

DINOSAURE



Préalable : Enchaîner des virages chasse-neige.

Objectif : Exécuter des virages chasse-neige rythmés et variés.

Compétences

- Effectue des virages chasse-neige sans traverse.
- Est en mesure de varier la vitesse selon le terrain.
- Est mobile au niveau des chevilles-genoux-hanches.

Sécurité et comportement

- Écoute et suit les consignes.
- Prend plaisir à skier.
- Reconnaît la signalisation d'une piste fermée.
- Connaît les principales règles de sécurité dans les remontées.

Commentaires : _____

Moniteur : _____

Date : _____ Inscription au niveau : _____



LES MINI VIKINGS DE L'AMSC

Suivi de la progression de l'élève



NOM DE L'ÉLÈVE : _____

ÉCOLE DE NEIGE : _____

TIGRE



Préalable : Exécuter des virages chasse-neige rythmés et variés.

Objectif : Exécuter une partie du virage avec les skis en position parallèle.

Compétences

- Démonstre un appui sur le ski extérieur.
- Tourne avec les skis en parallèle sur piste verte.
- Contrôle la vitesse en arrondissant les virages.
- Démonstre une position/équilibre mobile.

Sécurité et comportement

- Écoute et suit les consignes.
- Prend plaisir à skier.
- Reconnaît la signalisation d'une piste fermée.
- Connaît les principales règles de sécurité dans les remontées.

Commentaires : _____

Moniteur : _____

Date : _____ Inscription au niveau : _____



L'Alliance des moniteurs de ski du Canada (AMSC) a conçu le programme de suivi de progression de l'élève Les mini Vikings pour les écoles de neige afin que ces dernières favorisent un environnement d'apprentissage du ski amusant et sécuritaire.

Depuis plus de 70 ans, l'AMSC offre une formation et différents niveaux de certification aux moniteurs de ski d'un bout à l'autre du Canada. Chef de file en enseignement du ski, elle établit la norme en ce qui a trait à la profession.



1 800 811-6427
snowpro.com

AUTRES POSSIBILITÉS D'APPRENTISSAGE AVEC L'AMSC

Les Vikings sur neige de l'AMSC

Cette prochaine étape s'adresse aux enfants de 6 ans et plus. Elle se divise en trois sections : Explorateur, Aventurier et Conquérant. Avec les programmes Les Vikings sur neige et Les mini Vikings de l'AMSC, les enfants apprennent à skier avec plaisir et en toute sécurité.

Tous droits réservés © AMSC 2008. Le matériel fourni ne peut en aucun cas être utilisé, reproduit ou transmis, en totalité ou en partie, sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, de façon électronique ou à la main, y compris les photocopies, l'enregistrement ou l'utilisation de tout stockage et de système d'extraction, sans l'accord écrit préalable de l'AMSC. Pour demander une telle autorisation et pour toute autre demande, veuillez communiquer avec l'AMSC à l'adresse courriel suivante : national@snowpro.com, ou composer le 1 800 811-6428.

PENGUIN

Pente école

Préalable : Aucun

- Objectif : Descendre avec assistance.

Compétences

- Marche avec les skis.
- Équilibre le poids sur les deux pieds pendant la descente.

Sécurité et comportement

- Écoute et suit les consignes.
- Prend plaisir à skier.



Commentaires : _____

Moniteur : _____

Date : _____ Inscription au niveau : _____

PANDA

Pente école

Préalable : Descendre avec assistance.

- Objectif : Descendre en chasse-neige sans assistance.

Compétences

- Effectue une descente complète en chasse-neige.
- S'immobilise à l'aide d'un arrêt chasse-neige.
- Équilibre le poids sur les deux pieds pendant la descente.

Sécurité et comportement

- Écoute et suit les consignes.
- Prend plaisir à skier.



Commentaires : _____

Moniteur : _____

Date : _____ Inscription au niveau : _____

GIRAFE

Pente école 

Préalable : Descendre en chasse-neige sans assistance.

- Objectif : Faire des changements de direction en chasse-neige.

Compétences

- Démontre un appui principalement sur le ski extérieur.
- Contrôle la vitesse en gardant les skis en chasse-neige.

Sécurité et comportement

- Écoute et suit les consignes.
- Prend plaisir à skier.



Commentaires : _____

Moniteur : _____

Date : _____ Inscription au niveau : _____

ZÈBRE

Pente école 

Préalable : Faire des changements de direction en chasse-neige.

- Objectif : Enchaîner des virages chasse-neige.

Compétences

- Démontre un appui principalement sur le ski extérieur.
- Effectue des virages chasse-neige en tournant les skis jusqu'à la fin du virage.
- Effectue une série de virages chasse-neige.

Sécurité et comportement

- Écoute et suit les consignes.
- Prend plaisir à skier.
- Reconnaît la signalisation d'une piste fermée.
- Connaît les principales règles de sécurité dans les remontées.



Commentaires : _____

Moniteur : _____

Date : _____ Inscription au niveau : _____