

SITUATION DE COUREURS AU 1ER ET AU 3E BUTS



Ce vidéo explique la raison pour laquelle il faut encourager le receveur à lancer sur une situation de coureurs au 1er et au 3e buts.

BOISSONS ÉNERGISANTES



Quelles sont les conséquences des boissons énergisantes sur les performances des athlètes ? Apprenez pourquoi elles ne sont pas recommandées dans la vidéo suivante.

PORT DU MANTEAU PAR LE LANCEUR



Le port du manteau par le lanceur n'est pas recommandé dans toutes les situations, cependant il existe quelques exceptions où celui-ci peut être favorable.

OBJECTIFS POUR LA SAISON



Il est toujours important d'établir des objectifs pour la saison ainsi que de les partager en début de saison avec les parents.

ÊTRE PATIENT OU NON



Il est important de prendre en considération le compte sur le frappeur. Cette vidéo permet d'expliquer comment il est possible de mettre les statistiques à notre avantage.

ENTRAÎNEMENT ÉTHIQUE



Apprenez comment répondre aux situations d'ordre éthique en raison du pointage qui sont souvent présentes lors des parties de baseball.

ATTRIBUTS DU LANCEUR



Plusieurs qualités importantes sont recherchées chez les athlètes qui sont lanceurs, cette vidéo en soulève quelques-unes.

CHOISIR SES ASSISTANTS-ENTRAÎNEURS



Il est important de bien choisir ses assistants-entraîneurs, de plus il faut prendre en considération les avantages et désavantages de prendre un parent comme adjoint.

FONDRE SOUS LA PRESSION



Apprenez ce que signifie fondre sous la pression et comment les athlètes peuvent se préparer pour bien s'adapter aux changements.

GLACE OU NON



Quand est-il de la tradition de mettre de la glace pour favoriser la récupération ? Voici quelques conseils pour assurer une meilleure récupération des lanceurs.

JOUER SOUS UNE CHALEUR INTENSE



Il faut adapter les pratiques et les parties lorsque la chaleur est très intense. Il est aussi important de porter attention aux signes de déshydratation.

TABAC À CHIQUER



Le tabac à chiquer a des conséquences néfastes sur la performance des athlètes en plus de créer une dépendance.

COMMOTIONS CÉRÉBRALES



Il est important de se renseigner et de bien planifier les mesures à prendre pour les cas de blessures à la tête.

PRATIQUE D'AVANT-MATCH



La pratique d'avant-match à plusieurs composantes et il est importante de toutes les planifier pour assurer que celle-ci prépare bien les athlètes.

LEVER LE COUDE AU BÂTON



L'attention doit être portée sur l'angle du bâton et son positionnement par rapport à la tête et la position du coude.

MÉDIAS SOCIAUX



Cette vidéo démontre l'importance de l'utilisation positive des médias sociaux dans les équipes sportives. En plus, de relever les choses qui sont à éviter.

DISCOURS D'APRÈS-MATCH



Cette vidéo démontre l'importance des discours d'après-match et quelques trucs pour que ceux-ci soit optimaux.

NUTRITION



Il est important de connaître les principes de base en nutrition et de les appliquer en situation de compétition pour maximiser la performance des athlètes.

STATISTIQUES SUR L'AMORTI SACRIFIÉ



Cette vidéo explique les différentes statistiques de l'amorti sacrifié et comment il est possible de les utiliser pour modifier les stratégies offensives.

RÈGLEMENTS D'ÉQUIPE



Il faut créer des règlements d'équipe en début de saison. Ce vidéo permet de mettre de l'avant tous les points à considérer lors de l'application et la création de règlements.

ÉQUIPE DE RÊVE EN DÉFENSIVE



Voici une simulation de repêchage des positions défensives qui permet de mettre de l'avant les qualités importantes de chacune des positions.

