



**FREESTYLE  
SKI  
ACROBATIQUE**

## Module Sauts 3 d'Acro CAN : rampe d'eau et coussin gonflable

# GUIDE DE L'ANIMATEUR DE L'ATELIER TECHNIQUE

23 mai 2013



National  
Coaching  
Certification  
Program



Programme  
national de  
certification des  
entraîneurs



Programme  
national de  
certification des  
entraîneurs



coach.ca  
VISER PLUS HAUT

## PARTENAIRES POUR L'ÉDUCATION ET LA FORMATION DES ENTRAÎNEURS

Le Programme national de certification des entraîneurs est un programme auquel collaborent le gouvernement du Canada, les gouvernements provinciaux et territoriaux, les organismes nationaux, provinciaux et territoriaux de sport et l'Association canadienne des entraîneurs.



Alberta



BRITISH  
COLUMBIA



Les programmes de cet organisme sont  
subventionnés en partie par Sport Canada.



Patrimoine  
canadien  
Sport Canada

Canadian  
Heritage

© Ce document est protégé par le droit d'auteur de l'Association canadienne des entraîneurs (2013) et de ses fournisseurs. Tous droits réservés. Imprimé au Canada.

# Table des matières

---

Introduction .....	4
CHEMINEMENT DE L'ENTRAÎNEUR .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
CHEMINEMENT DU MODULE DES SAUTS .....	6
Objectifs du module Sauts 3 : .....	8
Compétences essentielles du PNCE .....	10
Notes d'orientation générales à l'intention de l'animateur : .....	11
Survol de l'atelier Sauts 3 .....	12
Liste de vérification pour l'atelier .....	14
Horaire .....	16
Formulaire d'évaluation .....	21
NOTES : .....	25
Formulaire de rétroaction de l'animateur .....	26

## **Introduction**

Bienvenue et merci d'accepter de donner ce cours pour l'Association canadienne de ski acrobatique. Le présent document a pour objectif de fournir à l'animateur-formateur un survol détaillé du cours de trois jours portant sur le module Sauts 3.

Veillez prendre le temps de lire et de comprendre le cheminement des entraîneurs de l'ACSA, car il est important de bien comprendre ces renseignements afin que vous puissiez répondre aux questions que vous poseront les candidats entraîneurs durant les trois jours que vous passerez avec eux.

## **CHEMINEMENT DE L'ENTRAÎNEUR**

Voici un lien vers le site Web de l'ACSA où vous trouverez tous les cheminements éducatifs de tous nos programmes destinés aux entraîneurs :

<http://freestyleski.com/wp/fr/coach/training-programs/>

# CHEMINEMENT DU MODULE DE SAUTS

Tous les candidats qui suivent cet atelier doivent être formés Entraîneur de club, Sauts 1 et Sauts 2.

Le module Sauts 3 porte sur les habiletés enseignées sur coussin gonflable et sur rampe d'eau. Les habiletés sont divisées en deux niveaux qui sont directement tirés des modules Sauts 1 et Sauts 2 - trampoline / habiletés acrobatiques.

- Sauts 3A : Back Tuck, Front Tuck, Cork7
- Sauts 3B : Toutes les autres manoeuvres inversées et désaxées simples avec vrilles.

Veillez travailler en étroite collaboration avec le directeur des programmes des entraîneurs de l'ACSA afin d'avoir en main tout le matériel et les ressources à jour nécessaires que vous trouverez dans la boîte de dépôt (Drop Box). L'ACSA a également un site Wiki qui contient des renseignements sur certaines habiletés qui pourraient vous être utiles : <http://www.canfreestyle.com/wiki/category/courses/air-courses/>

- **Veillez examiner le Cheminement des sauts à la page suivante pendant votre cours**
- **Il est important de passer en revue le plan de transition énoncé dans le haut du cheminement!**

Un espace est réservé à la fin du document pour la prise de notes personnelles.

# NEW CFSA AIR COACH PATHWAY

Part of the Competition Introduction SUPERCOACH Program

CFSA is targeting to have the new Air Coach system fully implemented by May 2014. At that time the old Level 2 Air Coach and Air Qualifier Status will be obsolete. Coaches can only qualify their own athletes, this is currently in effect. The athlete skills taught in this program are used with the Freestylerz program.  
**For inquiries, please contact:** coaches@freestyleski.com



## Objectifs du module Sauts 3 :

À la fin de l'atelier Sauts 3, les candidats seront soit FORMÉS ou CERTIFIÉS dans ce qui suit :

<b>Sauts 3A rampe d'eau : l'entraîneur peut enseigner les Cork 720, Front Tuck et Back Tuck SUR L'EAU</b>
<b>Sauts 3A coussin gonflable : l'entraîneur peut enseigner les Cork 720, Front Tuck et Back Tuck SUR COUSSIN GONFLABLE</b>
<b>Sauts 3B rampe d'eau : l'entraîneur peut enseigner les manoeuvres simples inversées avec vrilles SUR L'EAU</b>
<b>Sauts 3B coussin gonflable : les candidats peuvent enseigner les manoeuvres inversées simples avec vrilles SUR COUSSIN GONFLABLE</b>

À la fin de cet atelier, l'entraîneur reçu aura acquis les connaissances et les compétences pour devenir entraîneur et qualificateur (selon le statut obtenu) auprès d'athlètes des niveaux Apprendre à s'entraîner, S'entraîner à s'entraîner, Apprendre à compétitionner et S'entraîner à la compétition de notre modèle de DLTA. À la fin du cours, le candidat obtient l'un des deux statuts qui existent.

### Que signifient les mentions « CERTIFIÉ », « FORMÉ » ou « BESOIN D'AMÉLIORATION »?

**CERTIFIÉ = l'entraîneur peut ENTRAÎNER ET QUALIFIER ses athlètes dans l'environnement déterminé**

**FORMÉ = l'entraîneur doit être réévalué avant d'enseigner les manoeuvres inversées à ses athlètes dans l'environnement déterminé.**

En tant qu'animateur-formateur du cours, vous aurez la grande responsabilité d'évaluer correctement tous les candidats, car vous attesterez l'acquisition de leurs compétences d'entraîneur et les autoriserez à enseigner et qualifier les manoeuvres inversées et désaxées sur la rampe d'eau et le coussin gonflable. L'animateur-formateur devrait pouvoir affirmer avec certitude si un candidat a acquis ou une compétence

L'animateur-formateur accomplira les tâches suivantes :

1. S'assurer que les candidats assistent aux trois journées de l'atelier technique sur la rampe et le coussin gonflable.
2. Aider les candidats à améliorer leurs propres habiletés en sauts (adapter à un style entre le parc et les bosses).
3. Aider les candidats à améliorer leurs connaissances pédagogiques techniques en agissant à titre d'entraîneurs les uns auprès des autres au cours d'une séance.
4. Aider les candidats à accroître leurs connaissances et leur compréhension des aspects suivants du cours Sauts 3 :
  - a. Gérer les activités sur la rampe d'eau et le coussin gonflable

- b. Concevoir un plan saisonnier relativement à l'atteinte des objectifs des athlètes (acquisition des flips et des manœuvres désaxées)
  - c. Prioriser et ordonner les séances et blocs d'entraînement technique
  - d. Analyser les éléments techniques et tactiques
  - e. Diriger et enseigner correctement et de façon professionnelle leurs programmes
5. Faire participer les entraîneurs pendant le cours en les incluant dans les discussions et les séances.

## Compétences essentielles du PNCE

À mesure que les entraîneurs avancent dans ce module, ils travailleront à l'acquisition des *cinq compétences essentielles* qui les aideront à devenir de meilleurs entraîneurs et avoir une plus grande incidence sur l'expérience des athlètes

À certains moments de l'atelier, les entraîneurs participeront aux activités qui demandent la réflexion et l'évaluation de leur apprentissage de ces cinq compétences. Ces activités sont importantes, car les entraîneurs y montrent comment ils appliqueront et reproduiront les cinq compétences dans l'entraînement de leurs athlètes...

Voici quelques façons dont les cinq compétences entrent en jeu dans la planification technique :

### Résolution de problèmes

- Déterminer une structure appropriée pour le développement technique
- Concevoir des activités qui permettent le perfectionnement à la fois des compétences techniques et de l'attitude en entraînement
- Déceler le symptôme à la source
- Gestion des risques

### Valorisation

- Faire en sorte que les activités sont conformes aux habiletés et à la progression des athlètes (du trampoline au saut à skis)
- Respecter les différents styles d'apprentissage des athlètes, discuter des différentes façons d'expliquer une habileté.

### Réflexion critique

- Comparer les connaissances, compétences et attitudes actuelles avec l'information fournie dans le manuel technique Sauts 3
- S'adapter à tous les sites et faire la promotion d'un environnement d'entraînement sécuritaire en tout temps (proactif)
- Comprendre et appliquer les exigences liées à l'équipement lors de l'utilisation d'une rampe d'eau ou d'un coussin gonflable

### Direction

- Élaborer des stratégies pour gérer le temps et les ressources, en fonction des besoins de l'athlète en matière d'entraînement et de compétition
- Gérer les activités sur un site et préparer toutes les sanctions et les certificats d'assurance avant l'entraînement
- Plan d'action d'urgence spécifique
- Contrôler la circulation (maître du plateau, trampoline...)

### Interaction

- Travailler avec d'autres entraîneurs pour élaborer des philosophies d'entraînement et de compétition pour votre programme
- Demander aux athlètes de discuter entre eux de leurs expériences
- Circulation des athlètes durant la séance

## Notes d'orientation générales à l'intention de l'animateur :

- Essayez de planifier un cours à un endroit situé près d'une rampe d'eau et d'un coussin gonflable. De cette façon, vous pourrez donner le cours en trois jours consécutifs.
- Les candidats doivent participer activement aux discussions et démonstrations durant le cours. Demandez aux entraîneurs de faire preuve d'innovation dans leur processus de réflexion.
- Le cours sera d'une durée de 3 jours et 6 candidats ou moins y participeront. Il est possible de choisir l'une des formules suivantes (selon ce que désire l'OPS)
  - 1 journée sur la rampe d'eau et deux journées sur le coussin gonflable
  - 2 journées sur la rampe d'eau et 1 journée sur le coussin gonflable
- À la fin de chaque journée, l'animateur fait une récapitulation des activités de la journée. Pendant ce temps, les candidats sont encouragés à prendre des notes qu'ils pourront consulter ultérieurement. Les candidats trouveront une section réservée à la prise de notes à la dernière page du manuel technique Sauts 3.
- S'il n'y a pas de trampoline sur le site, le temps alloué à cette période sera consacré à la rampe d'eau, ou au visionnement de vidéos pour parcourir toute la matière et les aptitudes pédagogiques
- L'animateur peut décider d'offrir à certains athlètes la chance de se joindre au cours en tant que démonstrateurs. Les athlètes doivent être des athlètes membres actifs de l'ACSA.
- Chaque jour, les entraîneurs doivent avoir la possibilité de mettre en pratique les compétences suivantes pendant le cours afin d'acquérir les compétences nécessaires pour devenir de bons entraîneurs.
  - 1) Explication d'une habileté
  - 2) Explication de l'analyse contextuelle/situationnelle
  - 3) Démonstration d'une habileté (par eux-mêmes ou à l'aide d'un modèle)
  - 4) Détection et correction
  - 5) Explication pour corriger l'erreur

# Survol de l'atelier Sauts 3

Matière du module Sauts 3 – rampe d'eau et coussin gonflable :

## Administration

- Exigences du site pour un entraînement sur rampe d'eau ou coussin gonflable
- Sanction et certificat d'assurance
- Responsabilités de l'entraîneur
- Gestion des risques
- Plan d'action d'urgence
- Cheminement à suivre pour devenir qualificateur
- Procédures de qualification des sauts et manuel de règlements et de qualification des sauts de l'ACSA
- Tenir un registre des sauts, des qualifications, rapports d'accident
- Équipement vidéo

## Rampe d'eau

- Gestion de la circulation propre au site
- Inspection complète du site (et du trampoline)
- Exigences relatives à l'équipement (combinaison ou vêtement étanche)
- Procédures relatives au fartage
- Fonctionnement et gestion de la circulation d'air (bulles)
- Introduction à la rampe d'eau pour débutant (entrée à gauche et à droite)
- Introduction au ski à reculons sur la rampe d'eau (entrée à gauche et à droite)
- Facteur vitesse
- Maître du plateau
- Répercussions environnementales sur l'entraînement

## Coussin gonflable

- Gestion de la circulation propre au site
- Inspection complète du site (et du trampoline)
- Exigences relatives à l'équipement (quel vêtement porter)
- Procédures relatives au fartage
- Évaluation et gestion de la circulation de l'air dans le coussin gonflable
- Introduction au coussin gonflable pour débutant (entrée à gauche et à droite)
- Introduction au ski à reculons sur coussin gonflable (entrée à gauche et à droite)
- Facteur vitesse
- Maître du plateau
- Répercussions environnementales sur l'entraînement

#### Habilités du module Sauts 3 - intro aux sauts inversés

- Essayer progressivement les différents tremplins et attentes
- Examen rapide de la progression de Sauts 2 - trampoline
- Back tuck
- Front tuck
- Cork 7

#### Habilités de Sauts 4 B – manœuvres inversées et désaxées

- Essayer progressivement les différents tremplins et attentes
- Examen rapide de la progression de Sauts 2 - trampoline
- Lincoln-loop
- Flair
- Flat-3, Flat-5
- Rodeo-5
- Et autres manoeuvres inversées simples avec vrilles

#### Qualifications

- Manuel de règlements et de qualifications des sauts
- Processus de qualification de l'athlète
- Processus de certification de l'entraîneur

Tout le matériel de référence à l'intention des candidats et l'animateur-formateur se trouve dans les manuels techniques de Sauts 1, Sauts 2 et Sauts 3 et le manuel de règlements et de qualification des sauts.

# Liste de vérification pour l'atelier

## Avant le cours : matériel et liste des choses à faire :

- ❑ **Réserver le temps d'utilisation de la rampe et du coussin gonflable** - en coordination avec l'OPS qui dirige le cours : 4 ou 3 semaines avant.
- ❑ Commander le manuel Sauts 3 auprès de votre OPS (minimum de 3 semaines à l'avance)
- ❑ Assurez-vous que le cours est sanctionné par l'ACSA sur tous les sites (vérifiez auprès de votre OPS)
- ❑ Envoyer un courriel contenant les renseignements suivants à tous les participants
  - Endroits du cours
  - Horaire détaillé
  - Copie du manuel Sauts 1-2-3 pour que les candidats
  - Indiquer si les athlètes sont autorisés à participer au cours comme démonstrateur
  - Feuille des choses à apporter pour les candidats
- ❑ **Préparer des vidéos de chaque manoeuvre vue dans le cours.**
  - Les vidéos qui seront utilisées pour l'entraînement pré-qualification ou pour montrer une manoeuvre
  - Idéalement quelques vidéos d'une qualification considérée limite pour montrer ce qui est acceptable ou non dans le processus de qualification
- ❑ Assurez-vous de savoir comment entrer les données « Locker » dans la base de données de l'ACE –envoyez un courriel à coaches@freestyleski.com
- ❑ Le manuel du DLTA du ski acrobatique (le manuel technique contient du matériel de référence mais seulement lié au contexte compétition-développement).

## Préparation du cours avant l'atelier :

- ❑ Communiquer avec l'opérateur de la rampe d'eau et du coussin gonflable
  - Vérifier si un opérateur sera présent en tout temps
  - S'informer de la façon d'ouvrir, de faire fonctionner et de fermer l'installation si nécessaire
  - Accès à une salle de rencontre; tranquille, suffisamment grande, électricité, projecteur
  - Communiquer la liste des candidats pour obtenir les rabais sur les billets de remontée (le club local peut aider à effectuer cette tâche) au besoin
- ❑ Crayons et stylos
- ❑ Accès à un téléviseur – ou un projecteur et un ordinateur si tout votre contenu se trouve sur un ordinateur
- ❑ Amener une caméra vidéo sur le parcours. S'assurer d'avoir tous les câbles pour présenter les vidéos aux candidats
- ❑ Tableau ou tableau de papier
- ❑ Liste de tous les candidats fournie par le BUREAU DE L'OPS
- ❑ Préparer un PAU (plan d'action d'urgence) pour chaque installation

### Tâches administratives à effectuer après le cours :

- ❑ Inscrire les renseignements concernant les candidats et le cours dans le 'locker' et le soumettre à l'ACSA pour obtenir son autorisation. Envoyez un courriel à [coaches@freestyleski.com](mailto:coaches@freestyleski.com) si vous ne savez pas comment procéder.
- ❑ Assurez-vous que les candidats ont rempli et remis le formulaire « Évaluation de l'animateur »
- ❑ Tous les formulaires d'évaluation sont remplis et distribués aux candidats, à leur évaluateur et à l'administrateur de leur OPS – conservez également une copie pour vous. Vérifiez si la copie que vous envoyez est en format « lecture seulement. »
- ❑ Établir un échéancier et des directives à l'intention des candidats qui pourraient avoir besoin d'entraînement avant de passer la partie A ou B du cours Sauts 3
- ❑ **Les animateurs-formateurs devraient toujours conserver des copies de leurs formulaires d'évaluation des entraîneurs du PNCE et les renseignements concernant l'inscription!**

# Horaire

Les journées durent environ huit heures. Consultez le manuel Sauts 3 pour obtenir des renseignements sur des points précis à aborder relativement à l'aperçu suivant de la matière :

Jour 1 – rampe d'eau		
Section	Time (min)	Matière
Introductions	30	
		Présentations lors d'une table ronde
		Détails concernant le cours
		Détails sur la formation et l'évaluation
Inspection et visite	30	Formulaire d'inscription du PNCE
		Équipement
		Rôle du responsable de la rampe
		Sanction de l'ACSA
		Inspection
		Plan d'action d'urgence (PAU)
Équipement requis	30	Gestion des risques
		Gilet de sauvetage (vêtement de flottaison individuel)
		Casque avec protecteur d'oreilles
		Gants
		Combinaison isothermique ou vêtement étanche
		Skis munis de dragonnes
		Ski : forme, carres, fibre de verre
Fixation de ski : Réglage DIN		
Échauffement	15	
		Demander aux entraîneurs d'exprimer leurs idées
Séance 1 sur trampoline	60	
		Manoeuvres de base et rotations, jusqu'au 720
		Balancement positif des bras
		Accent sur le centre de gravité
Initiation à la rampe d'eau	30	Bonnes habitudes sur le trampoline et comment celles-ci influencent l'exécution sur skis
		Vérifier si l'équipement des candidats est sécuritaire
		Combinaison
		Rôle du maître du plateau
		Marcher vers l'avant et vers l'arrière, glisser et marcher de côté avec les skis sur le tapis

		Vérifier la position du corps
		Progression sur saut de 90 pour skier sur la rampe
		Progression pour skier sur la rampe à reculons
Séance 1 sur rampe d'eau	60	
		Imiter un athlète débutant à son premier saut sur la rampe d'eau
		Augmenter la vitesse, la taille du tremplin et les manoeuvres jusqu'au 720
		Appels
		Former des équipes de deux candidats pour enseigner les manoeuvres de base et agir en tant que maître du plateau
DÎNER	45	
Séance théorique 1	30	
		Phases des sauts
		Discuter avec les candidats des progressions, de l'exécution et du millage
Séance 2 sur trampoline	30	
		Back Tuck
		Front Tuck
		Cork 720
Séance 2 sur rampe d'eau	90	
		Progression et exécution des manoeuvres suivantes
		Back Tuck
		Front Tuck
		Cork-7
Fermeture	15	
		Fermeture de la rampe d'eau et du trampoline
Conclusion et compte rendu	15	
		Compte rendu en présence de l'équipe
Total d'heures	8	

<b>Jour 2 – coussin gonflable</b>		
Section	<b>Time (min)</b>	Matière
Séance théorique 2	30	
		Introduction aux biomécaniques
Séance 3 sur trampoline	60	
		Échauffement
		Révision des 3 techniques de rotation

		Back Layout
		Back Full
		Under-Flip
		Misty-5, Misty-7
		D-Spin 7
		Bio-7
Séance 1 sur coussin gonflable	<b>120</b>	
		Inspection
		Démarrer le coussin gonflable
		Exigences en matière de sécurité
		Responsabilité de l'opérateur et liste de vérification
		Évaluation et contrôle de la circulation d'air
		Technique de réception
		Effet de la différence de poids des athlètes
		Discussion au sujet des effets de la température sur le coussin gonflable
		Saut - familiarisation avec le coussin gonflable
		Progression et exécution des manoeuvres suivantes
		Back Layout
		Back Full
		Under-Flip
		Misty-5, Misty-7
		D-Spin 7
		Bio-7
DÎNER	<b>45</b>	
Séance théorique 3	<b>45</b>	
		Processus de qualification
		Manuel de règlements et de qualification des sauts
		Formulaire de qualification
		Passeport
		Processus à suivre pour devenir qualificateur 3a ou 3b
Séance 4 sur trampoline	<b>30</b>	
		Lincoln-Loop
		Flair
		Flat-3, Flat-5
		Rodeo-5
Séance 2 sur coussin gonflable	<b>120</b>	
		Progression et exécution des manoeuvres suivantes

		Lincoln-Loop
		Flair
		Flat-3, Flat-5
		Rodeo-5
Fermeture	<b>15</b>	Fermeture du coussin gonflable et de la rampe d'eau
Conclusion et compte rendu	<b>15</b>	Compte rendu en présence de l'équipe
Total in hours	<b>8</b>	

<b>Jour 3 – coussin gonflable</b>		
Section	Time (min)	Matière
Séance théorique 4	<b>30</b>	Formulaire de sanction
		Certificat d'assurance
		Formulaire d'accident
		Planifier une séance qui incorpore les progressions des sauts sur trampoline et en ski
Séance 5 sur trampoline	<b>30</b>	Échauffement
		Révision des manoeuvres
Séance 3 sur coussin gonflable	<b>120</b>	Réviser les manoeuvres
		Le candidat enseigne une habileté et met en pratique l'enseignement du module Sauts 3
		Discuter de l'évaluation du candidat
		Devoirs (une manoeuvre ou une habileté administrative ou opérationnelle par candidat pour un total de 2)
<b>DÎNER</b>	<b>60</b>	Le candidat prépare sa leçon
Évaluation	<b>180</b>	Une manoeuvre par candidat
		Une habileté administrative ou opérationnelle par candidat
Fermeture	<b>15</b>	Fermeture du coussin gonflable et du trampoline
Conclusion et compte rendu	<b>45</b>	Compte rendu en présence de l'équipe
		Compte rendu individuel
		Besoin d'un suivi?

		Protocole de demande de statut de qualificateur
Total d'heures	<b>8</b>	

# Formulaire d'évaluation

À réviser en classe de sorte que le candidat sache quels points seront évalués.

STATUT DE L'ENTRAÎNEUR DE SAUTS		FORMÉ ou CERTIFIÉ	
NOTE DU CANDIDAT		0	
NOTE DE PASSAGE		125	
Sauts 3A – rampe d'eau : l'entraîneur peut enseigner le Cork 720, Front Tuck et Back Tuck SUR EAU			
Sauts 3A – coussin gonflable : l'entraîneur peut enseigner le Cork 720, Front Tuck et Back Tuck SUR COUSSIN GONFLABLE			
Sauts 3B – rampe d'eau : l'entraîneur peut enseigner les manoeuvres inversées simples avec vrilles SUR EAU			
Sauts 3B – coussin gonflable : le candidat peut enseigner des manoeuvres inversées simples avec vrilles SUR COUSSIN GONFLABLE			
<p><b>CERTIFIÉ = l'entraîneur peut ENSEIGNER ET QUALIFIER ses athlètes dans l'environnement déterminé</b>  <b>FORMÉ = l'entraîneur doit être réévalué avant d'enseigner les sauts inversés à ses athlètes</b></p>			
<b>COMMENTAIRES GÉNÉRAUX :</b>			
<p>La licence et la certification de l'entraîneur peuvent être révoquées si ce dernier travaille à l'extérieur du champ de compétence pour lequel il est certifié.</p>			
<b>ÉCHELLE D'ÉVALUATION</b>			
<p>Besoin d'amélioration : 1, Répond aux attentes : 2, Excellent : 3</p> <p>Tous les candidats doivent obtenir la mention « RÉPOND AUX ATTENTES » dans leur évaluation pour réussir</p>			
<b>TECHNIQUE</b>			
CRITÈRES	INDICE	NOTE DU CANDIDAT	NORME
Habilités de base	L'entraîneur observe la bonne technique utilisée pour skier sur le tremplin, vers l'avant et à reculons		2
	Les progressions des habiletés sont suivies, saut droit, prises, positions droites		2
	L'entraîneur introduit la rotation dans les deux directions		2
	Rotations jusqu'au 720; mécaniques de base de la rotation enseignées dans des tranches de 180		2
	L'entraîneur utilise les prises ou les positions dans la rotation pour aider l'athlète à tourner en contrôle		2
	L'entraîneur aide l'athlète à mieux comprendre la contre-rotation ou shifty en repérant l'isolation du haut et du bas du corps		2
Sauts 3A - compréhension des habiletés techniques	Cork 720 - accent mis correctement sur l'extension pour réussir la position désaxée		2
	Front Tuck - extension à l'impulsion, les yeux regardent vers l'extérieur et devant		2
	Backward Tuck - ascension dans la mi-section avec les hanches qui exercent une pression pour créer le flip		2
Sauts 3B - compréhension des habiletés techniques avancées	Lincoln Loop - les yeux regardent un point fixe devant, axe du renversement latéral maintenu		1
	Misty 540 - extension avec légère rotation de l'épaule à		2

	l'impulsion, dos plat au sommet		
	Back Layout - extension avec toutes les articulations fléchies et solides, axe du corps rigide		2
	Back Full – position tendue accentuée avant que se produise l'inclinaison latérale ou le contact pour produire la rotation		2
	D-Spin - l'entraîneur discute du lien avec le 720 qui est davantage inversé		2
	Flatspin – les hanches demeurent neutres et le haut du corps produit la rotation à plat		2
	Rodeo 540- l'entraîneur explique en détail les mouvements requis pour réussir le renversement latéral		2
	Flare/Underflip- mécaniques du <i>flare</i> utilisé dans la demi-lune, underflip en SS		1
	Bio 720- léger mouvement avant étant donné que l'amorce (ou l'envol) est un misty non inversé		2
	Switch Rodeo 540 – doit être exécuté à reculons sur une piste d'envol sécuritaire		1
	Cork 540 - habileté technique qui exige une impulsion sur les carres afin d'assurer une exécution sécuritaire		1
<b>Compétence obtenue</b>		<b>0</b>	<b>36</b>

## COMMENTAIRES

## RAMPE D'EAU

CRITÈRES	INDICES	NOTE DU CANDIDAT	NORME
L'entraîneur applique les normes de sécurité appropriées, s'occupe de mise en place de l'installation et de la préparation des athlètes sur la rampe d'eau	L'entraîneur fait l'inspection de toute l'installation		2
	L'entraîneur sait où se trouve l'équipement de premiers soins et l'équipement de flottaison (planche dorsale)		2
	L'entraîneur est membre en règle de l'ACSA, de même que tous les athlètes qui utilisent l'installation		2
	L'entraîneur respecte la politique de gestion de la rampe propre à l'installation		2
	L'entraîneur connaît les directives générales énoncées dans le manuel de règlements et de qualification des sauts		2
	L'entraîneur connaît les exigences de l'ACSA en matière de SANCTION		2
	Équipement (vêtement de flottaison individuel approuvé!) REQUIS! communiqué		2
	Équipement, casque avec protecteurs d'oreilles requis		2
	L'entraîneur sait comment démarrer et éteindre le système à bulles d'air, au besoin		2
<b>Compétence obtenue</b>		<b>0</b>	<b>18</b>

## COMMENTAIRES

## COUSSIN GONFLABLE

### GESTION

CRITÈRES	INDICES	NOTE DU CANDIDAT	NORME
L'entraîneur applique les normes de sécurité appropriées, s'occupe de mise en place de l'installation et de la préparation des athlètes sur le coussin gonflable	L'entraîneur fait l'inspection de toute l'installation		2

	Les procédures opérationnelles des fabricants sont suivies (casque requis)		2
	Le coussin gonflable est sécuritairement ancré		2
	Gestion continue du déploiement du coussin gonflable et de l'usure de la surface du coussin		2
	Entretien du tremplin et de la piste d'envol		2
	Gestion de la vitesse sur la piste d'envol		2
	Gestion de la trajectoire de l'athlète, y compris les virages coupés		2
	Gestion du générateur ou de l'approvisionnement en électricité et autres équipements sur le site		2
	Exigences relatives à l'équipement suivies; aucun bâton ni skis munis d'irrégularités		2
<b>Compétence obtenue</b>		<b>0</b>	<b>18</b>
<b>COMMENTAIRES</b>			
<b>ÉVALUATION DU QUALIFICATEUR : observation d'une qualification</b>			
<b>CRITÈRES</b>	<b>INDICES</b>	<b>NOTE DU CANDIDAT</b>	<b>NORME</b>
Le qualificateur dirige et met en place un processus de qualification bien structuré, sécuritaire et organisé.	Explique le processus à l'athlète : nombre de sauts requis et règlements		1
	Les directives du qualificateur sont positives, professionnelles et données au moment opportun		2
	Le qualificateur n'« entraîne » pas le candidat au moyen d'interventions techniques		2
	L'entraîneur a en main les formulaires de qualification		1
	L'entraîneur veille à la sécurité de l'environnement avant de commencer la séance de sauts et réduit les risques		2
	Le qualificateur peut évaluer les erreurs qui pourraient compromettre la sécurité des athlètes		2
	Le qualificateur élabore un plan d'action d'urgence		2
<b>Compétence obtenue</b>		<b>0</b>	<b>12</b>
Comprendre la formation requise et le processus d'évaluation pour obtenir le statut de qualificateur	L'entraîneur a appliqué correctement le processus de qualification des cinq sauts		2
	L'entraîneur comprend bien les éléments qui entraînent l'échec ou la réussite d'une qualification de manœuvre.		2
	L'entraîneur a observé les erreurs techniques		2
	L'entraîneur a correctement décelé les forces des cinq sauts du processus de qualification		2
	L'entraîneur a correctement décelé les lacunes des cinq sauts du processus de qualification		2
	L'entraîneur a donné une rétroaction technique appropriée et d'une façon constructive sur les cinq sauts		2
<b>Compétence obtenue</b>		<b>0</b>	<b>12</b>
Gérer les aspects administratifs du processus de qualification	Formulaire de qualification des athlètes de l'ACSA dûment rempli		2
	Passeport des sauts dûment rempli		2
	A un exemplaire du manuel de règlements et de qualification des sauts et connaît bien son contenu		1
	Sait où obtenir le formulaire d'accident de l'ACSA		1

	L'entraîneur a rempli correctement les formulaires de qualification des athlètes : OPS + ACSA + entraîneur de l'athlète + une copie pour lui-même		2
<b>Compétence obtenue</b>		<b>0</b>	<b>8</b>
<b>COMMENTAIRES</b>			
<b>INTERVENTIONS DE L'ENTRAÎNEUR</b>			
		NOTE DU CANDIDAT	NORME
<b>ENSEIGNEMENT</b>	L'entraîneur décrit correctement l'habileté		2
	L'entraîneur explique bien l'habileté et l'exercice		2
	L'entraîneur veille à la participation des participants		2
<b>DÉTECTIONS</b>	L'entraîneur détecte correctement les erreurs		2
	La détection est liée à la manœuvre donnée.		1
	L'entraîneur tient compte d'autres facteurs qui influencent		2
<b>CORRECTIONS</b>	Les interventions de l'entraîneur sont liées aux habiletés : exercices, objectifs		2
	L'entraîneur choisit l'environnement d'intervention approprié		2
	L'intervention est progressive pour l'athlète		2
<b>RÉTROACTION</b>	L'entraîneur donne une rétroaction claire, concise et appropriée		2
	L'entraîneur fait des démonstrations constructives au besoin		2
<b>Compétence obtenue</b>		<b>0</b>	<b>21</b>
<b>COMMENTAIRES</b>			

## NOTES :

Écrivez ici ou imprimez l'encadré et écrivez.

## Formulaire de rétroaction de l'animateur

Les animateurs-formateurs et évaluateurs peuvent utiliser le formulaire suivant pour formuler des commentaires à la suite de l'atelier ou faire part de leurs observations concernant leur expérience relative à ce programme. Vos commentaires et suggestions relativement à des changements possibles ou à la mise à jour du contenu ou du format sont les bienvenus.

Les évaluateurs peuvent formuler des commentaires et faire des suggestions sur le matériel utilisé pour les évaluations comme :

- Les cahiers d'exercices
- Le format des observations
- Les outils d'évaluation
- Le calendrier des évaluations et le suivi des modules du PNCE
- Autres points sur lesquels ils désirent formuler des commentaires

Les animateurs-formateurs peuvent formuler des commentaires sur le format de l'atelier technique de six jours, précisément sur :

- Le format du cours; suffisamment long? Trop de matière?
- L'outil d'évaluation des habiletés de l'entraîneur
- Nombre de candidats
- Horaire
- Aménagement du terrain
- Guides de l'animateur-formateur
- Autres points sur lesquels ils désirent formuler des commentaires

**NOM DE L'ANIMATEUR OU DE L'ÉVALUATEUR :**

**POINT DU PROGRAMME SUR LEQUEL PORTE LES COMMENTAIRES :**

**DATE DE SOUMISSION DE CE FORMULAIRE :**

**DATE DE L'ATELIER, DE L'ÉVALUATION OU DE L'OBSERVATION :**

Cliquez à l'intérieur de l'encadré pour écrire vos commentaires. Veuillez l'envoyer ensuite au coordinateur du programme des entraîneurs de l'ACSA.