



ÉCOLE SECONDAIRE DE L'ODYSSÉE  
LAFONTAINE/DOMINIQUE-RACINE

Centre  
de services scolaire  
des Rives-du-Saguenay  
Québec

# Guide d'information 2024-2025



Programme Sport-Études

et

Concentrations sportives et artistiques



*Un défi à ta mesure !*

# Table des matières

Présentation globale.....	3
Tout un programme ! .....	3
Critères de sélection .....	3
Un service adapté .....	3
Les exigences .....	3
Services offerts .....	4
Soutien pédagogique .....	5
Récupération .....	5
Gestion des absences .....	5
Évènement spécial .....	5
Frais liés au programme .....	5
Facteurs de succès.....	6
Les organismes .....	6
Services périphériques .....	7
La préparation sportive .....	7
Services médicosportifs.....	8
Mesure d'aide à la pension .....	9
Avis de transfert .....	9
Conditions particulières.....	10
AVIS- PÉRIODE D'ADMISSION ET D'INSCRIPTION .....	10
Horaire type des élèves du programme .....	10
Grille-matières 2024-2025.....	11
Pour nous joindre .....	12

# Présentation globale

## Tout un programme !

Cinq ans de scolarité, deux écoles, une trentaine de disciplines artistiques et sportives, des acquis pour la vie, voilà ce que propose le programme Sport-Études et concentrations sportives et artistiques du Centre de services scolaire des Rives-du-Saguenay. Ce programme unique permet aux élèves passionnés de la danse, du sport, de la musique et des arts de combiner temps de classe et temps de perfectionnement de leur discipline dans le cadre d'un environnement scolaire stimulant, adapté et personnel.

## Critères de sélection

- Afficher une réussite scolaire dans toutes les matières.
- Être recommandé dans une discipline sportive ou artistique.
- Démontrer une grande capacité d'organisation, de motivation et d'autonomie.
- Faire parvenir une recommandation provenant du milieu scolaire fréquenté en cours d'année à la direction du programme.

## Un service adapté

Le succès d'un élève inscrit dans un programme tel que celui du Sport-Études et concentrations sportives et artistiques est tributaire de deux facteurs importants soit : l'autonomie et la responsabilité. L'école et les organismes partenaires doivent aider l'élève à atteindre ses objectifs académiques autant que ses objectifs dans sa discipline sportive ou artistique.

Le programme a pour but de permettre aux élèves d'atteindre un haut niveau de performance sportive et artistique, tout en assurant un cheminement régulier au niveau des études. Pour ce faire, les élèves qui adhèrent au programme sont regroupés et suivent tous leurs cours de formation scolaire en raison de 3 périodes par jour. Le temps alloué aux matières pédagogiques est de 75% du temps prescrit par le programme de formation de l'école québécoise. Puisque le rythme exigé pour les apprentissages est plus rapide qu'au secteur régulier, l'implication de l'élève et de ses parents dans le cheminement scolaire est donc essentielle pour réaliser notre objectif ultime, une diplomation.

## Les exigences

Afin de demeurer tant dans le programme Sport-Études que dans un programme de concentration sportive ou artistique, l'élève doit satisfaire des exigences à la fois scolaires, sportives ou artistiques.

De plus, étant admis au programme, l'élève doit respecter les éléments ci-dessous :

- respecter l'intégralité du code de vie de l'école;
- respecter les adultes en autorité par ses gestes et paroles tant en classe qu'à l'extérieur des classes;
- avoir un comportement exemplaire;
- s'engager dans sa réussite scolaire;
- maintenir le rendement scolaire attendu d'un élève athlète/artiste;
- le code de vie du mandataire sportif ou artistique.

Dans le cas d'un non-respect des éléments mentionnés ci-dessus, l'élève sera rencontré par la direction et les parents en seront informés. Si l'attitude et le comportement de l'élève ne correspondaient toujours pas au profil de l'élève athlète ou artiste à la suite de cette rencontre, il pourrait se voir expulser du programme Sport-Études pour l'année scolaire courante.

## Services offerts

L'école propose différents services pédagogiques aux élèves du programme Sport-Études et concentrations sportives et artistiques tels que :

- un encadrement pédagogique (suivi);
- le soutien pédagogique;
- la supervision des absences des élèves;
- la gestion du comportement (suivi).

L'école offre différents services reliés à l'entraînement sportif et à la formation artistique tels que :

- les services périphériques (la nutrition, la physiothérapie, la psychologie sportive, la salle de conditionnement physique et la vérification de l'état d'entraînement) pour les organismes qui fréquentent le Centre Lucien-Brunel;
- le transport vers les sites d'entraînement sportif et de formation artistique;
- la mesure d'aide à la pension ou au transport (pour les disciplines reconnues par le MEQ).

Tous ces services constituent un atout majeur pour maintenir un programme de qualité et permettre aux élèves qui visent l'excellence de concilier leurs objectifs scolaires, sportifs ou artistiques.

Dans ce guide d'information, vous retrouverez les éléments principaux concernant le programme Sport-Études et les concentrations sportives et artistiques.

## **Le soutien pédagogique**

L'école s'engage à organiser du soutien pédagogique pour les élèves qui éprouvent des difficultés passagères. L'élève a l'obligation de se présenter lorsqu'il est assigné au soutien pédagogique.

C'est l'enseignant-responsable qui assigne les élèves au soutien pédagogique. L'élève qui a 65 % et moins dans une matière est retiré automatiquement de sa discipline sportive ou artistique pour obtenir de l'encadrement pédagogique.

## **La récupération**

L'enseignant remet un formulaire de récupération à l'élève qui a la responsabilité de faire signer le parent. Le formulaire doit revenir signé et être acheminé à la secrétaire d'unité (délai de 48h). La récupération se déroule généralement le midi. Cependant, pour certaines situations, la récupération pourra se dérouler à la période 3 (après-midi).

## **Gestion des absences**

Il est essentiel que les élèves assistent à tous leurs cours pour s'assurer de leur réussite scolaire. Ils doivent également se présenter à leur discipline sportive ou artistique à moins d'avis contraire. Seuls les cas d'absences suivants seront motivés :

- compétition;
- rendez-vous médical;
- maladie;
- toute autre absence jugée acceptable par la direction.

Les absences de courtes ou de longues durées liées à la compétition doivent être justifiées avec les formulaires disponibles au bureau du responsable de la discipline.

## **Absence des élèves pour un événement spécial**

Plusieurs élèves doivent se présenter à des compétitions sportives ou des prestations artistiques. Il est impératif que l'école ait par écrit toute demande de libération scolaire afin de s'assurer qu'il y a entente entre l'organisme, la direction et les parents.

L'élève doit remettre le formulaire « Avis d'absence pour événement spécial » dûment complété à sa direction cinq (5) jours avant son départ. Le formulaire est disponible auprès de son organisme, au secrétariat d'unité et également sur le site du Centre de services scolaire des Rives-du-Saguenay. Le tuteur informe les élèves de la démarche à suivre et de l'échéancier à respecter.

## **Frais liés au programme**

Les frais liés à la discipline sportive ou artistique varient d'une discipline à l'autre et sont payables directement au mandataire sportif selon les modalités prévues avec ce dernier. Le mandataire ou la fédération sportive est totalement autonome et responsable des frais imputables à l'élève. Les parents doivent communiquer avec le mandataire de la discipline choisie afin de connaître le montant annuel à déboursier.

## Facteurs de succès

Les parents se questionnent souvent sur le nombre d'heures que leurs enfants devraient consacrer à leurs études en dehors de l'école. Nous croyons que le tableau suivant est un portrait juste de la réalité pour l'atteinte de la réussite scolaire.

Degré	Nombre d'heures
5 <sup>e</sup> année	Entre 3 et 5 heures par semaine
6 <sup>e</sup> année	Entre 3 et 5 heures par semaine
1 <sup>re</sup> secondaire	Entre 3 et 5 heures par semaine
2 <sup>e</sup> secondaire	Entre 3 et 5 heures par semaine
3 <sup>e</sup> secondaire	Entre 4 et 6 heures par semaine
4 <sup>e</sup> secondaire	Entre 6 et 8 heures par semaine
5 <sup>e</sup> secondaire	Entre 4 et 6 heures par semaine

## Les organismes

### Évaluation des apprentissages et des habiletés en entraînement sportif ou en formation artistique

L'organisme doit transmettre à l'école deux évaluations par année pour les concentrations et trois évaluations par année pour les disciplines reconnues. L'élève a droit à ses unités dans sa discipline. L'organisme doit remettre le **formulaire** dûment complété à la direction responsable du programme **Sport-Études et concentrations sportives et artistiques** dans les délais prévus.

L'encadrement des élèves en après-midi est sous la responsabilité des organismes. L'école se garde le droit de retirer un élève de sa discipline en raison d'une sanction scolaire. **Ce n'est que dans cette situation que l'école assumera la responsabilité de l'encadrement de l'élève et qu'elle en avisera les parents.**

## Services périphériques

Pour les organismes sportifs qui le demandent, le Centre Lucien-Brunel offre des services périphériques aux élèves du programme Sport-Études et concentrations sportives et artistiques pour maintenir l'équilibre essentiel à la performance. Ces services sont :

### La préparation physique

Les élèves du programme Sport-Études et concentrations sportives et artistiques peuvent bénéficier de programmes d'entraînement adaptés et personnalisés selon le développement physique de chacun, son niveau et son expérience d'entraînement et ses objectifs personnels ou d'équipe.

Les entraîneurs responsables et kinésologues sont certifiés niveau 3 ou 4 du programme national de certification des entraîneurs et se tiennent continuellement à jour dans l'évolution des méthodes d'entraînement en préparation physique. De plus, trois des entraîneurs-responsables ont obtenu une certification sur la gestion des commotions cérébrales dans le milieu sportif offert par l'université Laval. Le centre offre donc un protocole de retour au sport suite à un coup à la tête (commotion cérébrale présumée) en suivi individuel monitoré adapté aux jeunes athlètes souvent en croissance qui est approuvé par le programme de traumatologie de l'hôpital de Chicoutimi.

Des évaluations physiques y sont pratiquées en respectant l'âge et le niveau de forme physique de chaque jeune. Le Centre Lucien-Brunel est un chef de file au Québec dans le domaine de la préparation physique et des services aux athlètes. Selon le type d'entraînement planifié, les athlètes s'entraînent dans une ou l'autre des installations suivantes :

#### La salle de musculation

Le Centre Lucien-Brunel dispose d'une salle de musculation à la fine pointe de la technologie avec une vingtaine d'appareils cardiovasculaires (1 S-Drive, 7 tapis roulants, 2 elliptiques, 1 simulateur de marches, 20 vélos stationnaires) pour permettre aux athlètes de développer leurs qualités cardiovasculaires. Pour l'entraînement musculaire, 4 plateformes d'haltérophilie, une grande zone de poids libres, une section pour les abdominaux ainsi que plusieurs appareils musculaires récents. Les entraînements sont élaborés en collaboration avec les entraîneurs de chaque discipline pour favoriser l'amélioration des athlètes.

#### La salle de musculation 2 (multi)

Le Centre Lucien-Brunel met à la disposition des disciplines dont les athlètes n'ont pas eu leur poussée de croissance ou ayant un groupe d'entraînement peu nombreux, une petite salle de musculation comprenant tous les équipements nécessaires au développement de la force ou de l'endurance musculaire et cardiovasculaire toujours en respectant le stade de développement de chaque athlète et les besoins spécifiques de sa discipline sportive.

### **Les gymnases**

Le Centre Lucien-Brunel dispose de 4 gymnases pour permettre aux athlètes de développer leurs habiletés motrices et leurs qualités cardiovasculaires ou musculaires. Les entraînements sont élaborés en collaboration avec les entraîneurs de chaque discipline pour favoriser l'amélioration des athlètes.

### **La salle de yoga**

Des cours de yoga sont également dispensés aux athlètes des organismes qui le désirent par des entraîneurs spécialement formés pour développer la force et la souplesse, ainsi qu'améliorer la mobilité des articulations afin de prévenir les blessures.

### **La salle de kinésiologie**

Grâce à ses partenariats avec les services médico-sportifs, le Centre Lucien-Brunel permet aux athlètes blessés de continuer leur entraînement en préparation physique afin de faciliter leur retour au sport. Pour ce faire, chaque athlète blessé se voit offrir un plan d'entraînement individualisé, souvent sur 5 jours, pour travailler les parties du corps en bonne santé et maintenir ses qualités cardiovasculaires sous la supervision individuelle (ou semi-individuelle) d'un kinésologue dans cette salle adaptée à la prévention et à la gestion des blessures.

### **La salle de spinning**

Le Centre Lucien-Brunel possède une salle de spinning moderne pouvant accommoder 30 athlètes afin de développer les qualités cardiovasculaires au rythme entraînant de la musique. L'encadrement est sous la responsabilité d'un entraîneur qui dicte l'entraînement et encourage les athlètes à se dépasser.

### **La vérification de l'état d'entraînement**

Lors des séances de conditionnement physique, les entraîneurs vérifient l'état d'entraînement des athlètes avec l'aide de nouvelles technologies. Les tests administrés à trois reprises durant l'année peuvent donner un bilan précis de la condition physique des élèves. Nous pouvons, suite aux résultats, leur proposer les exercices appropriés.

## **Services médicosportifs**

### **La physiothérapie**

Le Centre Lucien-Brunel est à l'avant-garde avec son service de physiothérapie à l'intérieur même de ses installations. Grâce à une collaboration exceptionnelle du Centre Physio Plus Sport, un thérapeute sportif est présent une journée par semaine pour évaluer et traiter les jeunes ayant des besoins particuliers, le tout gratuitement lors de leur consultation au centre. Nos jeunes bénéficient aussi d'un tarif préférentiel s'ils ont à se rendre à la clinique située au Pavillon sportif de l'UQAC. Le thérapeute sportif travaille en étroite collaboration avec les entraîneurs responsables du centre afin d'optimiser la réhabilitation de chaque athlète.

### **La chiropractie**

Tout comme le service de physiothérapie, un chiropraticien visite le Centre Lucien-Brunel une journée par semaine pour évaluer et traiter gratuitement les jeunes ayant des besoins particuliers à l'intérieur même de ses installations. Grâce à une collaboration exceptionnelle avec Remix Santé, nos jeunes bénéficient aussi d'un tarif préférentiel s'ils ont à se rendre à la clinique située dans l'édifice CGI. Le chiropraticien travaille en étroite collaboration avec les entraîneurs responsables du centre afin d'optimiser la réhabilitation ou la prévention de blessures de chaque athlète.

### **La médecine sportive**

Le Centre Lucien-Brunel a également établi un partenariat avec un médecin qui est disponible sur demande pour des rendez-vous avec des athlètes.

### **La nutrition**

Les athlètes du Centre Lucien-Brunel ont la possibilité d'avoir des ateliers sur l'alimentation avec un stagiaire en diététique du Cégep de Chicoutimi. En ce sens, des cours théoriques sur la nutrition sont dispensés aux organismes qui en font la demande. Les thématiques pouvant être abordés sont la saine alimentation, l'alimentation en entraînement, l'alimentation en compétition et les suppléments alimentaires. Un rappel alimentaire et une analyse en profondeur de leur alimentation peuvent également suivre ces périodes théoriques.

### **Les salles d'études supervisées**

Lors de leurs visites au Centre Lucien-Brunel, les athlètes ont une période d'études d'une heure pour faire leurs devoirs, supervisée par des entraîneurs. Des enseignants viennent quotidiennement offrir leur aide aux élèves-athlètes. Ceux n'ayant pas de devoirs doivent OBLIGATOIREMENT prévoir un livre de lecture ou du travail personnel.

## **Mesure d'aide à la pension**

Il est possible, pour les disciplines reconnues Sport-Études, de bénéficier de la mesure d'aide à la pension ou au transport. Veuillez vous référer au Ministère de l'Éducation pour obtenir [les règles spécifiques](#) à cette mesure d'aide à la pension.

## **Avis de transfert**

La demande d'un transfert d'une discipline sportive ou artistique à une autre devra être analysée par la direction de l'école. Les disciplines concernées devront être impliquées dans la décision.

## **Changement de discipline**

**L'élève aura le droit de changer une fois durant son parcours du secondaire 1 à 5.**

## Conditions particulières

Le programme Sport-Études et concentrations sportives et artistiques met en priorité la réussite éducative des élèves. Si un élève éprouve des difficultés à concilier sa discipline sportive ou artistique avec son projet scolaire, il est possible qu'une recommandation de réintégration au niveau des classes régulières soit considérée.

### Balises :

- 1 échec dans une matière;
- 3 soutiens pédagogiques durant 2 étapes;
- Absentéisme;
- Comportement inadéquat;
- Retrait trop fréquent au local d'accueil.

## AVIS- Période d'admission et d'inscription

### SUIVI DE LA LISTE D'ATTENTE

Nous suivons avec attention et rigueur les listes d'attente, mais nous ne pouvons malheureusement rien garantir. Dû au grand nombre de dossiers à traiter, il n'y aura aucun retour d'appel. Cependant, lorsqu'une place devient disponible, nous offrons la place à la première personne inscrite sur la liste d'attente. **C'est à ce moment** que l'école communiquera avec vous afin de vous offrir la place. Vous n'avez donc pas à nous appeler afin de savoir si une place s'est libérée.

## Horaire type des élèves du programme

Pavillon Lafontaine		Pavillon Dominique-Racine	
7 h 55 à 9 h 10	1 <sup>re</sup> période	7 h 58 à 9 h 07	1 <sup>re</sup> période
9 h 15 à 10 h 30	2 <sup>e</sup> période	9 h 15 à 10 h 30	2 <sup>e</sup> période
10 h 40 à 11 h 55	3 <sup>e</sup> période	10 h 45 à 12 h	3 <sup>e</sup> période
11 h 55 à 12 h 45	Diner	12 h à 12 h 45	Diner
12 h 45	Départ vers les plateaux des disciplines et entraînement	12 h 45	Départ vers les plateaux des disciplines et entraînement
16 h	Fin de la journée	16 h	Fin de la journée

# Grille-matières 2024-2025

3 <sup>e</sup> cycle primaire	Secondaire 1	Secondaire 2	Secondaire 3	Secondaire 4	Secondaire 5
Français	Français	Français	Français	Français	Français
Anglais	Anglais	Anglais	Anglais	Anglais	Anglais
Mathématiques	Mathématiques	Mathématiques	Mathématiques	Histoire du Québec et du Canada	Éducation physique
Sciences et technologies	Sciences et technologies	Sciences et technologies	Sciences et technologies	Éducation physique	Éthique et culture religieuse
Géographie - histoire	Histoire et éducation à la citoyenneté	Histoire et éducation à la citoyenneté	Histoire et éducation à la citoyenneté	Éthique et culture religieuse	Monde contemporain
Éducation physique	Géographie	Géographie	Éducation physique	<b>Choix de séquences mathématiques :</b>	<b>Choix de séquences mathématiques :</b>
Éthique et culture religieuse	Éducation physique	Éducation physique	<b>Option (1 choix)</b> Arts plastiques Musique	<b>Numéro 1</b> Math CST Sciences et technologies	<b>Numéro 1</b> Math CST Français gram. Arts plastiques
Arts plastiques	Éthique et culture religieuse	Éthique et culture religieuse		<b>Option (1 choix)</b> Arts plastiques Musique	<b>Options</b> Histoire et géographie OU Chimie et physique <sup>1</sup>
Art dramatique	Arts plastiques	Musique		<b>Numéro 2</b> Math SN Sciences et technologies Sciences et technologies de l'environnement Arts plastiques	<b>Numéro 2</b> Math SN Arts plastiques
					<b>Options</b> Histoire et géographie OU Chimie et physique <sup>1</sup>
					<b>Numéro 3</b> Math SN de sec. 4 Arts plastiques Histoire et géographie

<sup>1</sup> Doit avoir réussi le cours Sciences et technologies de l'environnement en secondaire 4.

# Pour nous joindre

Site Internet : <http://www.csrsaguenay.qc.ca/odysee/>

## École secondaire de l'Odysée/Lafontaine

475, rue Lafontaine, Chicoutimi (Québec) G7J 4V2

Téléphone : (418) 698-5200, poste 5720

Télécopieur : (418) 698-5258

Courriel : [lafontaine.uniteprim@csrsaguenay.qc.ca](mailto:lafontaine.uniteprim@csrsaguenay.qc.ca)

## École secondaire de l'Odysée/Dominique-Racine

985, ave Bégin, Chicoutimi (Québec) G7H 4P1

Téléphone : (418) 698-5185, poste 5610

Télécopieur : (418) 541-7763

Courriel : [odysee@csrsaguenay.qc.ca](mailto:odysee@csrsaguenay.qc.ca)

## Centre Lucien-Brunel

847, ave Georges-Vanier, Chicoutimi (Québec) G7H 4M1

Téléphone : (418) 698-5170 poste 6356

Courriel : [isabelle.proteau@csrsaguenay.qc.ca](mailto:isabelle.proteau@csrsaguenay.qc.ca)

## Directions Odysée et secrétariat

Identification	Fonction	Numéro de téléphone
<b>Sophie Richard</b>	Directrice Odysée	418 698-5185, poste 6401
<b>Jean-Frédéric Girard</b> Josianne Bilodeau par intérim	Direction primaire	418 698-5200, poste 3331
<b>Mélanie Paradis</b>	Directrice adjointe 1 <sup>re</sup> secondaire	418 698-5200, poste 5602
<b>Marie-Julie Lavoie</b>	Directrice adjointe 2 <sup>e</sup> secondaire	418 698-5200, poste 5604
<b>Myriam Plante</b>	Directrice adjointe 3 <sup>e</sup> secondaire	418 698-5185, poste 6415
<b>Carole Anne Tremblay</b>	Directrice adjointe 4 <sup>e</sup> secondaire	418 698-5185, poste 6417
<b>Christina Fillion</b>	Directrice adjointe, 5 <sup>e</sup> secondaire	418 698-5185, poste 6440
<b>Sophie Rousseau-Tremblay</b>	Directrice adjointe, Centre Ressources	418 698-5185, poste 6436
<b>Samuel Croft</b>	Gestionnaire administratif d'établissement	418 698-5185, poste 6403
<b>Hélène Desbiens</b>	Agente de bureau classe principale	418 698-5185, poste 5610

## Transport

Identification	Fonction	Numéro de téléphone
<b>Monique Girard</b>	Régisseuse au transport	418 698-5000, poste 5414