

FEUILLE DE CONTRÔLE - SENSIBILISATION PRÉSAISON AUX COMMOTIONS CÉRÉBRALES

Water Polo Canada (WPC) a rédigé une feuille de contrôle de sensibilisation pré-saison aux commotions cérébrales pour déterminer comment les entraîneurs canadiens de water-polo doivent aborder leur propre formation sur les commotions cérébrales et celle de leur(s) équipe(s). La feuille de contrôle dresse la liste des ressources dont l'entraîneur devrait se servir à chaque étape de sa formation sur les commotions cérébrales. Les entraîneurs sont vivement incités à exécuter les tâches de la feuille de contrôle dans l'ordre avant le début de chaque saison.

***Remarque :** Les « ressources nécessaires » se trouvent dans cette trousse et sur le [site Web de WPC](#).

FORMATION PRÉSAISON	RESSOURCES NÉCESSAIRES	ÉTAT
Revoir les ressources éducatives de WPC sur les commotions cérébrales pour se familiariser avec la prévention, la reconnaissance et la prise en charge des commotions cérébrales	1. Feuille de contrôle – Sensibilisation pré-saison 2. Fiche de formation pré-saison sur les commotions cérébrales 3. Guide – Réunion de formation pré-saison de l'équipe au sujet des commotions cérébrales 4. Guide – FAQ sur les commotions cérébrales 5. Stratégie de retour au sport 6. Stratégie de retour au travail ou à l'école 7. Guide – Conseils pour aider à prévenir les commotions cérébrales et autres blessures en water-polo 8. Protocole de WPC sur les commotions cérébrales	☐
Faire le module en ligne du PNCE Prendre une tête d'avance en sport (Mise à jour en 2024)	Le Casier de l'Association canadienne des entraîneurs	☐

FORMATION PRÉSAISON	RESSOURCES NÉCESSAIRES	ÉTAT
Rédiger un Plan d'action lié aux commotions cérébrales (vous pouvez rédiger le vôtre ou vous servir du modèle fourni dans le Guide – Plan d'action lié aux commotions cérébrales).	Guide – Plan d'action lié aux commotions cérébrales	☐
Prévoir une Réunion de formation présaison de l'équipe au sujet des commotions cérébrales au début de la saison de water-polo.	Guide – Réunion de formation présaison de l'équipe au sujet des commotions cérébrales	☐
Aborder l'information suivante dans la réunion de formation présaison de l'équipe au sujet des commotions cérébrales : • Définition de la commotion cérébrale • Causes ou mécanismes possibles de blessure (c.-à-d ce qui pourrait causer une commotion cérébrale) • Signes et symptômes courants • Mesures à prendre pour prévenir les commotions cérébrales et autres blessures en water-polo. • Ce qu'il faut faire en cas soupçon de commotion ou de blessure plus grave à la tête • Mesures à prendre pour assurer une évaluation médicale en bonne et due forme, stratégies appropriées de retour à l'école ou au travail et de retour au sport • Exigences liées à l'autorisation médicale de retour au sport • Plan d'action personnalisé contre les commotions cérébrales pendant les entraînements et les matchs • Conseils pour prévenir les commotions cérébrales et autres blessures pour les joueurs et parents/substituts	1. Guide – Réunion de formation présaison de l'équipe au sujet des commotions cérébrales 2. Fiche – Formation présaison sur les commotions cérébrales 3. Guide – Plan d'action lié aux commotions cérébrales 4. Guide – Conseils pour aider à prévenir les commotions cérébrales et autres blessures 5. Guide– FAQ sur les commotions cérébrales	☐

FORMATION PRÉSAISON	RESSOURCES NÉCESSAIRES	ÉTAT
Après la réunion, demander aux participants de lire la fiche Formation pré-saison sur les commotions cérébrales . Au choix, faire signer aux joueurs et aux parents le Code de conduite liée aux commotions cérébrales pertinent pour leur faire comprendre leur rôle et leurs responsabilités.	1. Document de formation pré-saison de WPC sur les commotions cérébrales 2. Code de conduite liée aux commotions cérébrales (facultatif)	☐
Expliquer où le public peut trouver la Trousse de formation de WPC sur les commotions cérébrales ou ses éléments.	Section Commotions cérébrales sous l'onglet Sport sécuritaire du <u>site Web de WPC</u> .	☐