



Minis Puces

Pingouin

Description du cours

Préalable au cours	Aucun
Terrain d'évaluation et d'entraînement	Niveau débutant ● (Tapis Magique, Familiale, 4 km : selon l'évolution des élèves)
Apprentissages et évaluation	Descendre avec assistance, marcher avec les skis et être en équilibre sur les deux pieds pendant la descente.

Encadrement et supervision

<ul style="list-style-type: none"> • 1 moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford et accrédité par l'Alliance des Moniteurs de Ski du Canada. • 1 assistant moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford. • 2 superviseurs sont présents pour les parents et pour les moniteurs. • 3 élèves par groupe (3 à 5 ans). • La proximité et le contact visuel que le moniteur entretient avec son groupe sur la piste et à l'intérieur du chalet sera raisonnablement adaptée au niveau d'habileté et à l'âge des élèves ainsi qu'aux conditions. • Possibilité d'aller se réchauffer à l'intérieur si la température est froide. • Possibilité d'aller à l'intérieur pour aller aux toilettes, même s'il ne fait pas froid. • Objectif des cours : plaisir, sécurité et apprentissage du ski.
--

Principes fondamentaux

Groupe d'âge	Physique	Psychique, social, émotionnel	Facteurs pédagogiques
3 à 5 ans Stade préopératoire	<ul style="list-style-type: none"> - Faible force et endurance - Neuromusculaire en développement - Centre de masse élevé (tête) - Besoin de périodes de repos 	<ul style="list-style-type: none"> - Égocentrique (plus ou moins conscient des autres autour d'eux) - Courte durée d'attention - Explications simples - Besoin d'attention 	<ul style="list-style-type: none"> - Travailler 1 à 1 - Pas de compétition - Une tâche à la fois - Environnement contrôlé et sécuritaire - Approche par imitation (exagération des mouvements) - Être original et animé - Garder les leçons courtes - Changement rapide d'activité/jeu - Rester à l'affût des nouveautés

Outils de développement

Position centrée et mobile	Tourner avec le bas du corps	Équilibre sur les carres
<ul style="list-style-type: none"> - Mains sur les genoux - Marcher avec les bottes - Marcher avec les skis - Toucher la neige - Pousser un cube 	-	-

Panda

Description du cours

Préalable au cours	Descendre avec assistance. (Pingouin)
Terrain d'évaluation et d'entraînement	Niveau débutant ● (Tapis Magique, Familiale, 4 km : selon l'évolution des élèves)
Apprentissages et évaluation	Effectuer une descente en chasse-neige sans assistance, s'immobiliser seul à l'aide d'un arrêt chasse-neige et être en équilibre sur les 2 pieds pendant la descente.

Encadrement et supervision

- 1 moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford et accrédité par l'Alliance des Moniteurs de Ski du Canada.
- 1 assistant moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford.
- 2 superviseurs sont présents pour les parents et pour les moniteurs.
- 3 élèves par groupe (3 à 5 ans).
- La proximité et le contact visuel que le moniteur entretient avec son groupe sur la piste et à l'intérieur du chalet sera raisonnablement adaptée au niveau d'habileté et à l'âge des élèves ainsi qu'aux conditions.
- Possibilité d'aller se réchauffer à l'intérieur si la température est froide.
- Possibilité d'aller à l'intérieur pour aller aux toilettes, même s'il ne fait pas froid.
- Objectif des cours : plaisir, sécurité et apprentissage du ski.

Principes fondamentaux

Groupe d'âge	Physique	Psychique, social, émotionnel	Facteurs pédagogiques
3 à 5 ans Stade préopératoire	- Faible force et endurance - Neuromusculaire en développement - Centre de masse élevé (tête) - Besoin de périodes de repos	- Égocentrique (plus ou moins conscient des autres autour d'eux) - Courte durée d'attention - Explications simples - Besoin d'attention	- Travailler 1 à 1 - Pas de compétition - Une tâche à la fois - Environnement contrôlé et sécuritaire - Approche par imitation (exagération des mouvements) - Être original et animé - Garder les leçons courtes - Changement rapide d'activité/jeu - Rester à l'affût des nouveautés

Outils de développement

Position centrée et mobile	Tourner avec le bas du corps	Équilibre sur les carres
- Mains sur les genoux - Marcher avec les bottes - Marcher avec les skis - Tête/épaules/genoux/orteils - Grand/petit	- Statue (arrêt/départ) - Lumières (arrêt/départ)	- Arrêt chasse-neige à carres

Girafe

Description du cours

Préalable au cours	Descendre en chasse-neige sans assistance. (Panda)
Terrain d'entraînement	Niveau débutant ● et difficile ■ : avec approbation du superviseur (Tapis Magique, Familiale, 4 km, <i>Magog</i> : selon l'évolution des élèves)
Terrain d'évaluation	Niveau débutant ● (Tapis Magique, Familiale, 4 km)
Apprentissages et évaluation	Faire des changements de directions en chasse-neige, appui principalement sur le ski extérieur et contrôle la vitesse.

Encadrement et supervision

- 1 moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford et accrédité par l'Alliance des Moniteurs de Ski du Canada.
- 1 assistant moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford.
- 2 superviseurs sont présents pour les parents et pour les moniteurs.
- 3 élèves par groupe (3 à 5 ans).
- La proximité et le contact visuel que le moniteur entretient avec son groupe sur la piste et à l'intérieur du chalet sera raisonnablement adaptée au niveau d'habileté et à l'âge des élèves ainsi qu'aux conditions.
- Possibilité d'aller se réchauffer à l'intérieur si la température est froide.
- Possibilité d'aller à l'intérieur pour aller aux toilettes, même s'il ne fait pas froid.
- Objectif des cours : plaisir, sécurité et apprentissage du ski.

Principes fondamentaux

Groupe d'âge	Physique	Psychique, social, émotionnel	Facteurs pédagogiques
3 à 5 ans Stade préopératoire	- Faible force et endurance - Neuromusculaire en développement - Centre de masse élevé (tête) - Besoin de périodes de repos	- Égocentriques (plus ou moins conscient des autres autour d'eux) - Courte durée d'attention - Explications simples - Besoin d'attention	- Travailler 1 à 1 - Pas de compétition - Une tâche à la fois - Environnement contrôlé et sécuritaire - Approche par imitation (exagération des mouvements) - Être original et animé - Garder les leçons courtes - Changement rapide d'activité/jeu - Rester à l'affût des nouveautés

Outils de développement

Position centrée et mobile	Tourner avec le bas du corps	Équilibre sur les carres
- Tête/épaules/genoux/orteils - Grand/petit - Marcher en ski - Courir avec les bottes	- Serpent - Statue (arrêt/départ)	- Avion (moyens de transport) - Cueillir des fleurs/pommes - Arrêt chasse-neige à carres

Zèbre

Description du cours

Préalable au cours	Faire des changements de direction en chasse-neige. (Girafe)
Terrain d'entraînement	Niveau débutant ● et difficile ■ (Familiale, 4 km, Magog, Slalom, Escapade : selon l'évolution des élèves)
Terrain d'évaluation	Niveau débutant ● (Familiale, 4 km)
Apprentissages et évaluation	Enchaîner des virages chasse-neige en prenant principalement appui sur le ski extérieur.

Encadrement et supervision

- 1 moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford et accrédité par l'Alliance des Moniteurs de Ski du Canada.
- 1 assistant moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford.
- 2 superviseurs sont présents pour les parents et pour les moniteurs.
- 3 élèves par groupe (3 à 5 ans).
- La proximité et le contact visuel que le moniteur entretient avec son groupe sur la piste et à l'intérieur du chalet sera raisonnablement adaptée au niveau d'habileté et à l'âge des élèves ainsi qu'aux conditions.
- Possibilité d'aller se réchauffer à l'intérieur si la température est froide.
- Possibilité d'aller à l'intérieur pour aller aux toilettes, même s'il ne fait pas froid.
- Objectif des cours : plaisir, sécurité et apprentissage du ski.

Principes fondamentaux

Groupe d'âge	Physique	Psychique, social, émotionnel	Facteurs pédagogiques
3 à 5 ans Stade préopérateur	- Faible force et endurance - Neuromusculaire en développement - Centre de masse élevé (tête) - Besoin de périodes de repos	- Égocentriques (plus ou moins conscient des autres autour d'eux) - Courte durée d'attention - Explications simples - Besoin d'attention	- Travailler 1 à 1 - Pas de compétition - Une tâche à la fois - Environnement contrôlé et sécuritaire - Approche par imitation (exagération des mouvements) - Être original et animé - Garder les leçons courtes - Changement rapide d'activité/jeu - Rester à l'affût des nouveautés

Outils de développement

Position centrée et mobile	Tourner avec le bas du corps	Équilibre sur les carres
- Petits sauts (popcorn) - Mille-pas - Bosses	- Serpent (virages serrés) - Parcours - Virages plus petits	- Remonter la piste en canard - Équilibre sur le ski extérieur (avion, gomme sur les genoux)

Dinosaure

Description du cours

Préalable au cours	Enchaîner des virages chasse-neige. (Zèbre)
Terrain d'entraînement	Niveau débutant ●, difficile ■ et très difficile ◆ : avec approbation du superviseur (Familiale, 4 km, Magog, Slalom, Escapade, Grande-Coulée, <i>Trois-Ruisseaux</i> : selon l'évolution des élèves)
Terrain d'évaluation	Niveau débutant ● et difficile ■ (Familiale, 4 km, Magog)
Apprentissages et évaluation	Effectuer des virages chasse-neige rythmés et variés sans traverse, variation de la vitesse selon le terrain et mobilité au niveau des chevilles-genoux-hanches.

Encadrement et supervision

- 1 moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford et accrédité par l'Alliance des Moniteurs de Ski du Canada par groupe.
- 2 superviseurs sont présents pour les parents et pour les moniteurs.
- 3 élèves par groupe (3 à 5 ans).
- La proximité et le contact visuel que le moniteur entretient avec son groupe sur la piste et à l'intérieur du chalet sera raisonnablement adaptée au niveau d'habileté et à l'âge des élèves ainsi qu'aux conditions.
- Possibilité d'aller se réchauffer à l'intérieur si la température est froide.
- L'utilisation de la remontée-mécanique s'effectue avec le moniteur ou avec un skieur libre consentant et renseigné sur la manière d'aider un enfant à embarquer dans une chaise.
- Possibilité d'aller à l'intérieur pour aller aux toilettes, même s'il ne fait pas froid.
- Objectif des cours : plaisir, sécurité et apprentissage du ski.

Principes fondamentaux

Groupe d'âge	Physique	Psychique, social, émotionnel	Facteurs pédagogiques
3 à 5 ans Stade préopérateur	- Faible force et endurance - Neuromusculaire en développement - Centre de masse élevé (tête) - Besoin de périodes de repos	- Égocentriques (plus ou moins conscient des autres autour d'eux) - Courte durée d'attention - Explications simples - Besoin d'attention	- Travailler 1 à 1 - Pas de compétition - Une tâche à la fois - Environnement contrôlé et sécuritaire - Approche par imitation (exagération des mouvements) - Être original et animé - Garder les leçons courtes - Changement rapide d'activité/jeu - Rester à l'affût des nouveautés

Outils de développement

Position centrée et mobile	Tourner avec le bas du corps	Équilibre sur les carres
- Petits sauts - Mille-pas - Gorille - Bosses	- Arrêts hockey (skis parallèles) - Parcours - Courts virages plus rapides	- Équilibre sur le ski extérieur (taper la botte extérieure)

Tigre

Description du cours

Préalable au cours	Exécuter des virages chasses-neige rythmés et variés. (Dinosaure)
Terrain d'entraînement	Niveau débutant ●, difficile ■ et très difficile ◆: avec approbation du superviseur (Familiale, 4 km, Magog, Slalom, Escapade, Grande-Coulée, <i>Trois-Ruisseaux</i> , <i>Sherbrooke</i> : selon l'évolution des élèves)
Terrain d'évaluation	Niveau débutant ● et difficile ■ (Familiale, 4 km, Magog)
Apprentissages et évaluation	Introduction aux bâtons, exécute une partie du virage avec les skis en position parallèle sur un terrain bleu et tourne avec les skis en parallèles sur un terrain vert, appui sur le ski extérieur, contrôle la vitesse en arrondissant les virages et démontre une position/équilibre mobile.

Encadrement et supervision

<ul style="list-style-type: none"> • 1 moniteur formé par l'École de neige du Mont Orford et accrédité par l'Alliance des Moniteurs de Ski du Canada par groupe. • 2 superviseurs sont présents pour les parents et pour les moniteurs. • 3 élèves par groupe (3 à 5 ans). • La proximité et le contact visuel que le moniteur entretient avec son groupe sur la piste et à l'intérieur du chalet sera raisonnablement adaptée au niveau d'habileté et à l'âge des élèves ainsi qu'aux conditions. • Possibilité d'aller se réchauffer à l'intérieur si la température est froide. • L'utilisation de la remontée-mécanique s'effectue avec le moniteur ou avec un skieur libre consentant et renseigné sur la manière d'aider un enfant à embarquer dans une chaise. • Le moniteur s'assure que les bâtons n'encombrent pas l'élève lors de l'utilisation de la remontée-mécanique. • Possibilité d'aller à l'intérieur pour aller aux toilettes, même s'il ne fait pas froid. • Objectif des cours : plaisir, sécurité et apprentissage du ski.
--

Principes fondamentaux

Groupe d'âge	Physique	Psychique, social, émotionnel	Facteurs pédagogiques
<u>3 à 5 ans</u> Stade préopérateur	<ul style="list-style-type: none"> - Faible force et endurance - Neuromusculaire en développement - Centre de masse élevé (tête) - Besoin de périodes de repos 	<ul style="list-style-type: none"> - Égocentriques (plus ou moins conscient des autres autour d'eux) - Courte durée d'attention - Explications simples - Besoin d'attention 	<ul style="list-style-type: none"> - Travailler 1 à 1 - Pas de compétition - Une tâche à la fois - Environnement contrôlé et sécuritaire - Approche par imitation (exagération des mouvements) - Être original et animé - Garder les leçons courtes - Changement rapide d'activité/jeu - Rester à l'affût des nouveautés

Outils de développement

Position centrée et mobile	Tourner avec le bas du corps	Équilibre sur les carres
<ul style="list-style-type: none">- Petits sauts- Mille-pas- Bosses- Virages en petit bonhomme	<ul style="list-style-type: none">- Arrêts hockey (skis parallèles)- Parcours- Dérapage- Courts virages plus rapides et en parallèles	<ul style="list-style-type: none">- Lever le ski intérieur- Remonter la piste de côté (autonomie)- Mille pas (sur les carres)