

# Se perfectionner dans l'entraînement

## Description

SE PERFECTIONNER est un 1er module de formation, inclus dans le parcours FORMER ou PERFORMER. Il est indispensable pour maîtriser la conception et l'animation de séance au niveau national. Il permet également de monter en compétences dans l'écriture du projet d'entraînement

## Points-clés

ENTRAÎNEUR (niv rég/nat)

65 heures

520.00 €

Blended learning (mixte)

Nombre de participants maximum : 12 places

à partir de février 2026.

## Caractéristiques

### Objectifs pédagogiques:

Améliorer la construction et l'animation de la séance d'entraînement au niveau national ; Construire un projet d'entraînement adapté au contexte et au public.

### Catégorie:

ENTRAÎNEUR (niv rég/nat)

### Programme:

Conception de l'entraînement et du projet ; Évaluation des comportements observés et attendus ; Dialectique Att/Déf ; Animation de séance à des fins de modification des comportements ; Managerat et stratégie de match ; Régulation des comportements observés

### Description:

SE PERFECTIONNER est un 1er module de formation, inclus dans le parcours FORMER ou PERFORMER. Il est indispensable pour maîtriser la conception et l'animation de séance au niveau national. Il permet également de monter en compétences dans l'écriture du projet d'entraînement

### Nature de la formation:

oui

**Matériel requis:**

Ordinateur / Feuilles + stylo

**Nb Heures de formation (Présentiel):**

65 heure(s)

**Nb Heures e-learning:**

5 heure(s)

**Liste des tarifs:**

Nom	Prix (€)
Bénévole	520 €
Salarié de la structure Handball (AFDAS)	910 €

**Pré-requis:**

Être licencié.e FFHandball / Attestation honorabilité signée / Encadrer une équipe au moins 1 fois par semaine en responsabilité au niveau régional de jeunes ou d'adultes (= être l'entraîneur principal) /

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

**Format:**

Blended learning (mixte)

**Spécialité:**

Perfectionnement

**Objectifs de la formation:**

Améliorer la conception de l'entraînement chez les entraîneurs de niveau régional

à national.

**Compétences de la formation:**

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 ; Évaluer le comportement des joueurs et agir/réguler en fonction

**Modalités d'accompagnement:**

Accompagnement individuel

**Nombre d'évaluations attendues:**

oui

**Nombre de participants minimum:**

6

**Nombre de participants maximum:**

12 places

**Moyens pédagogiques:**

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

**Modalités d'évaluation:**

Animer une séquence d'entraînement en centre ; Rédiger un dossier contenant un diagnostic, un cycle, une séance

**Public concerné:**

Entraîneur de jeunes ou d'adultes, de niveau régional ou national

**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:**

Satisfaction 4.8/5 ; Abandon 0 %

**Titre obtenu lors de la formation:**

Aucun titre obtenu

**Première séance de la formation:**  
à partir de février 2026.