

## **Documentation destinée aux parents**

### **PATINAGE PLUS 2023 - 2024**

#### **Fonctionnement du programme**

Le Programme Patinage Plus est dirigé, sur la glace, par des entraîneurs professionnels de Patinage Canada qui voient à son bon fonctionnement. Ils sont aidés par des assistants de programme formés.

Les patineurs sont placés dans des groupes selon les étapes réussies. Ils pratiquent les différentes habiletés du programme axé sur le plaisir, la participation et le développement des habiletés de base. Les entraîneurs professionnels voient à l'enseignement et à l'évaluation des patineurs. Le Programme Patinage Plus comprend six étapes progressives d'apprentissage et chaque étape est divisée en trois domaines fondamentaux. Lorsqu'un patineur obtient tous les rubans des domaines fondamentaux (équilibre, maîtrise et agilité), c'est-à-dire qu'il réussit une étape, il accède à l'étape suivante. Un écusson est alors donné à l'enfant pour l'encourager à persévérer.

#### **Suivi des progrès des patineurs**

Les entraîneurs du Programme Patinage Plus s'assurent d'une évaluation continue des patineurs. Vous avez la possibilité de suivre la progression de votre enfant sur le l'application *Rétroaction*. Lors des évaluations, les entraîneurs entrent les progrès du patineur directement dans le site *Rétroaction*. Ne soyez pas surpris de les voir avec un IPAD sur la glace, ils font des évaluations.

#### **Arrivée**

Vous vous dirigerez vers le local des Mazurkas, une table y sera placée avec l'identification de votre enfant. Prendre le porte-nom de votre enfant et lui placer dans son cou. *Il sera toujours important de laisser celui-ci à l'aréna*, car il nous servira à prendre les présences et à vous transmettre les communications. Merci d'arriver 15 minutes à l'avance afin de mettre les patins. Avant le début de celui-ci, faire penser à votre petit d'aller à la toilette. Cela évitera des déplacements hors de la glace pendant la période de cours.

**Un parent doit obligatoirement être présent dans l'aréna**, votre présence facilitera la tâche des bénévoles responsables au cas où votre enfant se blesserait ou serait malade. De plus, votre présence vous permettra de suivre les progrès de votre enfant. Si votre enfant présente un problème de santé particulier et que vous croyez pertinent d'en informer les responsables, nos bénévoles sont toujours présents avant les cours et après. Il est interdit de circuler sur la glace. Seuls le personnel autorisé et les patineurs sont admis sur la glace.

#### **Conseils concernant l'équipement**

##### **Les patins :**

- Acheter un patin de bonne grandeur. Évitez d'acheter des patins trop grands, ça nuit à l'apprentissage.
- Faire affûter les patins.
- Les patins moulés en plastique ne sont pas recommandés.
- Assurez-vous que les lames sont vissées plutôt que rivetées, pour que la lame puisse être bougée au besoin. Si la lame est rivetée, elle doit être droite et centrée. Le pied ne devrait pas pencher d'un côté.
- Une botte en cuir est préférable à une botte en vinyle.
- Assurez-vous que la botte n'ait pas de plis.
- Faire pratiquer une dizaine de minutes l'enfant à marcher dans la maison avec ses patins dans les pieds (avec protecteur de lame) afin qu'il trouve son équilibre. Le faire 2 à 3 fois avant le 1<sup>er</sup> cours.

- Attacher les lacets sans serrer au-dessus des orteils et au-devant du pied et de façon plus ajustée au niveau de la cheville et du cou-de-pied.
- Porter des protège-lames à l'extérieur de la glace.
- Essuyer les lames et la semelle avec un linge immédiatement après l'usage.
- Retirer toujours les protège-lames des patins pour leur rangement entre deux séances. Aérer les patins après usage.
- Aucun équipement de hockey (jambière, coude, gants), les équipements limite l'enfant dans sa mobilité lorsqu'il essaie de se relever.

## **Le casque protecteur :**

- Le **port du casque est obligatoire** pour les patineurs des étapes 1 à 5 inclusivement. **Le casque doit être homologué CSA.**
- Les casques de vélo, ski, skate ou autre ne sont pas acceptés.
- Le casque se doit d'être bien, ajusté et sans tuque.
- Ne pas apposer d'autocollants sur le casque.

## **Tenue vestimentaire :**

- Le patineur doit porter des vêtements confortables afin de faciliter les mouvements et des gants chauds. Ne pas trop les habiller (plusieurs couches de vêtements).
- Avoir des bas et des gants de rechange au besoin.
- Ne jamais porter de long foulard ou d'objets pointus dans les poches, car ils constituent un danger.
- Ne pas porter de jeans.

## **Consignes de sécurité sur la glace**

- Les cheveux longs doivent être attachés en tout temps et n'y mettre aucun accessoire rigide qui pourrait causer des blessures en cas de chute.
- Se relever rapidement après une chute. Ne pas rester par terre.
- Ne pas mâcher de la gomme ou de manger des bonbons.
- Faire affûter les patins une à deux fois en automne et une à deux fois en hiver et ne pas faire enlever les pointes (patins blancs).

## **Plan d'urgence**

- **En cas d'évacuation rapide, nous demandons aux parents de sortir immédiatement de l'aréna et de se diriger vers le stationnement de l'école Secondaire Kénogami.**
- **Nos entraîneurs ont accès à des lumières de secours.** Chacun d'eux guidera chacun leur groupe avec les assistants de programme afin de faire sortir de la glace à tour de rôle les enfants.
- Nous vous remercions à l'avance de votre coopération.

## Civilité

**En tout temps, la politesse est de rigueur avec tous les bénévoles, les patineurs et les entraîneurs.**

**NOUS VOUS DEMANDONS DE NE JAMAIS INTERVENIR AUPRÈS DES ASSISTANTS DE PROGRAMME OU LES AIDES. CE SONT DE JEUNES PERSONNES MINEURES QUI NE SONT PAS ENCORE EN MESURE DE RÉPONDRE À TOUTES LES PRÉOCCUPATIONS DES PARENTS.**

## Fonctionnement d'un cours

- À l'arrivée, veuillez prendre le porte-nom de votre enfant à la table vers le local des Mazurkas.
- À l'entrée sur glace, échauffement avec tour de glace sur musique.
- Ensuite, l'enfant rejoint son groupe dans lequel les entraîneurs l'ont classé selon son niveau. La leçon, sous forme de circuits, inclut des habiletés et des jeux qui facilitent l'apprentissage des éléments. Le tout se déroulera avec un assistant de programme sous la supervision des entraîneurs.
- Par la suite, il y a une activité de groupe (expression créative, jeux).
- Pour terminer, il y a la récupération afin de retrouver son calme et bien étirer chaque partie du corps.
- Sortie de glace et remise d'une friandise ou surprise.

## Activités durant l'année

Pendant l'année, il y a des activités telles que l'Halloween, Noël, la Saint-Valentin, il est important de surveiller l'horaire. Cette année, votre enfant participera au Mini-Gala de fin d'année. Nous ne demandons pas de vente de billets pour ce type de Gala, vous aurez seulement un prix d'entrée à la porte le jour de la représentation.

## Financement

Une campagne de financement est **obligatoire** pour tous les patineurs. La campagne de financement est le moyen de garder le coût d'inscription à un prix raisonnable pour tous. Une seule campagne de financement par famille. Lors de l'inscription en ligne, le paiement des billets de tirage vous sera facturé. Les billets vous seront remis lors des premiers cours. Par la suite, vous gardez le montant de ventes de vos billets.

## Remboursement

Toute demande de remboursement doit être faite par écrit, signée et remise à un membre du comité. Du remboursement, est déduit le montant couvrant les frais d'inscription à Patinage Canada. Tous les enfants sont inscrits à Patinage Canada.

Selon la situation pandémique, des modalités de remboursement pourraient être admissibles.

## Compétition Claude Boucher

Cette compétition amicale est ouverte aux patineurs du Programme de Patinage Plus. L'enfant patine sur un circuit et est supervisé par un assistant de programme. L'enfant est évalué pour sa performance personnelle selon des normes déjà établies.

Les entraîneurs font le dépistage et nous vous informerons. Si vous êtes intéressé à ce que votre enfant participe à cette compétition, c'est avec plaisir que nous vous remettrons la documentation nécessaire.

## **Quand change-t-on de programme**

Nous offrons le programme Semi-Privé Débutant pour poursuivre les étapes 4 et plus en petit groupe (maximum 20 patineurs). Pour les passionnés le cours Semi-Privé Avancé sera l'étape suivante pour les patineurs ayant l'étape 5 et qui désire faire du patinage artistique. Ce programme est cours d'initiation au de patinage artistique. Ce cours va permettre de valider l'intérêt du jeune pour le patinage artistique.

## **Questions et commentaires**

Si vous avez des questions au sujet de la grandeur et de l'ajustement des patins, de la progression de l'enfant, du comportement de l'enfant sur la glace, des problèmes avec un assistant ou un aide. Nous vous demandons de venir voir un bénévole responsable ou un membre du Club afin que nous vous aidions.

## **Voici notre équipe pour la nouvelle saison**

### **Nos bénévoles :**

Guyline Bergeron  
Bénévole Responsable Patinage Plus, Vendredi

Mikaël Lavoie  
Bénévole Responsable Patinage Plus, Samedi

### **Les entraîneurs :**

Lucie Löhly, Entraîneur Régional  
Ève Jomphe, Entraîneur Régional Formé  
Ariane Blackburn, Entraîneur Régional

**Courriel :** [lesmazurkas@gmail.com](mailto:lesmazurkas@gmail.com)

**Page WEB :** [www.mazurkas.ca](http://www.mazurkas.ca)

**Page Facebook :** Club Patinage artistique Les Mazurkas de Jonquière

**Téléphone :** 418-698-3000 poste 6781