

CREATION D'UN CENTRE DE FORMATION DE HAUT NIVEAU



Faire du HC 74 une référence nationale...

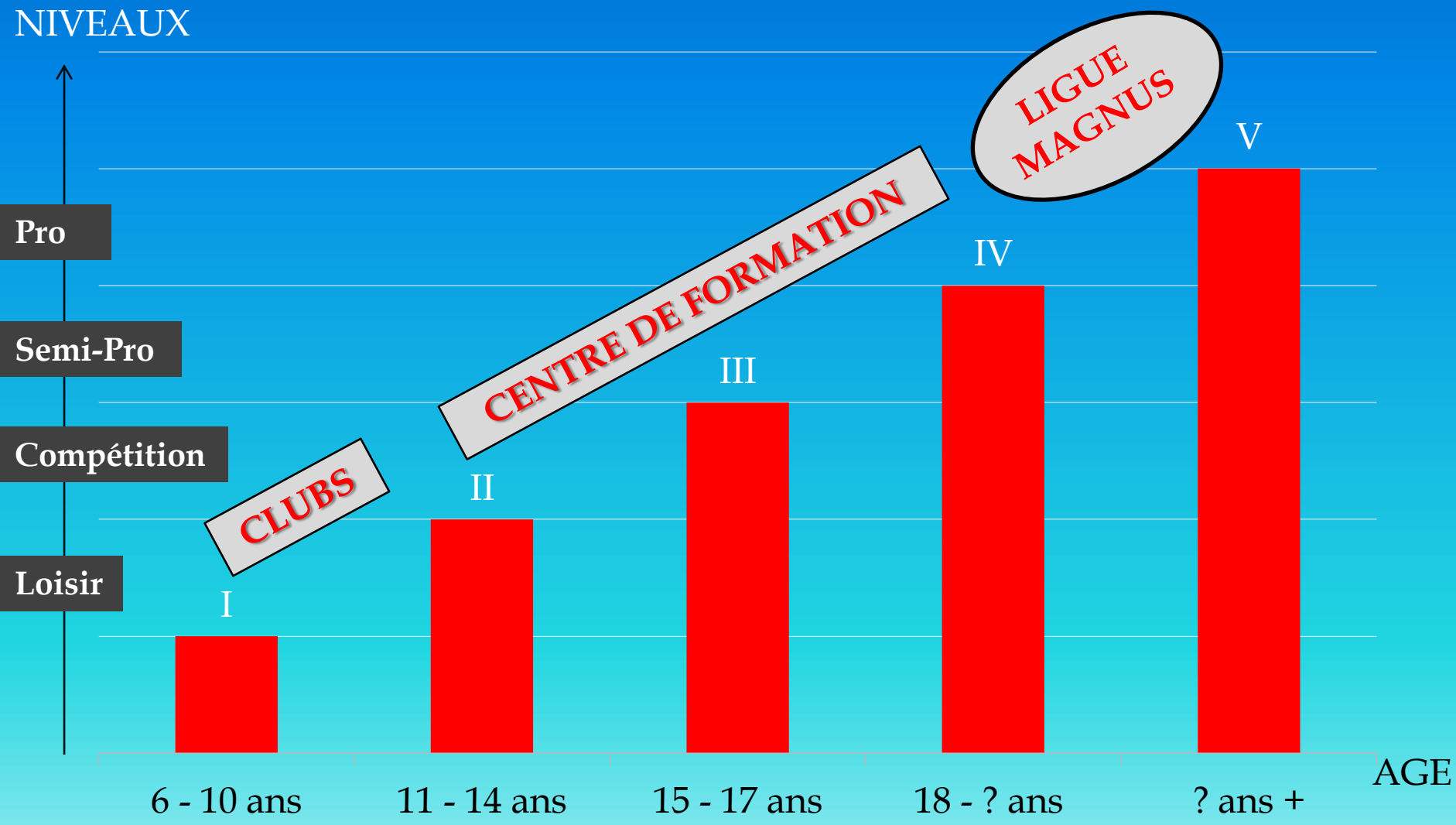


CHARTRE : RESPECT / ETHIQUE DE TRAVAIL

- ✓ L'esprit du jeu (I)
- ✓ La discipline et la connaissance des règlements (II)
- ✓ L'engagement dans la compétition (III)
- ✓ L'éducation au haut niveau (IV)
- ✓ La professionnalisation et le plan de carrière (V)



I. MODELE EDUCATIF : RESPECTER LE DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT



II. APPRENTISSAGE DES REGLES ET SOCIABILISATION

J O U E U R

- Emploi du temps
(entraînements / devoirs /
récupération...)
- Hygiène de vie
(Nutrition / loisirs...)
- Comportements

C L U B

- Donner l'envie de pratiquer
- Enseigner les exigences hockey
- Développer les joueurs
- Individualiser / encourager

P A R E N T S

- Encourager à d'autres loisirs
- Effectuer un suivi scolaire régulier
- Contrôler les charges de travail
- Développer la vie sociale de l'enfant

LES CONSEILS AUX JOUEURS (11 – 14 ans)



Maîtrise de l'emploi du temps :

- Sommeil → 10h récupération / repas (nuit de 8h minimum)
- Ecole + devoirs = 8h (dont soutien éventuel)
- Sport = 3 h maximum
- Loisirs = 3h



Hygiène de vie :

- Apprentissage d'un mode de vie
- Nutrition (horaires + contenus) → comprendre !



Comportements / Attitudes :

- Maison
- Ecole
- Equipe

LES CONSEILS AU CLUB (11 – 14 ans)



Connaitre l'historique personnel :

- Possibilité d'aide (transport, pratique d'une autre discipline, soutien psychologique, scolaire, etc.)



Entretiens individuels :

- Relation de confiance (fiche personnelle, bilans, suivi)
- Objectifs → développement personnel, études, évaluations



Création d'un environnement positif :

- Eviter les remarques négatives
- Bons comportements → respect d'un règlement
- Possibilité d'étudier pendant certains transports (?)

LES CONSEILS AUX PARENTS (11 – 14 ans)



Supporter l'enfant :

- S'intéresser à sa discipline et son environnement
- Responsabiliser (horaires, transports, équipements, etc.)
- Communiquer de façon positive



Exigences des études :

- Planification précise (hebdomadaire + saison)
- Prévision des déplacements longs et examens éventuels
- Contrôler les temps de devoirs et plages de récupération



Contrôle de santé :

- Adapter la planification aux périodes de fatigue
- Maladie = communication + repos ! Reprise progressive...

LES OBJECTIFS A ATTEINDRE (11 – 14 ans)



La compréhension du sport :

- Hockey devient discipline principale
- Autres disciplines en complément
- Poursuite de la compétition (aller vers le haut niveau)



Adaptation au système scolaire :

- Gestion de l'emploi du temps / des devoirs



Jeune équilibré et éveillé :

- Intégration des comportements nécessaires (chemin)
- Vie sociale riche (respect des autres)
- Plaisir et hygiène de vie

III. ENGAGEMENT DANS LE SPORT COMPETITION

J O U E U R

- Comprend les exigences de la compétition
- Intègre le mode de vie et le rythme adéquats
- Combiner études, récupération, amis, comportements...

C L U B

- Priorité au développement du joueurs
- Préparer à la compétition
- Connaitre et suivre chaque joueur

P A R E N T S

- Soutenir, rester positifs
- Effectuer un suivi scolaire régulier
- Contrôler l'hygiène de vie (nutrition, récupération...)

LES CONSEILS AUX JOUEURS (15 – 17 ans)



Planification annuelle :

- Selon les exigences du hockey de haut niveau (pré / post-saison)



Etre convaincu de l'importance des études :

- Trouver une orientation scolaire adaptée
- Constituer un plan académique avec l'équipe pédagogique
- Organisation hebdomadaire (devoirs, anticipation des échéances)



Maitrise du rythme quotidien :

- Actualiser chaque jour les priorités
- Minimiser les risques (alcool, tabac, chique, fêtes, jeux vidéos....)
- Intégrer mode de vie et charges d'entraînement du haut niveau
- Mieux connaître son corps et ses besoins
- Véhiculer une image positive de soi !

LES CONSEILS AU CLUB (15 - 17 ans)



Suivi individuel :

- Relations régulières avec la famille
- Attention particulière aux études (intégration, résultats, coopération avec l'équipe pédagogique, entretiens réguliers,...)



Créer un environnement positif :

- Relation de confiance (fiche personnelle, bilans, suivi)
- Encourager les comportements exemplaires
- Communiquer régulièrement avec le joueur

LES CONSEILS AUX PARENTS (15 - 17 ans)



Supporter l'enfant :

- S'intéresser à ses performances et son environnement
- Responsabiliser (horaires, transports, équipements, etc.)
- Communiquer de façon positive



Exigences des études :

- S'assurer d'une planification précise (hebdo + saison)
- Prévision des déplacements longs et examens éventuels
- Contrôler les temps de devoirs et plages de récupération



Contrôle de santé :

- Mettre en place un mode de vie adapté (nutrition, récup,...)
- Maladie / Blessure = communication + repos ! Reprise progressive...

LES OBJECTIFS A ATTEINDRE (15 – 17 ans)



Préparation au sport de compétition :

- Rêver de haut niveau / d'équipe nationale
- Intégrer une équipe sénior



Gérer ses études :

- Suivre un projet académique
- Développer une vision post-études
- Maîtriser un emploi du temps chargé (gérer les priorités)



Comportements exemplaires :

- Montrer aux plus jeunes
- Etre à l'aise dans les relations humaines en général

IV. FIN DE FORMATION / INTEGRATION HAUT NIVEAU

J
O
U
E
U
R

- Devenir pro ou semi-pro
- Intègre le mode de vie et le rythme adéquats
- Finir un diplôme, orienter ses choix post-carrière

C
L
U
B

- Contrat de 2 à 4 ans
- Former les jeunes pros
- Désigner des tuteurs seniors
- S'occuper de l'image des joueurs

P
A
R
E
N
T
S

- Soutenir, rester positifs
- Suivre les performances
- Aider à penser à la reconversion

LES CONSEILS AUX JOUEURS (18 – 22 ans)



Planification précise :

- En relation avec son CPE, gérer les périodes d'examens
- En relation avec ses entraîneurs, gérer les charges



« Profiter » de la vie de sportif de haut niveau :

- Connaitre les priorités du quotidien (se discipliner !)
- Adopter une hygiène de vie cohérentes avec ses exigences (respecter les périodes de récupération, adapter la nutrition...)
- Se fixer des objectifs (être conscient des sacrifices)
- Anticiper, éviter les surprises (aide à prendre confiance)

LES CONSEILS AU CLUB (18 – 22 ans)



Message clair :

- Importance des études !
- Coopération avec le CPE du lycée ou correspondant d'études



Suivi individualisé :

- Entretiens individuels réguliers
- Exiger des comportements exemplaires
- Permettre une intégration dans une équipe de séniors
- Impliquer les joueurs motivés dans la vie du club (arbitrage, entraînements, etc.)

LES CONSEILS AUX PARENTS (18 – 22 ans)



Parents « responsables », même après 18 ans ! :

- S'intéresser à ses études / projets
- Soutien psychologique et suivi des performances
- Communiquer avec l'équipe pédagogique



Prévention :

- Demander une flexibilité de l'école
- Devoirs / cours de rattrapage / aide éventuelle
- Concevoir un « plan B », ne pas arrêter en cas d'échec !
- S'inquiéter de la santé du joueur, de son mode de vie

LES OBJECTIFS A ATTEINDRE (18 – 22 ans)



Développement personnel planifié :

- Plan de carrière → devenir pro



Obtention d'un diplôme :

- Ou qualification professionnelle



Comportements adaptés / Jeunes adultes bien éduqués



Image d'un club formateur :

- Utile pour trouver des partenaires
- Conformité avec les exigences fédérales
- Augmente directement les moyens financiers

V. UNE CARRIERE ET UN METIER

J
O
U
E
U
R

P
A
R
E
N
T
S

C
L
U
B

- Former des « hommes-athlètes » RESPECT
- Voir plus loin que la "carrière " EQUILIBRE
- Développer un mode de vie sain PREVENTION
- Encadrer, guider, enseigner,... EDUCATION

Les études ou le hockey ?

➔ LES 2 !!!

Alexander BARKOV



Né en 1995,
Formé 15 ans à Tempere
En NHL depuis 2013...

Saison 2009 : U-16 = **44** matches

Saison 2011 : U-18 = **63** matches

Saison 2013 : U-20 = **56** matches (NHL + Olympiques)

Saison 2010 : U-16 = **67** matches

Saison 2012 : U-20 = **64** matches

Noah ROD



Né en 1996,
Formé en Suisse Romande
Au Servette depuis 2013...

Saison 2009 : U-15 = **25** matches

Saison 2011 : U-16 = **70** matches

Saison 2013 : U-18 = **96** matches (U-20 + LNA + WC) !!!

Saison 2010 : U-16 = **39** matches

Saison 2012 : U-18 = **65** matches