

## OBJECTIFS

---

- ◆ Favoriser le développement global de la personne (physique, intellectuel, affectif, social et moral);
- ◆ Faciliter la réussite scolaire et la poursuite de la pratique sportive ainsi que promouvoir l'excellence;
- ◆ Des jeunes athlètes en véhiculant les valeurs suivantes : respect de soi et des autres, justice, engagement, respect de son sport, persévérance, honnêteté, ténacité, intégrité et esprit sportif (favoriser la qualité de vie);
- ◆ Poursuivre la pratique sportive;
- ◆ Assurer la continuité du développement de l'athlète;
- ◆ Maintenir la motivation scolaire;
- ◆ Développer un sentiment d'appartenance envers un groupe, une école, une région;
- ◆ Pratiquer un sport dans un environnement respectueux et sans pression.

## RESPONSABLES DU PROGRAMME

---

### Jérôme Tremblay

- ⇒Baccalauréat en éducation physique;
- ⇒Entraîneur de niveau 2 (Fédération québécoise de hockey sur glace);
- ⇒Défenseur niveaux AA, BB, CC.

### Maxime Ricard

- ⇒Entraîneur : Bantam CC de 2009 à 2011/Midget BB de 2011 à 2014/ Junior AA de 2014 à 2016/Novice de 2016 à 2017.
- ⇒Formation compétition et participation MAGH et PNCE, grade 2.

### Nicolas Savard

- ⇒DEC en techniques d'intervention en loisir;
- ⇒Entraîneur de gardien de but;
- ⇒Junior BB 1999-2003;
- ⇒Senior AAA 2004-2005.



### École secondaire du Plateau

---

88, rue des Cimes  
La Malbaie (Québec) G5A 1T3

Téléphone : 418-665-3791  
Télécopie : 418-665-7787  
Site Internet : <http://esdp.ca>



## CONCENTRATION SPORTIVE

1<sup>re</sup> à la 5<sup>e</sup> secondaire



## HOCKEY



## CLIENTÈLE VISÉE

- ◆ Filles et garçons de la 1<sup>re</sup> à la 5<sup>e</sup> année du secondaire;
- ◆ Défenseurs, avants et gardiens de but de tous les niveaux;
- ◆ La participation à une équipe civile n'est pas obligatoire.

## CONDITIONS D'ADMISSION

- ◆ Être admis dans un parcours scolaire régulier à l'École secondaire du Plateau;
- ◆ Démontrer de l'intérêt pour la pratique de sa concentration;
- ◆ Posséder l'équipement complet de joueur de hockey;
- ◆ Motivation à s'améliorer dans la discipline;
- ◆ Frais RSEQ pour les tournois (si inscrit).

## CONTENU

- ◆ Évaluation physique de l'athlète;
- ◆ Techniques de base;
- ◆ Aspects tactiques et stratégiques;
- ◆ Entraînement d'aérobic et musculaire en lien avec le hockey.

## HORAIRE

### 1<sup>er</sup> cycle :

- ◆ 3 demi-journées par cycle de 9 jours;



## SERVICES ET ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES

- ◆ Transport à l'aréna;
- ◆ Chambre réservée pour l'entreposage des équipements;
- ◆ Salle de conditionnement physique;
- ◆ Piscine semi-olympique;
- ◆ Rencontres culturelles et voyages.

## INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

- ◆ Groupe fermé;
- ◆ Groupe mixte garçons et filles;
- ◆ Présence d'un tuteur qui assure le suivi académique et comportemental;
- ◆ Enseignant et entraîneur qualifiés;
- ◆ Vêtements aux couleurs de la concentration.