HOCKEY AU SÉMINAIRE SAINT-FRANÇOIS





ALLER DROIT AU BUT



LES OPTIONS

1^{re} option: Concentration hockey

De la 1^{re} à la 5^e secondaire

2^e option: Hockey scolaire

M-15 D2 (Cadet)

3^e option: Hockey scolaire

M-13 D1 (Benjamin),

M-15 D1 (Cadet),

M-18 (Juvénile) D1 et D2

4^e option: sport-études

M-13 AAA Élite, M-15 AAA,

M-15 AAA Élite et M-17

AAA





HOCKEY BLIZZARD

OBJECTIFS

- Développer les jeunes tant au plan personnel qu'au niveau hockey
- Promouvoir les valeurs que sont le respect, la discipline, l'effort, la passion, l'attitude et la fierté
- Prioriser la réussite et le bon comportement scolaire et l'atteinte des objectifs hockey
- Apprendre les principes de base de la nutrition et comprendre leur importance lors de la pratique de sports de haut niveau
- Développer un sens critique face à des situations de prise de décision
- Apprendre à travailler avec ses pairs dans un climat d'entraide
- Développer ses aptitudes au niveau de la préparation mentale



CONCENTRATION

FONCTIONNEMENT

- 3 pratiques de 90 minutes par cycle de 9 jours (2 pratiques par cycle en 4^e et 5^e secondaire)
- Les cours ont lieu le matin, à la 1^{re} et 2^e période
- Des autobus transportent les élèves du SSF vers le complexe sportif de Saint-Augustin-de-Desmaures pour les entraînements et les ramènent vers le SSF ensuite. Si l'entraînement est au complexe du SSF, les joueurs sont accompagnés vers le site.
- Les jeunes ont 15 minutes pour s'habiller en hockey et 20 minutes pour se changer et prendre leur douche
- Les cours sur glace ont lieu à partir de la 2^e semaine du mois de septembre et se terminent au mois de juin
- Nos 3 patinoires nous permettent de séparer les joueurs selon leur position et/ou leurs habiletés



CONCENTRATION

CRITÈRES D'ADMISSION

- Être admis au Séminaire Saint-François
- Jouer au hockey dans une équipe de hockey mineur, la catégorie n'a aucune importance
- Être un passionné de hockey

ÉQUIPEMENT

- Les jeunes peuvent apporter leur équipement dans le transport scolaire du matin et du soir
- Un local d'équipement est disponible au SSF pour que les jeunes puissent déposer leur sac d'équipement. Il est assez grand et bien ventilé pour recevoir plus de 200 sacs. Les jeunes peuvent laisser leur équipement plusieurs jours au besoin.
- Le local d'équipement est disponible de 7 h à 21 h tous les jours de semaine, et de 9 h à 16 h 30 les jours de fin de semaine



CONCENTRATION

CONTENU

- Développement sur glace axé sur les techniques individuelles (patin, passes, tirs, protection de rondelle) et les tactiques individuelles (toutes les situations de un contre un, approche au porteur, marquage-démarquage, etc.)
- Ateliers par position
- Plus les jeunes évoluent dans le programme, plus nous développons des principes de base de notions collectives
- Cours théoriques en classe (nutrition, habitudes de vie, préparation mentale, RCR, blessures sportives, notions d'entrainement, cours d'arbitrage, cours d'entraineur)
- Un élève peut faire le programme Concentration hockey et jouer au football interscolaire sans aucun problème



ENSEIGNANTS ET ENTRAINEURS



Frédéric Marquis

- Responsable du programme depuis 1998
- Baccalauréat en éducation physique
- Responsable de Hockey Blizzard AAA
- Impliqué à plusieurs niveaux au hockey mineur depuis 1993



Frédéric Parent

- Entraineur-chef du M-15 AAA Élite
- Entraîneur du M-18 AAA de 2010 à 2022
- Enseignant dans le programme depuis 2010
- Baccalauréat en éducation physique
- Entraineur-associé au M-18 AAA de 2008 à 2018



Richard Cauchon

- Responsable des gardiens de but au SSF depuis 1998
- Baccalauréat en éducation physique



Sébastien Auger

- Baccalauréat en éducation physique
- Ancien joueur LHJMQ et universitaire
- Responsable des gardiens de but au SSF



ENSEIGNANTS ET ENTRAINEURS



Carl Desjardins

- Baccalauréat en éducation physique
- Entraineur-chef M-13 D1 (Benjamin)
- Entraineur habilités niveau 2 Hockey Canada



Maxime Petitclerc

- Baccalauréat en intervention sportive
- Entraineur-chef M-15 D1 (Cadet)
- Entraineur-associé M-18 D1 (Juvénile)
- Entraineur au sport-études à Lévis 2005-2015



Jean-François Savage

- Ancien joueur professionnel en Europe
- Ancien joueur de la LHJMQ
- Entraineur-chef M-15 D2 (Cadet) et M-18 D2 (Juvénile)



Mathieu Turcotte

- Entraineur-chef M-18 AAA
- Entraineur des Voltigeurs de Drummondville LHJMQ 2019 à 2022



M-15 DIVISION 2 (Cadet)

- Ligue dans le Réseau du sport étudiant du Québec provincial (RSEQ)
- M-15 : élèves de 2^e et 3^e secondaire
- 28 parties de saison régulière, séries éliminatoires et 2 à 3 tournois
- 2 à 4 entraînements par semaine
- Les joueurs ne peuvent plus continuer à jouer dans une équipe au hockey mineur
- Les parties ont lieu de jour et de fin de semaine à la place des cours de concentration hockey
- Camp de sélection au mois de mai
- Un transport est disponible pour toutes les parties, mais le départ ou le retour au SSF peuvent être à l'extérieur des heures du transport scolaire



M-13 (BENJAMIN), M-15 (CADET), M-18 (JUVÉNILE) DIVISION 1, M-18 (JUVÉNILE) DIVISION 2

- Ligue dans le Réseau du sport étudiant du Québec provincial (RSEQ)
- M-13 (Benjamin) : élèves de la 1re secondaire
- M-15 (Cadet) : élèves de 2^e et 3^e secondaire
- M-18 (Juvénile) : élèves de 4^e et 5^e secondaire
- 4 entraînements par semaine dans l'horaire scolaire (exception un mardi sur trois la pratique a lieu le matin avant les cours, un autobus ramène les joueurs au SSF)
- Une trentaine de parties de saison régulière plus les séries éliminatoires
- Deux ou trois tournois
- Joueurs en horaire sport-études
- M-13 D1 (Benjamin) pré-sélection aux mois de novembre et décembre et camp de sélection au mois de mai
- M-15 D1 (Cadet) camp de sélection au mois de mai
- M-18 D1 et M-18 D2 (Juvénile) camp de sélection au mois d'août
- Un transport est disponible pour toutes les parties, mais le départ ou le retour au SSF peuvent être à l'extérieur des heures du transport scolaire
- Division 1 formule tout compris (chambre des joueurs, aiguisage, lavage, coucher à l'extérieur, etc.)



SPORT-ÉTUDES

- 1^{re} à 5^e secondaire (M-13 AAA Élite, M-15 AAA, M-15 AAA Élite et M-17 AAA)
- Horaire sport-études
- Camp de sélection organisé et structuré par le Hockey mineur (Hockey Blizzard AAA)
- Quatre pratiques par semaine, dont deux sous la responsabilité des entraineurs du Blizzard Hockey (habiletés individuelles). Les deux autres pratiques dirigées par les entraineurs respectifs de chacune des équipes.
- Deux entraînements hors glace par semaine
- Un cours en psychologie sportive par cycle
- Suivi pédagogique et disciplinaire fait par un responsable du Séminaire Saint-François