



# La filière sportive du comité Mont-Blanc

FEDERATION FRANCAISE DE SKI  
Pour toute info : ski@ffs.fr

## L'itinéraire du Champion

TROIS ETAPES COMMUNES, INDISPENSABLES ET INCONTOURNABLES



**LA DETECTION**  
**LA FORMATION**  
**L'ENTRAINEMENT**

**LE SUCCES**

Commission alpine comité Mont-Blanc 07




## La filière sportive du comité Mont-Blanc

### LA DETECTION

- ☛ Elle doit permettre l'évaluation des jeunes et non une sélection trop précoce reproduisant le haut niveau.
- ☛ L'évaluation des tout-jeunes se fera selon leur capacité à progresser et non pas sur des résultats à court terme dans un souci de laisser les jeunes s'exprimer sans les spécialiser trop tôt.
- ☛ Les moyens d'évaluation se font au travers des compétitions avec des formats et contenus adaptés à chaque catégorie d'âge.
- ☛ De microbe jusqu'à senior des systèmes de détection et de formation appropriés pour chaque tranche d'âge.

**La détection doit également aboutir à une politique d'élargissement de la pratique**





## LA FORMATION

### Filière Sportive du comité Mont-Blanc

- ☛ C'est le premier maillon indispensable aux filières d'accès au haut niveau; elle se situe dans les écoles primaires, les clubs, les collèges.
- ☛ Elle offre aux jeunes skieurs la possibilité de pratiquer leur discipline tout en suivant une scolarité aménagée.
- ☛ La définition des aménagements scolaires devrait être commune à toutes les disciplines. Une convention devrait être passée entre la FFS, les Rectorats et les intervenants locaux (DRDJS, Conseil Régional et Départemental et Comités Régionaux FFS).



## L'ENTRAÎNEMENT

- ☛ C'est la partie indispensable de la filière qui permet l'accès aux Équipes de France et au plus haut niveau de performance qui conduit aux podiums de Coupe du Monde et Jeux Olympiques.
- ☛ Il sera efficace grâce à une scolarité qui gravitera autour des exigences de La Performance Sportive (entraînements, compétitions, récupération, suivi...)
- ☛ L'articulation se fait avec le support d'un ou plusieurs Lycées (classique, professionnel et agricole) et les Centres de Formation par l'Apprentissage. (CFA)
- ☛ La gestion des individus devrait se faire par groupe de besoin et non pas uniquement par groupe de niveau.
- ☛ Le suivi médical longitudinal se fait en étroite collaboration avec les CF et les CE nationaux.



- ☛ **Des entraînements et des compétitions avec des formats adaptés à chaque catégorie** organisés par les clubs districts et comité en harmonie avec des programmes scolaires aménagés
- ☛ La Notion de Plaisir est Importante, les jeunes doivent aimer venir au club et se confronter. Les parents doivent absolument dédramatiser les résultats des compétitions, autant lors de victoire que lors de défaite.
- ☛ Dans les petites catégories, il faut favoriser la pratique multi activités à l'entraînement, voire en compétition en organisant des passerelles entre différentes activités .



- ❏ **Pour les microbes:** L'entraînement doit être varié et multi discipline (toutes disciplines de glisse). Il se fait par le club ou l'ESF.
- ❏ Les courses organisées au niveau district et club(entre 5 et 8) devraient se faire sur un principe de pluri activités. Associées manches de slalom ,ou géant ou s-géant avec skier cross ou saut ou bosses ou télémark. Mini parcours de vitesse. Manches courtes mais au moins trois ou quatre. Courses relais ou par équipe. Flèches chamois.
- ❏ Pour cette catégorie le résultat individuel ne doit pas être une priorité.
- ❏ Les compétitions servent à évaluer un niveau technique et non pas de base de sélection. Les parents et entraîneurs doivent savoir relativiser les résultats.
- ❏ Le ski scolaire dans le primaire a toute son importance et doit se faire en relation avec le club local avec un esprit de formation.

## Filière sportive du comité Mont-Blanc

LA DETECTION

LA FORMATION

L'ORGANISATION SUR LE TERRAIN



- ☛ **Pour les poussins:** L'entraînement doit être varié et multidisciplinaire (toutes disciplines de glisse) au même titre que les microbes. Il se fait par les clubs.
  - ☛ Des compétitions sont organisées :
    - au niveau local (courses clubs et district). Elles permettent d'évaluer des compétences techniques. Elles devraient se faire sur un principe de pluri-activités. Associées manches de slalom, ou géant ou s-géant avec skier cross ou saut ou bosses ou télémark. Mini parcours de vitesse. Manches courtes.
    - au niveau régional (trophée glace des alpes). Environ trois cents cinquante enfants garçons et filles du département viennent se confronter sur une course open qui qualifiera 200 enfants pour une finale de combi race.
    - au niveau national (le coq d'or) ouvert à tout les enfants ayant obtenu des points open dans les flèches organisées par les ESF. Ces compétitions ne sont pas une finalité mais doivent rester un jeu. (environ 10 courses par saison)
- Le ski scolaire dans le primaire a toute son importance et doit se faire en relation avec le club local avec un esprit de formation.

## Filière sportive du comité Mont-Blanc

LA DETECTION

L'ORGANISATION SUR LE TERRAIN

LA FORMATION



- ☛ **Pour les benjamins:** Cette catégorie d'âge correspond au première année de collège. L'appartenance à des classes à horaires aménagés est souhaitable. L'entraînement est plus orienté mais reste varié. Il est fait par les clubs et les collèges.
- ☛ Des compétitions sont organisées :
  - au niveau local (courses clubs et district). Elles permettent d'évaluer des compétences techniques et d'apprendre à courir. Elles doivent s'étaler sur toute la saison et se faire en nombre suffisant.(entre 8 et 12)
  - au niveau régional (trophée banque populaire). Environ trois cents enfants garçons et filles du département viennent se confronter sur une course open qui qualifiera 200 enfants pour le critérium régional. Ce circuit composé d'un slalom,d'un géant, d'un super géant, d'une course combinée permettra de détecter environ 70 enfants. Ces derniers participeront au critérium national.
    - au niveau national : Le critérium national et le coq d'or (ouvert à tout les enfants ayant obtenu des points open dans les flèches organisées par les ESF).
- ☛ Si la participation au critérium national est importante en revanche, des titres de champion de France dans cette catégorie ne sont absolument pas primordiaux pour la suite de sa carrière.



- ☛ **Pour les minimes:** Il est important d'arriver physiquement, techniquement et mentalement armé en fin de minime. Il doit avoir pris conscience de sa propre personnalité et de son propre corps pour développer son autonomie. Cette catégorie d'âge correspond aux dernières années de collège. L'appartenance à des classes à horaires aménagés est souhaitable voire indispensable.
- ☛ Selon des critères sportifs (être dans les 30 premiers du classement national), vont permettre aux Minimes 2 d'accéder au niveau supérieur (Pôles Espoirs ou pôle France)
- ☛ En plus des critères sportifs, les qualités techniques, physiques et psychologiques sont évaluées sous forme de tests pour une entrée en pôle France.
- ☛ Au-delà du 30<sup>ème</sup> au classement final national minimes, la hiérarchie du classement n'a plus valeur de sélection. Seul le potentiel est jugé par une commission en s'appuyant sur des tests, pour une entrée au pôle espoir.

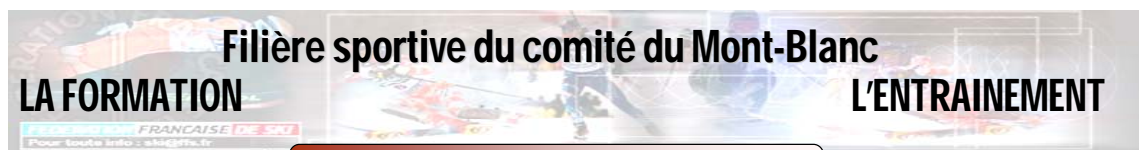


#### **Minimes(suite):**

- Des compétitions sont organisées:
  - au niveau local (courses clubs et district). Elles permettent d'évaluer des compétences techniques et d'apprendre à courir. Elles doivent s'étaler sur toute la saison et se faire en nombre suffisant.(entre 10 et 15)
  - au niveau régional (trophée banque populaire). Ce circuit composé de deux étapes comprenant chacune slalom, géant, super géant, et super combiné.
- Avant chaque étape, environ deux cents garçons et cent quatre vingt filles du département viennent se confronter sur une course open. Quatre vingts garçons et Soixante filles seront qualifiés sur l'étape qui suivra.
- A l'issue de toutes les courses de chaque étape, 34 garçons et 34 filles seront sélectionnés pour les étapes de l'écureuil d'or en fonction d'un classement par points. Le système de calcul de points favorise l'engagement et amenuise l'importance d'un abandon.



- ☛ **Pour les cadets:** Cette catégorie d'âge correspond au première année du circuit international (courses FIS). L'appartenance à des structures d'appui scolaire des pôles est indispensable. (Albertville, Saint Michel, La Motte, Le Fayet).
- ☛ La préparation se fait soit en club, soit en district, soit au sein du comité, soit au sein de la fédération.
- ☛ Les circuits de courses servent de support réel pour accéder aux groupes fédéraux. Ils sont organisés par la fédération française de ski et par la Fédération internationale de ski.
- ☛ Un circuit coupe de France cadet avec comme support des courses Fis
- ☛ Un championnat de France cadet
- ☛ Pour les meilleurs les Foje (Festival olympique de la jeunesse Européenne tous les 2ans)
- ☛ 25 départs de courses hors épreuves de vitesse pour les cadets et cadettes première année.



### L'ORGANISATION SUR LE TERRAIN



- ☛ **Pour les juniors:** C'est à partir de cette catégorie d'âge qu'on apprend à gagner. L'appartenance à des structures d'appui scolaire des pôles France est indispensable. (Albertville, Saint Michel, La Motte, CNED ou FAC).
- ☛ La préparation se fait, soit au sein du comité, soit au sein de la fédération.
- ☛ Les circuits de courses servent de support réel pour accéder aux coupes d'Europe ou coupe du Monde. Ils sont organisées par la fédération française de ski et par la Fédération internationale de ski.
- ☛ Un circuit coupe de France juniors avec comme support des courses Fis
- ☛ Un championnat de France junior
- ☛ Pour les meilleurs les Championnats du Monde Juniors.



**L'ORGANISATION SUR LE TERRAIN**



☛ Pour les séniors:

☛ Si le cheminement des étapes précédentes ont suffisamment armé l'athlète il pourra participer aux coupe du monde, Championnats du monde et Jeux Olympiques.

Avec au bout le

**LE SUCCES**