

GUIDE

LES NIVEAUX DE SKATEBOARD

PREAMBULE

La plupart des moniteurs interviennent principalement auprès d'un **public en découverte ou initiation** et n'arrivent pas à **garder les pratiquants** une fois que ceux-ci ont atteint un certain niveau d'autonomie.

C'est pourtant un enjeu majeur dans le **développement du skateboard**, notamment pour la **professionnalisation des clubs** et la **pérennisation des emplois de moniteur**.

Cette problématique soulève plusieurs questions :

A court terme

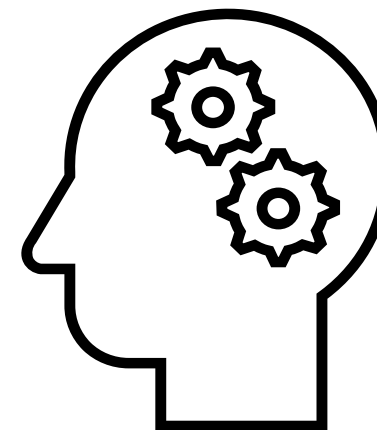
- Comment fidéliser les pratiquants après l'initiation ?
- Peut-on intéresser un public de perfectionnement au sein des clubs ?
- Quelles options peut-on proposer aux jeunes attirés par la compétition ?
- Quelles sont les alternatives pour un public « skateboard de loisir » ?

A moyen terme

- Comment aborder un enseignement de qualité, homogène sur le territoire national ?
- Comment développer l'effectif de skateur licenciés ?

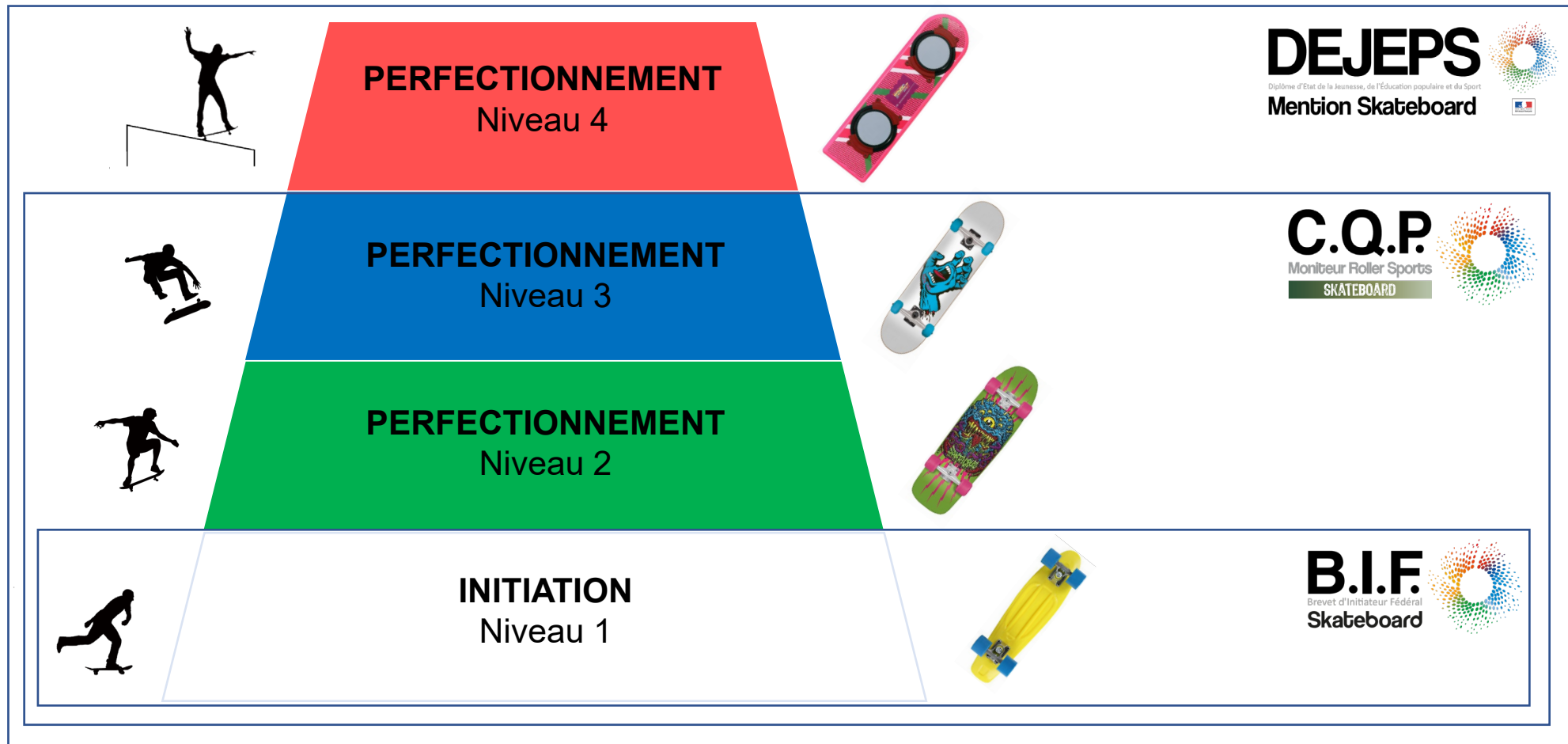
A long terme

- Quels sont les relais de demain pour préparer le « turn over » ?



NIVEAUX DE PRATIQUE ET ENCADREMENT

Voici les différents diplômes requis, pour être habilité à faire passer les niveaux de Skateboard.



LES NIVEAUX



OBJECTIF GÉNÉRAL : S'INITIER À LA PRATIQUE ET À LA CULTURE SKATEBOARD. SÉCURITÉ, PLAISIR ET AUTONOMIE.

Technique : les fondamentaux

- Gérer son équilibre en statique et en mouvement
- Maîtriser sa vitesse et ses trajectoires (*pousser, freiner, s'arrêter, tourner*)
- Aborder les premiers modules du skatepark
- Sauter / se retourner
- Aborder le Ollie

Culture Skate : devenir autonome

- Ecouter et respecter les consignes
- Savoir s'équiper (*choisir et mettre ses protections*)
- Connaître son stance : Goofy ou Regular
- Repérer les trajectoires et respecter les autres utilisateurs sur un skatepark (*respecter les ordres de passage...*)
- Connaître le vocabulaire de base spécifique au matériel et à l'environnement



OBJECTIF GÉNÉRAL : ACQUÉRIR LES TECHNIQUES DE BASE ET DÉVELOPPER UNE ASSURANCE SUR SA PLANCHE, VITESSE ET « BOARD CONTROL »*.

Technique : les basiques

- Rouler plus vite
- Maîtriser le Ollie
- Utiliser 5 types de modules (*flat, plan incliné, courbe, manual pad/curb, gap*)
- Apprendre de nouveaux tricks dérivés du Ollie (*rotations, shove-it, ...*)
- Rouler en normal et en switch
- Aborder les 3 autres formes d'élévation de planche : (*Fakie Ollie, Switch Ollie et Nollie*)

Culture Skate : appréhender le milieu skateboard

- Savoir régler son matériel
- S'imprégner de la culture skate (*origines, évolution, skateurs, médias, ...*)
- S'approprier le vocabulaire technique
- Évaluer son niveau technique et sa progression

* « board control » : contrôle de planche (équilibre + appuis)



OBJECTIF GÉNÉRAL : RÉALISER UN ENCHAÎNEMENT DE TRICKS BASIQUES VARIÉS, ADAPTÉS À CHAQUE CONFIGURATION DE SPOT.

Technique : développer un panel technique élargi

- Travailler son pop
- Acquérir le répertoire technique de base :
 - Flippy tricks de base : Kick Flip / Heel Flip
 - Grinds basiques (50-50, ...) et Slides basiques (boardslides, ...)
 - Manuals
 - Phases aériennes (explosivité / pop et 1° airs en courbe)
- Maîtriser son déplacement (*trajectoires et vitesse*) en switch
- Réaliser un run adapté à la configuration du spot : *street et/ou courbe à partir d'éléments techniques variés*

Culture Skate : intégrer les valeurs culturelles du skateboard

- Tester différents « set ups » (*configurations / spécificités des éléments du skateboard...*) et choisir le matériel adapté à sa pratique
- Se familiariser à sa propre image (photo, vidéo)
- Comprendre le vocabulaire et les expressions skateboard
- Être à l'écoute de l'actualité skateboard



Objectif général : Développer un skateboard technique et engagé. S'adapter à tous types de spots.

Technique : se fixer des objectifs

- 1. Polyvalence
Rider des spots variés : *skateparks, rampes, bowls et milieu urbain*
Développer le répertoire technique pour aborder différents spots (*inclinés, transitions, gaps, etc. ...*)
- 2. Spécialisation
Rider des spots plus engagés
Développer ses points forts techniques personnels :
 - Street : *grinds et slides variés, combos, flip-ins et flip-outs, etc. ...*
 - Courbe : *airs, tricks au coping, trajectoires*
- 3. Projets et Objectifs personnels : *contests et/ou vidéo-parts*

Culture Skate : élargir ses horizons et développer son réseau skateboard

- Apprécier la difficulté des tricks et des enchaînements, des spots et d'une esthétique spécifique
- Devenir autonome sur les sessions et déplacements
- S'ouvrir sur l'environnement culturel : *graphisme, médias, vidéo, musique, architecture, historique, etc. ...*
- Respecter les valeurs du skateboard, des autres skateurs, des passants.

VALIDATION DES DIFFERENTS NIVEAUX

Il n'existe **pas de protocole strict** quant au passage des différents niveaux de pratique de l'École Française de Skateboard. La liberté est laissée aux encadrants de chaque niveau, en fonction du lieu de pratique et de son approche.

Cependant voici quelques exemples :

Niveau 1 : L'initiation → S'initier à la pratique

Réalisation **d'un enchaînement, d'au moins 7 éléments**, composé des fondamentaux de la pratique (Se déplacer, se retourner, s'arrêter, sauter)

Niveau 2 : Début du perfectionnement → Acquérir les techniques de bases et développer son « board control ».

Réalisation de **2 enchaînements de 4 à 5 tricks**, composés des premiers tricks dérivé du Ollie (fakie ollie, 180°, wheeling,...), sur l'ensemble des différents modules d'un skatepark (Plan incliné, Courbe, curb, manula pad, gap, transfert)

Niveau 3 : Perfectionnement → Etre capable de réaliser des tricks sur tous types de modules

Réalisation **d'un run street et/ou bowl, de 45 sec à 1 min**, composé des premiers tricks basic (Ollie, Nollie, Kick flip, 50-50, 5-0, board slide ...) sur tous types de modules (Curb, Rail/Curb, plan incliné, courbe, ...)

Niveau 4 : Confirmation → Etre capable de présenter une polyvalence technique et développer une expression personnelle

Réalisation **d'un run street et/ou d'un run bowl, de 45 sec à 1 min**, composé d'une grande variété de tricks, de combos, de spots plus engagés, ...

