

A paraître :

Un résumé de la progression technique, telle qu'elle fut conçue en l'an de
grâce 2005

MÉTHODE PANDA

D'ENSEIGNEMENT DU SKI

Préface

La méthode d'enseignement et la technique de ski développées dans le conte *A CORPS PERDU* ont été élaborées au sein de l'Ecole de Ski du PANDA, Chamonix, France, et largement utilisées en Chine.

Son originalité est d'enseigner que la gravité est le moteur mécanique du ski et l'obstacle psychologique à son apprentissage. PANDA observe que sans gravité il n'y a ni glisse, ni virage, ni arrêt. Nonobstant la terreur salutaire que la gravité inspire à tout élève normalement constitué est le principal obstacle que le moniteur doit surmonter, et pour ce faire, le sempiternel "t'as qu'à faire comme moi, r'garde si c'est pas simple" ne suffit plus vraiment. Pourtant, le ski est enseigné depuis cent ans, pratiquement sans référence à la gravité.

Pour situer cette nouvelle méthode parmi celles déjà pratiquées, elle innove sur trois points:

- 1) Surmonter la peur d'une chute sans fin par gravité, grâce à un travail psychologique.
- 2) Mobiliser la force motrice de la gravité au service du skieur, soit remplacer son effort musculaire par son équilibre sur la ligne de pente.
- 3) Exprimer son savoir-faire technique en perceptions kinesthésiques.

PANDA n'a pas la prétention de produire une méthode de ski complète, qui viendrait après le millier d'excellents livres déjà sur le marché. Les techniques de compétition ne sont ici ni abordées, ni contestées. PANDA offre simplement une nouvelle vision et des techniques pour surmonter la terreur atavique du vide. Son objectif : l'élaboration d'un instinct skieur chez Monsieur Tout le monde. Le Moniteur de Ski y trouvera une grande accélération de l'apprentissage.

Ce travail psychologique s'adresse à deux obstacles, l'un subconscient, qui associe la bascule dans le vide de la pente au suicide, l'autre culturel, qui affirme que la nature a horreur du vide. La résistance subconsciente cède aux expériences positives de PANDA, que le manuel détaille. L'absence de référence culturelle valorisante du vide est efficacement comblée par la

science moderne et le Taoïsme chinois. Vu la difficulté à imaginer skier par la vertu de la physique moléculaire et la philosophie du non-agir, l'auteur de la méthode a commis une nouvelle/essai illustrée avec humour et poésie par un peintre chinois.

Titre français : A Corps Perdu

Titre anglais : Glee

Titre chinois : 隨天所欲

La méthode Panda est franchisée à travers le monde. Les moniteurs habilités à l'enseigner sont d'abord diplômés dans leur pays, puis ils ont complété leur formation dans cette école, et doivent justifier de leur qualification tous les cinq ans, en apportant à la méthode une amélioration, un développement ou une correction, qui garantisse jeunesse et dynamisme à la méthode comme au moniteur. Ces moniteurs portent au dos et sur la manche des uniformes de leurs écoles respectives le logo Panda et la date d'expiration de leurs cinq années de qualification. Dans La Méthode Panda d'Enseignement du Ski vous trouverez un résumé de la progression technique, telle qu'elle fut conçue au jour de cette publication, en l'an de grâce 2005.

L'enseignement des enfants requiert une formation spécialisée en animation. Il s'agit de former les moniteurs-animateurs à jouer, chanter, danser, vivre une nouvelle aventure passionnante toutes les quinze minutes et à ski. Le moniteur d'enfant Panda a suivi une formation spécifique intensive de trois mois à Montréal,

Ecole de TECHNIQUES d'INTERVENTION en LOISIRS,
mail : gnaud@cmv.qc.ca .

