



Physis 2 (Handball)

Handball - Formation continue 2 Sport des jeunes

N°	Thèmes	Objectifs d'apprentissage	Niveau d'approfondissement
----	--------	---------------------------	----------------------------

Accent sur le concept pédagogique

	Processus d'enseignement	Identifier les champs d'exécution et proposer des corrections appropriées.	■ ■ ■
--	--------------------------	--	-------

Accent sur le concept de motricité sportive

	Physis	Optimiser ses connaissances théoriques et spécifiques au handball dans le domaine de la théorie de l'entraînement.	■ ■ ■
	Développement de la performance	Comprendre l'importance du développement à long terme de la force pour le handball, identifier les paramètres d'effort et être capable de les appliquer en les adaptant à son niveau.	■ ■ ■
	Physis	Identifier les contenus théoriques à l'aide d'exercices pratiques.	■ ■ ■
	Testing	Se familiariser avec différentes formes de test spécifiques au handball.	■ ■ ■

Accent sur le concept méthodologique

	Planification	Choisir des contenus adaptés à chaque degré et établir une planification à long terme.	■ ■ ■
	Planification	Différencier plusieurs méthodes d'entraînement de la condition physique en fonction de leur but et de leur contenu.	■ ■ ■

Autres thèmes

	Ouverture	Apprendre à se connaître, découvrir l'équipe des moniteurs, les objectifs du module et le programme du cours.	■ ■ ■
	Mise à jour Jeunesse+Sport	Être informé des nouveautés dans Jeunesse+Sport.	■ ■ ■
	Mise à jour Sport J+S	Être informé des nouveautés dans son sport/sa discipline.	■ ■ ■
	Réflexion / Echange d'expériences	Réfléchir à ses activités en tant que moniteur et tirer profit des expériences des autres participants.	■ ■ ■
	Evaluation, clôture	S'exprimer par oral et/ou écrit sur le déroulement du module.	■ ■ ■
Total des heures: au minimum 12			

OFSP
2532 Magglingen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport **OFSP**