

Ruban formation 2023

(CQP) Technicien Sportif option Baseball & Softball

Planning session et contenus modules
Réf. CQP-C2-06-01v-1.1 - Mise à jour du 18/10/2022

Détails des modules

maj du 18/10/22

CQP Baseball-Softball 2023

TOULOUSE

Présentiel 1 (P1)
Cours

35h

	lundi 16 janvier		mardi 17 janvier		mercredi 18 janvier		jeudi 19 janvier		vendredi 20 janvier	
9h	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants
9h30										
10h			Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement des sportifs		Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement des sportifs		Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement des sportifs		Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement des sportifs	
10h30										
11h	Accueil Présentation de la formation et de ses attendus		Module 3 : L'attaque individuelle La frappe Le running slap	Céline LASSAIGNE	Module 6 : Lanceur Baseball Qu'est ce que le lanceur ? Aspects mécaniques	Keino PEREZ	Module 6 : Lanceur Baseball Gestion des coureurs Jouer la défense Outils et préparation	Keino PEREZ	Module 4 : La défense individuelle Le receveur	Gerardo LEROUX
11h30										
12h										
12h30										
13h	Pause déjeuner		Pause déjeuner		Pause déjeuner		Pause déjeuner		Pause déjeuner	
13h30										
14h										
14h30										
15h	Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement des sportifs		Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement des sportifs		Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement des sportifs		Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement des sportifs		Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 3 : Gérer les ressources humaines...	
15h30										
16h	Module 3 : L'attaque individuelle Etre attaquant La frappe	Lahcène BENHAMIDA	Module 5 : Lanceur Softball Qu'est ce que le lanceur ? Aspects mécaniques Jouer la défense Outils et préparation	Céline LASSAIGNE	Module 3 : L'attaque individuelle La course sur bases Les amortis	Lahcène BENHAMIDA	Module 2 : L'entraînement Les échauffements	Adrien GAYAUD	Module 2 : L'entraînement Préparation physique	Adrien GAYAUD
16h30										
17h										
17h30										
18h									Bilan	
	6h30		7h30		7h30		7h30		6h	

maj du 18/10/22

CQP Baseball-Softball 2023

Distanciel 1 (D1)

10h

	Séance #1		Séance #2		Séance #3		Séance #4		Séance #5	
19h	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants
19h30										
20h	Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement	Aina RAJOHNSON	Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement	Aina RAJOHNSON	Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement	Romain THOMAS	Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 3 : Gérer les ressources humaines...	Romain THOMAS	Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 3 : Gérer les ressources humaines...	Romain THOMAS
20h30	Module 2 : L'entraînement Connaissance des publics		Module 2 : L'entraînement Connaissance des publics		Module 2 : L'entraînement La diététique		Module 2 : L'entraînement Préparation mentale		Module 2 : L'entraînement Préparation mentale	
21h										
	2h00		2h00		2h00		2h00		2h00	

Ruban formation 2023

(CQP) Technicien Sportif option Baseball & Softball

Planning session et contenus modules

Réf. CQP-C2-06-01v-1.1 - Mise à jour du 18/10/2022



41 rue de Fécamp, 75012 Paris, +33 (0)1 44 68 89 30

maj du 18/10/22

CQP Baseball-Softball 2023

EAUBONNE

Présentiel 2 (P2)

35h

Cours

	lundi 20 mars 2023		mardi 21 mars 2023		mercredi 22 mars 2023		jeudi 23 mars 2023		vendredi 24 mars 2023	
9h	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants
9h30										
10h			Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 4 : intégrer son activité dans le fonctionnement de la structure		Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement sportif		Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement sportif		Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 3 : Gérer des ressources humaines et logistiques...	
10h30						Aina RAJOHNSON	Module 4 : La défense individuelle Se placer, se déplacer Relayer L'infield	Lahcène BENHAMIDA		Lahcène BENHAMIDA
11h	Accueil Présentation de la formation et de ses attendus		Module 1 : L'entraîneur et son environnement L'environnement Le projet sportif		Module 2 : L'entraînement La construction de séance La conduite de séance				Module 8 : L'aspect collectif en attaque Stratégie et Tactique	
11h30										
12h										
12h30										
13h	Pause déjeuner		Pause déjeuner		Pause déjeuner		Pause déjeuner		Pause déjeuner	
13h30										
14h										
14h30										
15h	Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 4 : intégrer son activité dans le fonctionnement de la structure		Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 3 : Gérer des ressources humaines et logistiques...		Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 3 : Gérer des ressources humaines et logistiques...		Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement Bloc 3 : Gérer des ressources humaines et logistiques...		Bloc 2 : Conduire des séances d'entraînement sportif Module 4 : La défense individuelle L'outfield	Lahcène BENHAMIDA
15h30										
16h	Module 1 : L'entraîneur et son environnement L'entraîneur Le manager et son staff L'éthique sportive		Module 2 : L'entraînement Les techniques pédagogiques d'apprentissage La planification	Adrien GAYAUD	Module 2 : L'entraînement Les logiques internes L'observation Détection / Evaluation		Module 7 : L'aspect collectif en défense Organisation défensive Stratégie et Tactique	Lahcène BENHAMIDA		
16h30										
17h										
17h30										
18h										
	6h30		7h30		7h30		7h30		6h	

maj du 18/10/22

CQP Baseball-Softball 2023

Distanciel 2 (D2)

10h

	Séance #1		Séance #2		Séance #3		Séance #4		Séance #5	
19h	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants	Thème	Intervenants
19h30	Bloc 3 : Gérer des ressources humaines et logistiques...		Bloc 3 : Gérer des ressources humaines et logistiques...		Bloc 3 : Gérer des ressources humaines et logistiques...		Bloc 1 : Concevoir un projet d'entraînement		Bloc 5 : Protéger les personnes...	
20h		Lahcène BENHAMIDA		Lahcène BENHAMIDA		Aina RAJOHNSON				
20h30	Module 1 : L'entraîneur Gérer une équipe en compétition		Module 1 : L'entraîneur Construire un line up		Module 1 : L'entraîneur Les relations arbitre / manager		Module 1 : L'entraîneur La pratique féminine		Module 1 : L'entraîneur Les comportements déviants	
21h										
	2h00		2h00		2h00		2h00		2h00	

Ruban formation 2023

(CQP) Technicien Sportif option Baseball & Softball

Planning session et contenus modules

Réf. CQP-C2-06-01v-1.1 - Mise à jour du 18/10/2022



41 rue de Fécamp, 75012 Paris, +33 (0)1 44 68 89 30

maj du 18/10/22

CQP Baseball-Softball 2023

Présentiel 3 (P3)
Stage

40h00

lundi 24 avril				mardi 25 avril				mercredi 26 avril				jeudi 27 avril				vendredi 28 avril							
Thème	tps	Intervenants		Thème	tps	Intervenants		Thème	tps	Intervenants		Thème	tps	Intervenants		Thème	Intervenants / Jur	Thème	Intervenants				
Préparation et installation 20'				Préparation et installation 20'				Préparation et installation 20'				Préparation et installation 20'				Préparation et installation 20'							
Présentation sommaire au autres stagiaires 5x5'				Présentation sommaire au autres stagiaires 5x5'				Présentation sommaire au autres stagiaires 5x5'				Présentation sommaire au autres stagiaires 5x5'				Présentation sommaire au autres stagiaires 5x5'							
9h				9h				9h				9h				9h							
Accueil				Accueil				Accueil				Accueil				Accueil							
Atelier 1 : Echauffement+ Relais 45'				Atelier 2 : La frappe + running slap 45'				Atelier 3 : Lancer Baseball + receveur 45'				Atelier 6 : Echauffement + Défense individuelle (Infield) 45'				Atelier 7 : Lancer Softball 45'				Atelier 8 : Lancer Baseball + receveur 45'			
Pause				Pause				Pause				Pause				Pause							
Feedback A1 15'				Feedback A2 15'				Feedback A3 15'				Feedback A6 15'				Feedback A7 15'				Feedback A8 30'			
10h				10h				10h				10h				10h							
Atelier 1 : Echauffement+ Relais 45'				Atelier 2 : La frappe + running slap 45'				Atelier 3 : Lancer Baseball + receveur 45'				Atelier 6 : Echauffement + Défense individuelle (Infield) 45'				Atelier 7 : Lancer Softball 45'				Atelier 8 : Lancer Baseball + receveur 45'			
Pause				Pause				Pause				Pause				Pause							
Feedback A1 15'				Feedback A2 15'				Feedback A3 15'				Feedback A6 15'				Feedback A7 15'				Feedback A8 30'			
11h				11h				11h				11h				11h							
Atelier 1 : Echauffement+ Relais 45'				Atelier 2 : La frappe + running slap 45'				Atelier 3 : Lancer Baseball + receveur 45'				Atelier 6 : Echauffement + Défense individuelle (Infield) 45'				Atelier 7 : Lancer Softball 45'				Atelier 8 : Lancer Baseball + receveur 45'			
Pause				Pause				Pause				Pause				Pause							
Feedback A1 15'				Feedback A2 15'				Feedback A3 15'				Feedback A6 15'				Feedback A7 15'				Feedback A8 30'			
12h				12h				12h				12h				12h							
Atelier 1 : Echauffement+ Relais 45'				Atelier 2 : La frappe + running slap 45'				Atelier 3 : Lancer Baseball + receveur 45'				Atelier 6 : Echauffement + Défense individuelle (Infield) 45'				Atelier 7 : Lancer Softball 45'				Atelier 8 : Lancer Baseball + receveur 45'			
Pause				Pause				Pause				Pause				Pause							
Feedback A1 15'				Feedback A2 15'				Feedback A3 15'				Feedback A6 15'				Feedback A7 15'				Feedback A8 30'			
13h				13h				13h				13h				13h							
Pause déjeuner				Pause déjeuner				Pause déjeuner				Pause déjeuner				Pause déjeuner							
14h				14h				14h				14h				14h							
Atelier 4 : Echauffement + Course sur bases 45'				Atelier 5 : Attaque collective 45'				Atelier 9 : Echauffement+ Défens 45'				Atelier 10 : Défense collective 45'				Atelier 14 : 30'				Atelier 19 : 30'			
Pause				Pause				Pause				Pause				Pause							
Feedback A4 15'				Feedback A5 15'				Feedback A9 15'				Feedback A10 15'				Feedback A14 15'				Feedback A19 15'			
15h				15h				15h				15h				15h							
Atelier 4 : Echauffement + Course sur bases 45'				Atelier 5 : Attaque collective 45'				Atelier 9 : Echauffement+ Défens 45'				Atelier 10 : Défense collective 45'				Atelier 14 : 30'				Atelier 19 : 30'			
Pause				Pause				Pause				Pause				Pause							
Feedback A4 15'				Feedback A5 15'				Feedback A9 15'				Feedback A10 15'				Feedback A14 15'				Feedback A19 15'			
16h				16h				16h				16h				16h							
Atelier 4 : Echauffement + Course sur bases 45'				Atelier 5 : Attaque collective 45'				Atelier 9 : Echauffement+ Défens 45'				Atelier 10 : Défense collective 45'				Atelier 14 : 30'				Atelier 19 : 30'			
Pause				Pause				Pause				Pause				Pause							
Feedback A4 15'				Feedback A5 15'				Feedback A9 15'				Feedback A10 15'				Feedback A14 15'				Feedback A19 15'			
17h				17h				17h				17h				17h							
Match				Match				Match				Match				Match							
Equipe A coaches				Equipe B coaches				Equipe A coaches				Equipe B coaches				Equipe A coaches				Equipe B coaches			
18h				18h				18h				18h				18h							
Bilan 60'				Bilan 60'				Bilan 60'				Bilan 60'				Bilan 60'							
7h00				8h15				8h15				8h00				8h00							