

PREPATION PHYSIQUE DU HANDBALLEUR

Préparer des ADULTES

1 site de formation :
100% distanciel
8 classes virtuelles

Dates
17/10/23 de 18h à 19h30
21/11/23 de 18h30 à 20h
Les dates suivantes sont à définir.

Tarifs :

* **Tarif bénévole : 200 €**
(Tarif subventionné)

* **Tarif salarié (e) : 360 €**

**Date limite
d'inscription le
1^{er} octobre 2023**

Inscription :
**Formulaire d'inscription
en ligne en [cliquant ici](#)**

Effectif :
12 pers max par site

Contact pour inscription :
Secrétariat ITFE
☎ 03.88.26.94.57
✉ 5600000.Format@ffhandball.net

Référent handicap :
Nous contacter

Public visé :

- Entraîneurs d'équipe D'ADULTES en pratique compétitive
- Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter pour étudier les possibilités.*

Pré requis :

Le candidat doit au moment de son entrée en formation :

- Entraîner régulièrement une équipe
- Être licencié(e) FFHB et être âgé(e) de 16 ans et plus
- Entraîneur titulaire À MINIMA de la formation animateur de handball ou du certificat « Accompagnateur d'équipe »

Objectifs et compétences visées :

- Animer et mettre en œuvre une situation d'entraînement athlétique adapté au public
- Proposer des séances attractives en lien avec la pratique du handball
- Développer ses connaissances fondamentales à des fins de performance
- Animer des séances de préparation athlétique en toute sécurité

Contenus

- Connaissances théoriques
- Méthodologie d'animation
- Sécurité et prévention des blessures
- La préparation physique au service de la formation en handball
- Planifier et organiser la charge durant la saison
- Intégrer la préparation physique dans ses séances de handball

Moyens et méthodes pédagogiques

- Illustration vidéos
- Groupe de partage et de réflexion
- Apports théoriques
- Expérimentation en club

Évaluation :

- Positionnement initial d'entrée en formation
- Suivre la formation dans son intégralité
- Évaluation théorique de fin de formation
- Mettre en œuvre et filmer une séquence au sein de son club

Certification :

- Attestation de présence et de formation

Coordonnateur de la formation :

Contactez le responsable du site pour toute question pratique en lien avec la formation

- Caroline SCHOFFIT – Formateur ITFE – Préparatrice Physique Pôle excellence Strasbourg
5600000.cschoffit@ffhandball.net

Durée et modalités d'organisation : 20 h

- 20h distanciel