

# Buts et objectifs:

- De vous informer sur le déroulement de la prochaine saison rallye-cap
- Présenter le développement à long terme de l'athlète
- Présenter les objectifs du programme Rallye Cap
- Horaire et déroulement de la saison
- Petite ligue novice



## Présentation des membres du CA de Baseball Mirabel

- Président, André-Mathieu Côté;
- Vice-Président, Mathieu Lanouette;
- Directeur catégories , Walter Menabo ;
- Directeur communications & Rally Cap, Stéphane Dorion;
- Directeur technique, Marc-André Poirier;
- Secrétaire, Jonathan Nadeau;
- Registraire, Alain Thibault;
- Trésorier, Marc Carrière;
- Représentant de la Ville de Mirabel, Dany Quintal.



## **Stéphane Dorion**

- Directeur Rallye Cap et relations publiques  
(Responsable du programme)

## **Tristant Beaudin**

- Entraîneur Rallye Cap



# Le développement à long terme de l'athlète

- *Le Développement à Long Terme de l'Athlète (DLTA)* est une approche systémique présentement développée et adoptée par Baseball Canada afin de maximiser le potentiel du participant et son implication dans notre sport.



# Le développement à long terme de l'athlète

- Le modèle DLTA est divisé en plusieurs étapes dans lesquelles un joueur passera d'habiletés simples en habiletés plus complexes et d'habiletés générales vers des habiletés spécifiques au baseball. Par exemple, un débutant pourrait débiter par l'apprentissage d'actions fondamentales du lancer et de la frappe avant d'avancer vers des habiletés plus avancées dans ce domaine.

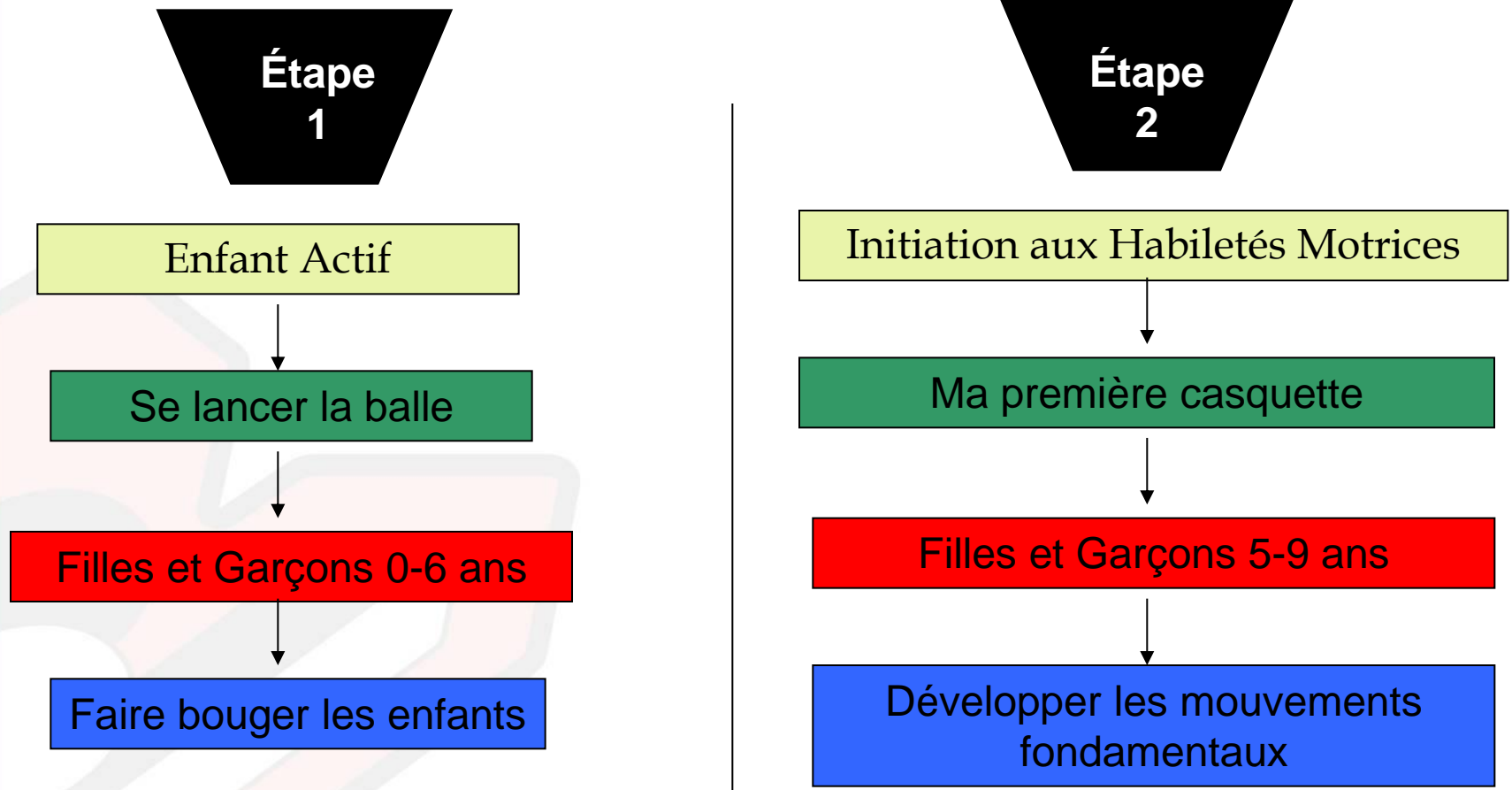
## Le développement à long terme de l'athlète

Stades	Âge	Ratio E - C	Division
Enfant actif	0-4	Aucun	
Initiation aux habiletés motrices	5-8	Activités amusantes	Novice
Formation de base	9-12	70 % - 30 %	Atome - Moustique
Métamorphose	12-16	60 % - 40 %	Pee-Wee - Bantam
Apprendre la compétition	16-18	40 % - 60 %	Midget
Spécialisation sportive	18-23	30 % - 70 %	Junior
Poursuite de l'excellence	18+	20 % - 80 %	Junior - Senior
Vivre l'excellence	18+	20 % - 80 %	Junior - Senior
Vie active	1-100	Selon le désir de chacun	

\* **Entraînement - Compétition**

## Le développement à long terme de l'athlète

Rallye Cap





## CODE D'ÉTHIQUE

Il y a quatre groupes principaux de personnes impliqués dans le sport communautaire;

- les participants,
- les parents
- les entraîneurs
- les arbitres.

La façon dont ces groupes vont interagir entre eux avant, pendant et après la compétition influencera l'expérience sportive positive ou négative pour le participant.



# CODE D'ESPRIT SPORTIF

- Plusieurs équipes passent du temps en début de saison sur la façon dont ces 4 groupes impliqués agiront pour ensuite décrire ces comportements dans leur propre code de conduite. Il est important d'impliquer tout le monde dans le développement de ce code pour ensuite le signer.
- Signer le code de conduite ne va pas contre la nature compétitive du participant ou de l'équipe. Les équipes et les compétitions sont plus fortes lorsque tous les groupes adhèrent aux affirmations du code qui expliquent les bons et moins bons comportements.



## CODE D'ESPRIT SPORTIF

Quelques exemples de comportements d'esprit sportif:

- Suivre les règlements et ne jamais tenter de contourner les règles
- Refuser de gagner par la tricherie
- Respecter les officiels (ne pas crier après eux ou les harceler)
- Démontrer du contrôle de soi
- Reconnaître les bonnes performances de l'adversaire; d'obtenir le meilleur de soi-même, vous voulez aussi que l'adversaire joue à son mieux
- Encourager son équipe sans abuser verbalement ses adversaires.



## »» Les objectifs du programme Rallye Cap de Baseball Canada sont de:

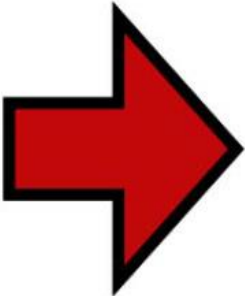
- 1** Créer un environnement sain dans lequel les adultes et les enfants auront du plaisir dans l'apprentissage du baseball.
- 2** Développer les habiletés de base et stratégies du baseball aux joueurs.
- 3** Enseigner et développer l'esprit sportif dans un contexte de saine compétition.
- 4** Développer et promouvoir l'estime de soi des enfants avec l'aide des intervenants du programme Rallye Cap.



# Vidéo Rallye Cap



## »» Le rôle crucial des entraîneurs:



L'entraîneur est un rouage important du programme Rallye Cap. Les joueurs lui font confiance et s'attendent à recevoir de ce dernier des conseils techniques et des encouragements. Les parents et les joueurs se fient sur lui et nos objectifs seront atteints si seulement les entraîneurs s'engagent à les atteindre.





*Voici quelques **moyens** permettant aux entraîneurs d'atteindre les objectifs du programme Rallye Cap*



## **OBJECTIF 1**

***Créer un environnement sain dans lequel les adultes et les enfants auront du plaisir dans l'apprentissage du baseball.***

- A** Avoir en tout temps un comportement exemplaire;
- B** Parler aux jeunes et dites leur qu'ils sont des membres importants de votre équipe;
- C** Encourager l'effort autant que les résultats;
- D** Encourager souvent les joueurs;
- E** Donner à chaque joueur un temps égal de jeu, peu importe sa performance;
- F** Rappeler leur que c'est un jeu.



## OBJECTIF 2

### *Développer les habiletés de base et stratégies du baseball aux joueurs.*

- A** Utiliser le renforcement positif pour les actions bien faites;
- B** Dans l'éventualité d'erreur, on reprend et on refait la démonstration, minimiser l'emphase négative sur les erreurs qui permettent ainsi l'apprentissage. Les joueurs apprendront davantage, s'ils reçoivent souvent des compliments. Féliciter les joueurs en public et oublier les critiques.
- C** Le baseball est compliqué. La répétition est nécessaire avant de bien maîtriser une habileté. Une fois compris, ils doivent répéter avant de bien maîtriser la tâche demandée.
- D** Encourager les joueurs à se fixer des objectifs individuels et d'équipe correspondant au niveau d'habiletés.
- E** Planifier et organiser la séance pour maximiser l'apprentissage et minimiser l'attente et la perte d'attention.



## OBJECTIF 3

***Enseigner et développer l'esprit sportif dans un contexte de saine compétition.***

- A** Enseigner aux joueurs à se dépasser dans un esprit de saine compétition;
- B** Reconnaître les bons jeux, même ceux de l'adversaire;
- C** Toujours traiter les joueurs des autres équipes comme vous aimeriez que les autres traitent et respectent vos joueurs;
- D** Éviter les actions et les paroles qui nuisent au développement de l'estime de soi des joueurs des autres équipes;



## OBJECTIF 4

### *Développer et promouvoir l'estime de soi des enfants avec l'aide des intervenants du programme Rallye Cap.*

- A** Toujours encourager les joueurs autant que possible. Démontrer par les actions et paroles que vous les aimez et que vous les acceptez peu importe leurs performances. Les adultes prennent souvent pour acquis que les enfants peuvent lire leurs pensées, mais les enfants déterminent s'ils sont appréciés par les actions et les paroles.
- B** Passer un temps comparable (notion d'équité) d'enseignement avec tous les joueurs peu importe leurs habiletés.
- C** Encourager les parents à s'impliquer dans le programme.



# Mise en place du programme

- Tous les groupes en même temps
- Le programme s'adapte à la grandeur du groupe
- Pas besoin d'être 12-24-36...
- Une fois semaine, tel que le suggère le DLTA
- Permet un suivi de l'apprentissage
- Amène le jeune à vouloir se dépasser



# Le rôle des intervenants

- Identification des trois types de personnes agissant dans la structure du programme Rallye Cap.





## Définition du rôle du responsable

- Agit à titre de chef d'orchestre de la séance et du programme dans l'association.



## Définition du rôle de l'animateur

- Anime un atelier lors d'une séance Rallye Cap





## Définition du rôle des parents

- Le parent accompagne son enfant lors de la séance Rallye Cap;





# Responsable du programme

- Planifie et coordonne les séances
- S'assure de la formation des animateurs
- Communique et recrute les animateurs
- À en sa possession un chrono, les fiches de pratiques, son sourire et l'équipement
- Organise une rencontre pré-saison et une petite réunion avant chaque pratique
- Coordonne l'évaluation



# L'animateur - Entraîneur

- Responsable d'une activité;
- Prépare son matériel;
- Ajuste l'activité au groupe qu'il a devant lui selon les casquettes;
- S'assure du déroulement sécuritaire de l'activité;



# Parent-Animateur

- Accompagne son enfant à travers les ateliers;
- Participe avec son enfant à l'atelier;
- Il récupère les balles frappées par son enfant, il lui lance la balle ou encore il attrape la balle qui lui est lancée par son enfant;
- Lors des rotations, il s'assure que son enfant se dirige à la bonne station;
- Il encourage et motive

# LA PRATIQUE



»» Durant la session, chaque équipe pratiquera les éducatif selon les techniques de bases:

- ➔ **LANCER**
- ➔ **ATTRAPER**
- ➔ **FRAPPER**

- ➔ **COURIR**
- ➔ **CONNAISSANCE GÉNÉRALE**



# Progression du lancer

- **Apprendre la prise de balle à 4 coutures**
- **Lancer la balle assis**
- **Lancer la balle à genou**
- **Lancer la balle debout en cinq étapes**



# Progression au bâton

- 1) Déterminer l'œil dominant
- 2) Choix du bâton
- 3) Prise du bâton
- 4) Position de base et en lien avec le marbre
- 5) Élan libre en trois étapes
  - Préparation
  - Chargé
  - Frapper
- 6) Frapper à partir d'un *tee*
- 7) Frapper la balle provenant d'un *toss*



# Progression pour l'attrapé

***I) Position athlétique de base***

***II) Attraper un objet lancé par en-dessous, pas de gant:***

***III) Attraper une balle qui roule, pas de gant:***

***IV) Attraper la balle lancée avec un petit arc, pas de gant:***

***V) Attraper un roulant:***

***VI) Attraper un objet en ballon:***



# Mini évaluation

**Samedi 11 mai 2019**

**Gymnase Croisée des champs  
(secteur St-Janvier)**

[https://www.google.ca/maps/place/%C3%89cole+De+La+Crois%C3%A9e-Des-Champs/@45.7058206,-](https://www.google.ca/maps/place/%C3%89cole+De+La+Crois%C3%A9e-Des-Champs/@45.7058206,-73.9184594,17z/data=!4m5!3m4!1s0x4cc8d675f4c8248b:0x8b3fa3449f2fe5d5!8m2!3d45.705579!4d-73.915683?dcr=0)

[73.9184594,17z/data=!4m5!3m4!1s0x4cc8d675f4c8248b:0x8b3fa3449f2fe5d5!8m2!3d45.705579!4d-73.915683?dcr=0](https://www.google.ca/maps/place/%C3%89cole+De+La+Crois%C3%A9e-Des-Champs/@45.7058206,-73.9184594,17z/data=!4m5!3m4!1s0x4cc8d675f4c8248b:0x8b3fa3449f2fe5d5!8m2!3d45.705579!4d-73.915683?dcr=0)

- 8h30 à 9h30 Novice
- 9h45 à 10h45 Initiation
- 11h00 à 12h00 Pré-initiation



# Formation des groupes

La formation des groupes 1 et 2 vous seront communiqué vers le 13-14 mai.

## **Du 23 mai au 13 juin**

- Groupe 1 18h00 à 19h00
- Groupe 2 19h00 à 20h00

## **Du 20 juin au 15 août**

- Groupe 1 18h00 à 19h15
- Groupe 2 19h15 à 20h30



**Veillez noter qu'il y aura  
relâche pour les deux  
semaines des vacances de la  
construction soit les 25 juillet  
et 1er août**



Prendre note qu'il n'y aucune pratique  
Jeudi, le 30 mai

Le tout est remplacé par le ***Défi Triple jeu***

- Samedi le 1<sup>er</sup> juin
- Compétition d'habileté
- Prise de photos individuelle et d'équipe



## Remise du chandail :

- Jeudi le 23 mai lors de la 1<sup>ère</sup> pratique

## Équipements requis cette saison :

- Souliers de course
  - pantalon léger
  - gant de baseball
- un casque de frappeur
- un bâton de baseball
- support athlétique à coquille protectrice pour les garçons ;
  - protecteur pelvien pour les filles;



- Besoin de la participation des parents comme Animateur - Entraîneur



# Petite ligue du vendredi

- S'adresse aux enfants du stade Novice (2012)
- Activité hors programme Rallye Cap
- Jouer en s'amusant
- Parc Masson (St-Benoît de Mirabel)
- horaire et début des parties à confirmer
- +/- 10 enfants seront sélectionnés / intérêt
- Frais d'inscription de 20\$



# Pour toutes questions

[rallycapmirabel@outlook.com](mailto:rallycapmirabel@outlook.com)

[www.baseballmirabel.ca](http://www.baseballmirabel.ca)



<https://www.facebook.com/baseball.mirabel>



# Questions??





Merci de votre participation et....

**PLAYBALL!!**

