



COMMISSION SCOLAIRE SIR-WILFRID-LAURIER  
SIR WILFRID LAURIER SCHOOL BOARD



École secondaire Laval Junior

# SPORT-ÉTUDES

École secondaire Laval Senior

## En quoi consiste le programme Sport-études?

Il s'agit d'un programme élite conçu pour les élèves-athlètes qui souhaitent participer à un entraînement sportif de haut niveau tout en maintenant d'excellents résultats scolaires. Ce programme offre un environnement structuré où les élèves peuvent concilier leurs horaires d'entraînement rigoureux avec leurs engagements scolaires, leur permettant de s'épanouir en tant qu'athlètes et en tant qu'élèves. Le programme est reconnu et certifié par le MEQ.

## Critères d'admissibilité

- **Talent athlétique :** les candidats doivent faire preuve d'importantes habiletés et d'un engagement notable dans leur sport respectif. Les élèves-athlètes doivent être reconnus par leur organisme sportif affilié (OSA).
- **Rendement scolaire :** les candidats doivent avoir un bon dossier scolaire et s'engager à le maintenir ainsi. Une moyenne générale de 70 % est exigée, mais nous recommandons une moyenne de 75 % à 80 %, car il s'agit d'un programme d'études accéléré.
- **Détermination :** une forte détermination à concilier les exigences scolaires et sportives.
- **Cours de base :** les élèves doivent réussir toutes les matières de base requises pour l'obtention de leur diplôme.

Pour obtenir des renseignements sur la procédure d'inscription  
ou poser des questions, veuillez communiquer avec :

**Christian Lemay, coordonnateur du programme Sport-études**

450 686-3044, poste 8833 (LJA) • 450 686-6300, poste 9030 (LSA)

clemay@swlauriersb.qc.ca





## Structure du programme

- **Horaire intégré** : le programme comprend un horaire harmonisé qui tient compte des cours et des entraînements sportifs.
- **Horaire flexible** : les horaires des cours et des séances d'entraînement sont conçus pour empêcher les conflits et pour permettre aux élèves d'exceller dans les deux sphères.
- **Équipe dédiée** : une équipe d'entraîneuses et d'entraîneurs, d'enseignantes et d'enseignants et de coordonnatrices et de coordonnateurs de programme collaborent pour soutenir le double objectif des élèves.
- **Suivi continu** : des évaluations régulières permettent de veiller à ce que les élèves atteignent leurs objectifs scolaires et sportifs.



## Soutien scolaire

- **Tutorat** : accès à des services de tutorat pour obtenir de l'aide supplémentaire dans les matières difficiles.
- **Période d'étude** : périodes durant lesquelles les travaux scolaires peuvent être effectués en présence d'enseignantes et d'enseignants du programme Sport-Études.

## Soutien sportif

- **Entraînements** : entraînements dirigés par des entraîneuses professionnelles et des entraîneurs professionnels pour améliorer les habiletés et la performance.
- **Installations** : accès à des installations et de l'équipement à la fine pointe de la technologie.
- **Soins athlétiques** : services pour les athlètes offerts sur place ou par leur OSA (musculature, physiothérapie et conseils nutritionnels).



## Perfectionnement personnel

- **Formation en gestion du temps** : ateliers et ressources pour aider les élèves à gérer leur temps efficacement. Stratégies d'organisation offertes par notre personnel de soutien.
- **Services de counselling** : accès à des services d'orientation pédagogique et de counselling individuel.

## Différence entre les programmes Sport-études et les programmes de concentration

### Programmes Sport-études

- Conçus pour les élèves-athlètes qui consacrent un temps considérable à l'entraînement et à la compétition.
- Offrent cinq séances d'entraînement par semaine, en après-midi.
- Favorisent fortement la conciliation entre les sports et les exigences scolaires et offrent du soutien pour les athlètes de haut niveau.

### Programmes de concentration

- Offrent habituellement un entraînement optimisé dans un sport ou une activité en particulier.
- Ce sont des programmes enseignés par l'enseignante ou l'enseignant d'éducation physique dans un sport en particulier; intègrent à l'horaire quotidien cinq cours répartis sur une période de neuf jours.
- Ne nécessitent aucun prérequis sportif ou scolaire.

### Exemple d'horaire pour des élèves de 1<sup>re</sup> secondaire

- **8 h 30 à 9 h 45** – cours (p. ex., mathématiques, sciences)
- **9 h 55 à 11 h 10** – cours (p. ex., anglais)
- **11 h 30 à 12 h 45** – cours (p. ex., géographie, anglais)
- **12 h 45 à 13 h 35** – dîner
- **12 h 45 à 16 h 45** – séance d'entraînement sportif (comprend le transport jusqu'au centre d'entraînement)
- **13 h 42 à 14 h 57** – période de récupération ou d'étude, si l'élève n'a pas d'entraînement

### Une journée dans la vie d'une ou d'un élève du programme Sport-études

- Matin**
  - Arrivée à l'école et préparation pour la journée.
  - Présence dans les cours dispensés le matin, lesquels sont centrés sur les matières de base.
- Après-midi**
  - Dîner avec ses pairs, si l'horaire d'entraînement le permet.
  - Séances d'entraînement, lesquelles sont centrées sur le travail en équipe, le perfectionnement des habiletés et le jeu stratégique.
- Fin d'après-midi**
  - Période d'étude ou temps libre dédié à la relaxation.
  - Période dédiée aux devoirs ou au tutorat, s'il y a lieu.
- Soir**
  - À la maison, gérer son temps efficacement pour concilier le repos, la récupération et la préparation pour la journée suivante.

**Le programme Sport-études offre l'occasion unique aux élèves-athlètes de vivre leur passion pour les sports, tout en réussissant sur le plan scolaire. Grâce à un système de soutien robuste et à des ressources engagées, notre programme est conçu pour former des personnes bien équilibrées et préparées à faire face aux défis à venir. Joignez-vous à nous et faites partie de notre communauté Sport-études qui valorise le dévouement, le travail acharné et l'excellence.**

**Sports offerts** : baseball, basketball, cheerleading, danse, plongeon, patinage artistique, gymnastique, hockey, judo, karaté, ski, soccer, natation, taekwondo, tennis, et plus encore.