

PARCOURS COMPÉTITION – INTRODUCTION

[Stades Apprendre à s'entraîner / S'entraîner à s'entraîner]

FONDATIONS POUR ENTRAÎNEURS DE SOFTBALL - PARTIE 2*

**La partie 1 doit être complétée avant d'accéder à la partie 2.*

TOTAL: 60-90 MINS



MODULE MULTISPORT

Prise de décisions éthiques

TOTAL: 3 HRS



FORMATIONS COMPÉTITION – INTRODUCTION DE SOFTBALL

FIN DE SEMAINE #1

1. Habiletés fondamentales du softball
 - a. Échauffement dynamique
 - b. Lancer
 - c. Récupérer la balle
 - d. Bâton
 - Amortis (sacrifice et coup filé)
 - e. Le lanceur
 - f. Course sur les buts
 - Sliding
2. Planification de l'entraînement
3. Règlements de base
4. Stratégie offensive
5. Signaux

TOTAL: 12 HRS

FIN DE SEMAINE #2

1. Enseignement et apprentissage
2. Jeu positionnel et habiletés
3. Principes défensifs et principes offensifs
4. Stratégies défensives et offensives
5. Analyse de la performance
6. Entraînement pratique

TOTAL: 12 HRS

FORMÉ(E)



COMPÉTITION – INTRODUCTION

Évaluation en ligne

1. Prise de décisions éthiques



PORTFOLIO DE L'ENTRAÎNEUR(E)
[Tâches variées]



ÉVALUATION SUR LE TERRAIN
[Séance d'entraînement]



CERTIFIÉ(E)



Programme national de certification des entraîneurs