



PLAN DE MÉDECINE-SPORTIVE ET SCIENCE DU SPORT

AU CLUB VENTURI

A - PERSONNEL ET RESSOURCE DU CLUB

1. Personnel du club responsable du développement physique et de la mise en place des programmes d'entraînement en science du sport

La description des intervenants en science du sport du club comprenant :

Au sein du club, nous avons différents intervenants en Fonction des produits que nous proposons, à savoir -

Prise en charge et responsabilité sur 2 produits spécifiques du club, à savoir :

- Catégories 9 à 12 ans / 13 à 18 ans.
- Concentration Sports – Etudes
-
- **FLORENCE DESBIENS**
 - Etudiante finissante au Baccalauréat en kinésiologie de l'UQAC, qui a un contrat avec le club Venturi, de 20h00 semaine.
 - Coordinatrice générale de l'accompagnement physique de nos joueurs et joueuses du club Soccer Venturi.
- **Société INTER- PHYSIO (4 cliniques au SAGUENAY)**
 - Intervenants PHYSIOTHERAPEUTE (Intervenants – 4H00 par semaine) sur les jeunes des programmes scolaire – Concentrations + Sport – études.
 - Contrat de partenariat pour accueillir sur les cliniques du groupe INTERPHYSIO, nos athlètes du club au global. 20% de remise sur les soins et le bilan de blessure est gratuit.
 - Présence d'un physiothérapeute sur les matchs AA – LDIR U13 a Seniors.
- **TAYO**
 - Etudiant en kinésiologie et physiothérapie du sport, qui a un contrat avec le club Venturi, de 10h00 par semaine.

ORGANISMES SCOALAIRES PARTENAIRES -

- **Programme Concentration – Sport - études**
 - **Ecole Arvida**
 - Kinésologues, en charge des programmes de développement athlétique en des joueurs et joueuses – Concentration / Sport-Études des écoles de Jonquière.

Directeur – Olivier Samuel Doré

- Tél. : (418) 815-0738

- olivier-samuel.dore@cssdlj.gouv.qc.ca

- **Ecole Odyssée Lafontaine**

- Centre Lucien Brunel – Organisme en charge du développement athlétique des joueurs et joueuses – Concentration / Sport-Études des écoles de Chicoutimi.

Directeur - Gino Roberge -

- Tél. : 418 698-5000, poste 6350
- Cell. : 418 812-2323
- laure-conan.loisir1@csrsaguenay.qc.ca

Directrice - Isabelle Proteau -

- Tél. : 418 698-5000, poste 6356
- Cell. : 418 812-9924
- isabelle.proteau@csrsaguenay.qc.ca

2. Équipe de soutien intégré

Liste du personnel médical et sportif associé au club

- **Nom et titre de tous les intervenants ou personne-ressource au club**

- o **Physiothérapeute en chef**

- Contrat avec une entreprise INTERPHYSIO

<https://interphysio.ca/jonquiere>

Intervenant 1 -

- Matin de 9h00 a 11h00

Intervenant 2 -

- Après – midi de 13h30 a 15h30

Présence - 1 Journée (Le lundi) par semaine au club

- Bilan et diagnostics des joueurs blessés. Les soins se font sur les 4 cliniques du Saguenay (Avantage financier – 20% de remise par séance)

- o **Préparateur physique (Kinésiologue) -**

JULIEN LAVOIE

Contrat avec l'Association Régionale de Soccer qui le met à disposition du club Venturi.

Présence toute la journée du mercredi -

Matin et Après – midi

Suivi des Programmes concentration / Sport – Etudes

Soir -

Préparation des équipes LDP U15 – U17

Objectifs - Spécifiquement liée à la préparation des équipes LDP et des programmes concentration / Sport – Etudes – Partenariat avec L'ARS LAC SAINT JEAN

o Nutritionniste

- Catherine Gauthier, Dt.P

Nutritionniste du Sport

1 418 290-8220

www.catherinenutrition.com

Complexe Santé Arvida

2154 rue Deschênes, suite 105, Jonquière. Saguenay

Objectifs - Interventions (4 fois par an), auprès des athlètes - étudiants en programme de concentration / Sport-Études, ainsi que des équipes compétitives LDIR (AA) et LDP (AAA)

o Préparatrice Mentale

- Élisabeth Martin - Kinésiologue M. Sc, spécialisé en préparation mentale -

- 542 Rue Balzac, G8L 2W4, Dolbeau-Mistassini elisabeth_martin21@hotmail.com

Objectifs - Interventions (4 fois par an) auprès des athlètes - étudiants en programme de concentration / Sport-Études, ainsi que des équipes compétitives LDIR (AA) et LDP (AAA)

• **Structure et fonctionnement de l'équipe de soutien intégrés (organigramme et champs d'expertise)**

PROTOCOLES

3. Description des formations internes et offres de soutien du club

La description des activités/formations devrait traiter de :

• Titre de la formation offerte

- développement athlétique à tous les âges

- Spécificité du développement athlétique du genre féminin en soccer particulièrement et plus généralement dans le sport.

• Type de formation offert

- Programme de formations aux tets et aux suivis des athlètes.

• Qui dispense les formations

- Professeur d'université.

• Fréquence et processus de formation

-En continue annuellement (Minimum 2 fois par an)

• Les options de soutien disponible pour les éducateurs, joueurs et joueuses du club

Par l'intermédiaire de Florence Desbiens, notre responsable, il est toujours possible qu'elle oriente les jeunes qu'elle observe, par sa présence sur les terrains, vers des organismes d'accompagnements spécifiques, que ce soit **INTERPHYSIO** pour les blessures, les responsables sur les écoles ou encore, le club d'Athlétisme, pour accentuer un meilleur développement moteur, notamment de la gestuelle de course, permettant une meilleure activité sur le terrain lors des pratiques de soccer. On est sur du "QUALITATIF" technique.

Certains cadres techniques, responsables de plateaux ou encore des coachs font de même, pour permettre au jeune joueurs-ses de bien se développer. Une bonne motricité en soccer et dans la vie de tous les jours, c'est important.

4. Les protocoles de tests physiques

La description des protocoles de tests physiques du club doit comprendre :

- **Les tests utilisés selon le stade de développement**

U-13 à U-17 (sport-étude)

Test Navette : [testnavette.pdf \(univ-reunion.fr\)](http://testnavette.pdf(univ-reunion.fr))

Test du squat: [37 Bodyweight Squat Assessment Protocol.pdf \(azureedge.net\)](http://37_Bodyweight_Squat_Assessment_Protocol.pdf(azureedge.net))

Test de push-up: [GFI Assessments.pdf \(acefitness.org\)](http://GFI_Assessments.pdf(acefitness.org)) page. 4

- **L'objectif des tests utilisés**

Test Navette :

-Pouvoir observer les patrons de courses des joueurs à l'effort dans le but d'identifier les déséquilibres/faiblesses musculaires en situation d'endurance.

-Pouvoir quantifier la capacité cardiovasculaire des joueurs dans une situation d'endurance.

Test du squat :

-Mettre en évidence l'endurance musculaire des membres inférieurs ainsi que le manque de contrôles musculaire au niveau des articulations.

Test de Push-up :

-Mettre en évidence l'endurance musculaire des grands groupes musculaires des membres supérieurs.

-Mettre en évidence l'endurance des stabilisateurs du tronc et les compensations musculaires.

N/B : Les tests ne sont pas comparés aux normes affichées dans les protocoles. Les données sont compilées et comparée au jeune lui-même. Cela nous permet de faire un portrait global de l'athlète au fil de son évolution et de mettre en lumières ses défis propres. Ainsi nous visons une meilleure individualisation de nos approches physiques envers le jeune.

- **La fréquence et le moment de la saison où sont effectués les tests physiques**

- Les tests sont réalisés auprès des athlètes au début de l'année scolaire, et en début d'année civile, fin du mois de janvier. Cela permet de voir l'évolution et de valider le second cycle préparatoire à la compétition.

5. Protocole de retour au jeu, prévention de blessure et antidopage

Le protocole de retour au jeu du club doit comprendre :

- **Le nom et titre de la personne responsable du protocole de retour au jeu du club.**

Programme civil

- Florence Desbiens
- Kinésithérapeute - Physiothérapeute ou Médecin personnel de chaque joueur

Programme scolaire – Concentration- Sport-Étude

- Arvida
- Odysée Lafontaine

- **La description des protocoles de prévention de blessure, d'évaluation, de traitement et de retour au jeu pour les joueurs et joueuses du club selon la catégorie (s'il y a lieu)**

-

- **Les étapes de retour au jeu défini par le club**

- Sur attestation du physiothérapeute ou du médecin, nous assurons la reprise d'activité. IL est demandé la validation écrite du protocole de reprise.

- Certains Joueurs- ses ne font pas de suivi, donc c'est les parents qui les autorisent à jouer. L'entraîneur-éducateur, par rapport à l'historique de la blessure, questionne le joueur-ses et valide la progression de reprise de l'activité.

- Le suivi en programme de concentration est plus simple et plus efficace que sur les programmes généraux du club, notamment par le volume pour les 9 à 12 ans. De plus avant 12 ans, si ce n'est des grosses blessures, ce sont souvent des points de blessures bien spécifiques pris en considération très vite par les parents et le corps médical.

Fiche de reprise d'activité à valider et signer par le parent, que les entraîneurs doivent donner.

- La politique antidopage du club ainsi que les programmes de formation pour joueurs et personnel d'équipe