



Guide du parent et du patineur.

Le CPA Saint-Césaire, but et mission

Le CPA Saint-Césaire est un organisme à but non lucratif qui a pour mission d'améliorer, encourager et faire progresser le patinage artistique sur glace dans toutes ses disciplines. À ces fins, il fournit des normes à ses membres et promouvoit la discipline du patinage artistique sous tous ses aspects, tel que préconisé par Patinage Canada et le ministère du Loisir. Le C.P.A. Saint-Césaire est géré et administré par un conseil d'administration dont les membres sont des bénévoles et a comme mission d'offrir les programmes de patinage de Patinage Canada.

Toute personne est membre du CPA Saint-Césaire sans discrimination quant à son âge, son sexe ou son origine ethnique s'il est enregistré à Patinage Canada par l'entremise du club. Le conseil d'administration peut adopter tout règlement en vue d'assurer la bonne marche des activités du CPA Saint-Césaire. Chaque membre se doit de respecter les règlements, tels qu'adoptés, ainsi que ceux de Patinage Canada et de la Fédération de patinage artistique du Québec.

Cheminement des patineurs

Le CPA Saint-Césaire chapeaute plusieurs programmes du patinage artistique : le Mini-Glace, le Patinage Plus, le Patinage STAR et le Patinage de Compétition.

Le programme **Mini-Glace** est pour les tout-petits du préscolaire, de 3 à 5 ans. Le Mini-Glace consiste à apprendre les bases du patinage, c'est-à-dire ; équilibre, patinage avant, patinage arrière et arrêt sous forme de jeu. C'est la base du patinage artistique et du hockey. Les patineurs sont sous la responsabilité d'un entraîneur certifié accompagné d'assistants de programmes.

Le programme **Patinage Plus** consiste à développer les habiletés de base du patinage artistique des enfants de plus de 5 ans. Il se divise en niveaux, étapes 1 à 7. À chaque étape, les mouvements de base : déplacement avant, déplacement arrière, virage, pirouette, arrêt et saut, sont évalués. Les patineurs sont sous la responsabilité d'un entraîneur certifié accompagné d'assistants de programmes. L'entraîneur professionnel s'occupent de donner des leçons aux patineurs d'un groupe à l'autre en alternance. Les assistants de programmes s'occupent de faire pratiquer les éléments à leurs patineurs. 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. Il n'y a jamais de journée d'évaluation parce que l'évaluation est continue. Par exemple, un patineur plus talentueux n'a pas à attendre les autres pour progresser. Lorsqu'il aura maîtrisé l'ensemble des éléments dans une étape, il pourra aller à l'étape suivante. Pour le patineur qui a plus de difficulté, il pourra continuer quand même à son rythme. Une fois que les habiletés de chaque phase sont maîtrisées, un écusson est décerné. Cet écusson est vendu au local du comité.

Les patineurs du programme **patinage STAR** doivent avoir atteint le niveau 5 ou plus du patinage plus. Ils doivent avoir un entraîneur professionnel accrédité avec lequel ils s'entendent sur le nombre d'heure d'entraînement et l'horaire. Les patineurs participent à des compétitions et passent des tests dans le but d'obtenir la médaille d'or du patinage Canada. Les patineurs STAR de plus de 10 ans peuvent être assistants de programmes selon les besoins du club. Les tests à réussir se divisent comme suit :

STYLE LIBRE :

Préliminaire
Junior Bronze
Senior Bronze
Junior Argent
Senior Argent
Or

HABILETÉS :

Préliminaire
Junior Bronze
Senior Bronze
Junior Argent
Senior Argent
Or

DANSES :

Préliminaire (3 danses)
Junior Bronze (3 danses)
Senior Bronze (3 danses)
Junior Argent (4 danses)
Senior Argent (4 danses)
Or (4 danses)
Diamant (4 danses)

Les patineurs du programme **patinage Compétition** doivent avoir atteint le niveau 5 ou plus du patinage plus. Ils doivent avoir un entraîneur professionnel accrédité avec lequel ils s'entendent sur le nombre d'heure d'entraînement et l'horaire. Les patineurs participent à des compétitions et passent des tests dans le but de devenir un patineur élite. Il peut devenir membre de l'équipe du Québec et de l'équipe nationale. Les patineurs Compétition de plus de 10 ans peuvent être assistants de programmes selon les besoins du club. Les tests à réussir sont les suivants :

Pré Juvénile. Juvénile, Pré Novice, Novice, Junior et Senior.

Équipements

Casque :

Port du casque obligatoire pour le Mini-Glace et à l'étape 1 et 2 du Patinage Plus. L'enfant doit recevoir l'accord de l'entraîneur avant de pouvoir enlever son casque ; celui-

ci jugera de la stabilité et du contrôle du patineur. Le port du **casque de hockey** sont obligatoires. Les casques de vélo ne protègent pas adéquatement l'arrière de la tête.

Les casques de hockey doivent respecter la norme Z262.1 de l'Association canadienne de normalisation (CSA). Cette norme doit être mentionnée sur le casque.

La date de fabrication doit être indiquée. On ne doit pas utiliser un casque de plus de 5 ans, car les matériaux du casque peuvent éventuellement devenir friables et cassants.

Le casque doit être en bon état, c'est-à-dire qu'il ne doit pas être fissuré, qu'il ne doit pas manquer de matériaux de rembourrage ni d'éléments de quincaillerie et que des modifications ne doivent pas avoir été apportées (c.-à-d. trous, autocollants décoratifs, peinture).

Habit :

Pour le Mini-Glace, un pantalon avec un survêtement imperméable est suggéré. Les gants ou mitaines sont obligatoires.

Au Patinage Plus, le costume approuvé par le Comité de direction est : pour les filles : jupe de patinage artistique bourgogne et collant beige, pour les garçons : pantalon noir extensible (ex. : coton ouaté). Le tout accompagné d'un chandail ouaté blanc. Les gants ou mitaines sont obligatoires. Ce costume est obligatoire pour la fin du mois d'octobre.

Cheveux :

Les cheveux longs doivent être attachés. Ceux-ci ne doivent pas gêner le visage ou être dans les yeux.

Patins :

La bottine doit soutenir la cheville, mais permettre une flexion avant de celle-ci. Un enfant doit être capable de se tenir debout les chevilles droites hors-glace. Les patins moulés sont à proscrire vu leur rigidité.

Les lames doivent être bien affûtées manuellement par un spécialiste. Ne jamais faire aiguiser les patins dans les machines automatiques. À ce niveau, on doit faire affûter les lames à tous les 20 – 25 heures de patinage, plus fréquemment pour les séances sur glace extérieure (3 fois durant la saison environ).

On doit porter des protège-lames rigides en tout temps hors-glace. Si on a à marcher sans eux, le faire sur la pointe des griffes. Ne marcher que sur le caoutchouc, jamais sur le ciment ou autre surface dure.

On doit essayer les lames avec une serviette (en coton de préférence) après chaque séance sur la glace. Mettre les pantoufles (protège-lames en tissu) avant de ranger dans le sac de patin. Ne jamais laisser les protège-lames rigides sur les patins une fois essayés. Une quantité d'eau reste à l'intérieur de ceux-ci et pourraient faire rouiller les lames.

Règlements

Pour le programme **Mini-Glace et Patinage Plus** :

L'arrivée dans les chambres doit se faire au moins 10 minutes avant le début des cours. Pour éviter tout risque d'accident, nous demandons :

1 - aux patineurs et patineuses de rester assis dans leur chambre jusqu'à ce que la responsable leur permette l'entrée sur la glace.

2 - aux parents, lorsque le cours est terminé, nous demandons d'attendre que les patineurs et patineuses soient tous sortis de la glace pour accéder au corridor des chambres.

Afin de ne pas nuire à la bonne marche du cours, les parents ne doivent pas communiquer avec leur enfant ou la monitrice lors des leçons. Veuillez vous adresser aux responsables du Patinage Plus pour tout ce qui touche les cours, sinon les parents pourraient ne plus avoir accès aux bancs de l'aréna durant les cours.

Pour tous les programmes :

Pour assurer le bon ordre et par mesure de prudence sur la glace, on demande :

- 1- d'attacher les cheveux s'ils sont longs
- 2- de garder les mitaines ou les gants dans les mains, ne jamais les déposer sur le bord de la bande ou sur la patinoire (à moins que la monitrice ne le demande).
- 3- de ne pas déposer les protège-lames sur la bande intérieure de la patinoire
- 4- de ne pas jaser en petit groupe
- 5- de ne pas s'asseoir sur les bandes
- 6- de se relever rapidement après une chute
- 7- de voir à ce que toutes les portes de la patinoire soient fermées

Aucune parole et/ou geste blessant ne sera toléré envers un entraîneur, un assistant de programme, un patineur ou toute autre personne. Si un tel cas se présente : à la 1^{ère} offense : les parents seront avertis par un membre du comité, à la 2^{ème} offense : le patineur sera privé d'une semaine de patinage, à la 3^{ème} offense : le patineur sera exclu du club sans remboursement.

Si le patineur ou la patineuse pour quelques raisons que ce soit, nuit au bon fonctionnement du groupe : 1^{er} avertissement: exclu pour un cours, 2^{ème} avertissement: exclu pour deux cours, 3^{ème} avertissement: exclu du club, sans remboursement.

Inscription à des compétitions

La participation à des compétitions est ouverte à tous mais facultative.

Les frais d'inscriptions pour une compétition sont payables au CPA Saint-Césaire avant la date limite d'inscription. (Le montant total de votre inscription sera entièrement remis au CPA hôte de la compétition).

A ce niveau de patinage, l'entraîneur certifié est en mesure de conseiller et guider le patineur pour préparer une compétition.

Veuillez consulter la liste des compétitions et les dates d'inscription sur le babillard du club ou sur notre site Internet. Noter que la date limite d'inscription au CPA est plus tôt que la date limite de la compétition afin de donner le temps de rassembler toutes les informations.

Inscription aux tests

Il y aura trois (3) Sessions de Tests pour le programme patinage STAR qui auront lieu les lundis (dates à confirmer).

L'inscription à une session de tests se fait par *l'entraîneur(e) seulement*.

Les frais d'inscriptions de sessions de tests sont à la charge des parents.

Le parent doit payer pour la présence de l'entraîneur lors de la session de tests.

La participation aux sessions de tests est sous la responsabilité de l'entraîneur seulement et non du comité.

Lors des trois (3) sessions de Tests, il n'y a aucun cours régulier ou pratique.

Spectacle de fin d'année

Il y aura un spectacle de fin d'année à la mi-avril. La participation au spectacle est facultative. Les pratiques du spectacle commencent environ un mois avant. Afin d'assurer le bon déroulement lors des pratiques, un patineur se verra exclu de cet événement après 2 absences non motivées.

Le spectacle se veut une récompense pour tous les patineurs. Il leur permet de mettre en pratique ce qu'ils ont appris au cours de l'année. Il y a une représentation en après-midi et une en soirée. Le spectacle est composé de numéros de groupe et de numéros solos. La formation des groupes est faite selon le niveau de patinage atteint au **début janvier**. Il y a 5 groupes :

Mini-Glace,
Patinage Plus 1,2, et 3
Patinage Plus 4,5, et 6

Junior, patineurs STAR sans test passé
Senior, patineurs STAR préliminaire et plus.

Chacun des groupes présente deux numéros.

Le numéro d'ouverture est composé des groupes Junior et Senior et le numéro de fermeture est fait par les entraîneurs et les assistants de programmes.

Les patineurs Senior Bronze et plus présentent un numéro solo d'une durée maximal de 2 min 30 sec lors des deux représentations du spectacle. Les patineurs Junior Bronze présentent un numéro solo d'une durée maximal de 1 min 30 sec lors de l'une des représentations du spectacle (soit après midi ou soir) défini par un tirage au sort.

Finalement, les patineurs préliminaires présentent un mini-solo (max. 45 sec) qui sont intégrés au spectacle de manière à faire un tout artistiquement cohérent.

Mode de financement

Les frais d'inscription pour le Mini-Glace et le Patinage Plus couvrent la cotisation que le CPA doit verser à Patinage Canada pour chaque patineur, le temps de glace et l'entraîneur et les assistants de programmes.

Les frais d'inscription pour le patinage STAR et de Compétition couvrent la cotisation que le CPA doit verser à Patinage Canada pour chaque patineur et le temps de glace. Les frais pour l'entraîneur sont à la charge du parent.

En début d'année, la participation à notre campagne de financement est obligatoire. Les argents amassés servent, entre autre, à financer le spectacle de fin d'année.

Bénévolat

Nous sommes toujours à la recherche de bénévoles pour nous aider dans les différentes activités au cours de l'année. Votre collaboration est importante et appréciée.

Lien de Communications

Pour toute autre information consulter un membre du comité. Il y a présence régulière au local du CPA. Vous pouvez aussi consulter notre site Internet au www.cpastcesaire.org

Merci et bonne saison!
Le comité du CPA Saint-Césaire.



LE CODE D'ÉTHIQUE DES PARENTS

Un parent ou un bénévole doit agir comme modèle non seulement pour son enfant mais pour tous les patineurs du Club.

Nous vous proposons donc les dix commandements de l'esprit sportif chez les parents :

1. Je n'oublierai pas que mon enfant fait du sport pour son plaisir et non pour le mien.
2. J'encouragerai mon enfant à suivre les règles établies et à résoudre ses conflits sans avoir recours à l'hostilité ou à la violence.
3. J'enseignerai à mon enfant que faire de son mieux est plus important que gagner, de sorte que mon enfant ne sera pas affecté par le résultat d'un test ou d'une compétition.
4. Je complimenterai mon enfant chaque fois qu'il fera une pratique et fournira un bon effort afin qu'il se sente comme un vainqueur.
5. Je ne ridiculiserai pas et je ne crierai pas après mon enfant parce qu'il a commis une erreur ou qu'il a perdu une compétition.
6. J'applaudirai les bonnes performances de mon enfant et des autres patineurs.
7. Je ne mettrai pas en doute le jugement ou l'honnêteté des officiels en public.
8. J'appuierai tous les efforts visant à éliminer toute violence verbale et physique des activités sportives pour enfants.
9. Je respecterai les entraîneurs et les bénévoles qui consacrent leur temps aux activités sportives de mon enfant.
10. Je respecterai la structure du Club pour régler les problèmes qui peuvent survenir lors de la saison.



LE CODE D'ÉTHIQUE DU PATINEUR

Être présent aux entraînements ;

Être ponctuel ;

Accepter les décisions de l'entraîneur sans protester ;

Être discipliné ;

Ne jamais poser de gestes violents (physiques ou verbales) envers qui que ce soit ;

Adopter un comportement respectueux envers l'entraîneur et les autres patineurs ;

Conserver son sang-froid ;

Ne jamais discuter les décisions des officiels ;

Démontrer un esprit sportif (applaudir les bonnes performances de tous) ;

Se fixer des objectifs qu'il est possible d'atteindre dans le développement de ses aptitudes et de son rendement.

