

# PERFORMER avec des adultes

Les formations pour les entraîneurs

DURÉE

**125h**

FORMAT

**Blended learning (mixte)**

TARIF

**1 150 €**

PARTICIPANTS

**3 - 12 places**

## Présentation

En suivant cette formation "PERFORMER", vous progresserez dans la gestion d'une équipe adultes et dans la construction de votre projet de jeu. Vous serez également meilleurs dans la méthodologie de l'entraînement Handball.

## Points clés

ENTRAÎNEUR (niv rég/nat)

125h

Valeur inconnue

17/10/25

## Objectifs pédagogiques

Concevoir un projet d'entraînement ; Analyser le jeu ; Animer et réguler une séance à visée performance

## Programme

Prévention des conduites à risque et des pratiques déviantes ; Conception de l'entraînement et du projet ; Évaluation des comportements observés et attendus

Dialectique Att/Déf ; Animation de séance à des fins de performance ; Analyse de match ; Développement des qualités physiques du handballeuret prévention ; Managérat et stratégie de match ; Relation Entraîneur/Entraîné ; Analyse vidéo.

Positionnement sur formulaire et travail à rendre

## Prérequis

Être licencié.e FFHandball / Attestation honorabilité signée / Encadrer une équipe d'adultes en responsabilité de niveau régional (= être entraîneur principal et animer 2 séances par semaine minimum) /

Être titulaire du module Débuter dans l'entraînement (ou équivalent) ou bénéficier d'une expérience d'encadrement d'une équipe de niveau régional de 2 saisons dans les 5 dernières années

Délais d'inscription: 7j avant le premier jour de formation.

## Public concerné

Entraîneur d'une équipe adulte, niveau R1/N3/N2/N1

## Informations complémentaires

### NATURE DE LA FORMATION

Action de formation

### MATÉRIEL REQUIS

Ordinateur / Feuilles + stylo / Tenue de sport

### NB HEURES DE FORMATION (PRÉSENTIEL)

125 heure(s)

### SPÉCIALITÉ

Entraînement (niveau national)

### MODALITÉS D'ACCOMPAGNEMENT

Accompagnement individuel

### NOMBRE D'ÉVALUATIONS ATTENDUES

oui

### NOMBRE DE PARTICIPANTS MINIMUM

3

### NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM

12 places

# PERFORMER avec des adultes

Les formations pour les entraîneurs

## MOYENS PÉDAGOGIQUES

TD ; Apports théoriques ; Échanges en sous-groupe ;  
Témoignages ; Mise en situation ; Études de cas ;  
FOAD ; Pratique ; Animation de séance

## ACCESSIBILITÉ

oui

## MODALITÉS D'ACCUEIL EN SITUATION DE HANDICAP

Si vous êtes en situation de handicap, contactez  
Thomas Caradec à 5800000.tcaradec@ffhandball.net

## QUALITÉ ET INDICATEURS DE RÉSULTAT

Saison 24-25 : Satisfaction 4.4/5 ; Abandon 0 % ;  
Réussite 50%

## TITRE OBTENU LORS DE LA FORMATION

CERTIFICAT FÉDÉRAL PERFORMER AVEC DES  
ADULTES

## PREMIÈRE SÉANCE DE LA FORMATION

17/10/25

## COMPÉTENCES DE LA FORMATION

Protéger les joueurs des pratiques déviantes ; Construire un projet d'entraînement pour faire progresser ;  
Construire une séance d'entraînement adaptée ; Utiliser la dialectique du jeu et les rapports de force ; Diriger  
des séances d'entraînement en vue d'optimiser les performances ; S'appuyer sur une analyse d'un match de  
handball pour fixer les objectifs d'entraînement ; Préparer le joueur à l'activité ; Evaluer le comportement des  
joueurs et agir/réguler en fonction ; Décliner et réguler la stratégie déterminée autour du match pour performer  
; Instaurer une relation joueur-entraîneur

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Produire un compte rendu d'expérience de 4 à 5 pages permettant d'identifier les objectifs de travail ; Animer  
une séance dans la structure du stagiaire + Entretien avec le jury

## Grille tarifaire

FORMULE

TARIF

# PERFORMER avec des adultes

Les formations pour les entraîneurs

|  |         |
|--|---------|
| Bénévole                                 | 1 150 € |
| Salarié de la structure Handball (AFDAS) | 1 900 € |
| CPF                                      | 0 €     |

## Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Si vous êtes en situation de handicap, contactez Thomas Caradec à [5800000.tcaradec@ffhandball.net](mailto:5800000.tcaradec@ffhandball.net)

## Votre formateur

**KEITA Nicolas**

Expert formateur