritaire : <ul style="list-style-type: none">- Repère les méthodes d'organisation des élèves pour des remontées en télésiège sécuritaires.- Utilise des endroits sécuritaires pour s'arrêter avec le groupe.- Utilise les considérations de sécurité dans le choix des pentes.
Compétences professionnelles : <ul style="list-style-type: none">- Utilise des interactions positives avec les autres participant·e·s.- Utilise une communication claire.- Utilise des actions démontrant la prise de responsabilité de son propre apprentissage.
Enseignement aux enfants : <ul style="list-style-type: none">- Repère les approches pédagogiques favorisant la participation des enfants.- Repère les tactiques de gestion de classe pour les enfants.- Se rappelle des différences cognitives/physiques fondamentales relatives à chacun des groupes d'âge.
Mise en œuvre des leçons : <ul style="list-style-type: none">- Utilise le plan de leçon élémentaire.- Repère les principes fondamentaux de l'objectif d'une leçon.- Utilise les approches de développement de base.- Repère le choix de terrain approprié pour favoriser l'apprentissage.

ÉVALUATION DU VOLET SKI – Critères de performance

SKI
Démonstrations dans le cadre des leçons : <ul style="list-style-type: none">- Utilise la mobilité.- Utilise la glisse.- Utilise le contrôle de la vitesse.- Utilise le changement de direction.
Aptitudes de ski du/ de la candidat·e: <ul style="list-style-type: none">- Maintient l'équilibre.- Utilise les mouvements de contrôle de la rotation pour l'indépendance entre le haut et le bas du corps.- Utilise les carres pour adhérer à la neige.- Utilise la pression pour atteindre l'équilibre et diriger les forces.- Démontre une coordination des mouvements.

REPRISE DE L'EXAMEN SUR LES VOLETS « SKI » ET « ENSEIGNEMENT »

Les candidat-e-s qui échouent le volet ski, le volet enseignement, *ou* les deux volets peuvent demander à être réévalués pour la ou les parties échouées à l'intérieur d'un délai de deux ans (730 jours) à compter de la date du stage. Après cette période, le cours complet doit être repris.

Reprise de l'examen de ski, jours 1 et 2 (résultats fournis après le jour 2 pour les participant-e-s à la reprise de l'examen). Reprise de l'examen d'enseignement, jours 2 et 3.



Contenu du stage

Durée :	
- 3 jours, total de 17 heures, incluant les modules d'évaluation et d'apprentissage en ligne	
Lecture obligatoire :	
- L'Enseignement du ski au Canada (Le commencement)	
- Approche canadienne de l'enseignement	
- Les plans de leçons	
- L'enseignement aux enfants dans le guide du/ de la candidat-e	
- Visionner la vidéo sur les cinq habiletés sur YouTube.	
	3heures
À l'extérieur :	
- Amélioration de la technique et développement des habiletés	
- Modélisation des plans de leçons et de la progression	
- Plan de leçon et pratique d'enseignement	
- Techniques d'enseignement spécifiques à l'âge des enfants	
- Revue des critères d'évaluation et des normes	
- Introduction à l'AMSC, prochaines étapes et avenir dans l'enseignement du ski	
- Planification du développement individuel	
- Compte rendu de groupe	
	14 heures
TOTAL :	17 heures

LE CODE DE CONDUITE en montagne



RESPECTEZ-LE!

manège .ski
ASSOCIATION DES STATIONS DE SKI DU QUÉBEC

Québec 
education.gouv.qc.ca

Certification de niveau 1 - Formulaire d'évaluation

RÉSULTAT FINAL

BA / SA

Lieu: _____

Date: _____

ENSEIGNEMENT: BA / SA

SKI: BA / SA

Pendant qu'il/qu'elle enseigne et skie, _____
Nom du/de la candidat-e # de membre

Formateur-trice: _____

ENSEIGNEMENT					SKI									
BA	Se rappelle	Repère	Utilise	ENSEIGNEMENT SÉCURITAIRE 3/3	BA	Se rappelle	Repère	Utilise	COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES 3/3	BA	Repère	Utilise	Adapte	DÉMONSTRATIONS DANS LE CADRE DES LEÇONS 3/4
				Organise et prépare les élèves à utiliser les remontées sécuritairement.					Les interactions positives avec les participant-e-s.					Mobilité
				Les endroits sécuritaires pour s'arrêter avec le groupe.					Communication claire					Glisse
				Les considérations de sécurité dans le choix du terrain utilisé.					Démontre des actions responsables sur son propre apprentissage.					Contrôle de la vitesse
														Changement de direction

ENSEIGNEMENT					SKI									
BA	Se rappelle	Repère	Utilise	ENSEIGNEMENT AUX ENFANTS 3/3	BA	Se rappelle	Repère	Utilise	DÉROULEMENT DES LEÇONS 3/4	BA	Repère	Utilise	Adapte	SKI EN PARALLÈLE SUR TERRAIN INTERMÉDIAIRE 4/5
				Approche pédagogique favorisant la participation des enfants.					Plan de leçon					Équilibre
				Tactiques de gestion de classe adaptées aux enfants.					Techniques de base et objectif de la leçon					Rotation
				Différences physiques/cognitives relatives aux groupes d'âge.					Développement de l'élève					Mise à carre
									Choix de terrain approprié pour favoriser l'apprentissage.					Pression
														Coordination

Légende: La grille d'évaluation est basée sur les critères que l'apprenant-e devrait "la plupart du temps" atteindre pendant le stage.
L'évaluation de chaque critère est fondée sur le niveau de compréhension démontré par les candidat-e-s.
La case grise indique le niveau à atteindre pour une certification Niveau 1.
Les exigences pour atteindre la norme sont indiquées dans chacune des sections (3/3 ou 3/4)
Le/la candidat-e doit satisfaire aux exigences des 4 sections de la section "Enseignement" pour réussir l'enseignement.
Le/la candidat-e doit satisfaire aux exigences des 2 sections de la section "Ski" pour réussir le ski.

SA Le/la candidat-e satisfait aux attentes pour cette section.
BA Le/la candidat-e a besoin d'amélioration pour cet aspect.
Se Rappelle Le/la candidat-e se rappelle le concept présenté durant le cours et dans la documentation.
Repère Le/la candidat-e est capable d'identifier le concept dans les enseignements et les démos.
Utilise Le/la candidat-e sait comment utiliser le concept dans son enseignement et dans son propre ski.
Adapte Le/la candidat-e sait efficacement adapter le concept en fonction de la situation qu'il a devant lui/elle.