



Perfectionnement des Coaches J+S

10 mai 2005

Coordination...

Hello Dave,

J'ai fixé avec Michel Jatton une date pour le cours ci-dessus : le soir du 10 mai 2005 à Lausanne, de 18h30 à 22h00.

Peux-tu me dire si un contenu spécial est prévu ?

Merci d'avance

Bertrand

salut bertrand,

super que vous organisez ce cours.

la federation n'a prévu rien de spécial pour ces formations continues des coaches... si je suis bien informé aussi rien pour un apéro...mais peut-être tu peux demander othmar...

cordialement – dave

Si j'ai bien compris, le choix des thèmes développés dans la partie FSH est libre ?

t'as bien compris...oui...

c'est dommage que la federation ne participe pas a la formation des coaches...

Un travail qui paie !

Juniorinnen U17 - FU17-Q2 - Gruppe 2

	Team	Spiele	Siege	Unent	Nied	T+	T-	TD (+/-)	Punkte
1	US Yverdon	8	7	0	1	220	80	140	14
2	HBC Chavannes	8	7	0	1	185	116	69	14
3	HBC Neuchâtel	8	4	0	4	105	134	-29	8
4	HS Biel	8	2	0	6	108	129	-21	4
5	HBC Rotweiss Belp	8	0	0	8	33	192	-159	0

Junioren U17 Inter - MU17I-F1/2 - Gruppe 1

	Team	Spiele	Siege	Unent	Nied	T+	T-	TD (+/-)	Punkte
1	TV Steffisburg	2	1	0	1	57	54	3	2
2	HC Crissier	2	1	0	1	54	57	-3	2

Junioren U15 Inter - MU15I-F3/4 - Gruppe 2

	Team	Spiele	Siege	Unent	Nied	T+	T-	TD (+/-)	Punkte
1	Wacker Thun	2	1	0	1	35	33	2	2
2	HC Crissier	2	1	0	1	33	35	-2	2

21 participants !



Qualifications

LISTE DE QUALIFICATIONS

Participants au cours														
N°	Nom	Prénom	ID J+S	Coach	Arbitrage	Prép. Leçon	Impression tactique	Impression technique	Leçon	Technique Jeu	Théorie	Méthod.	Cours réussi	Recommandation
1	Anex	Gaël	384769	3	2.5	3	2.5	3.5	2.5	3	3	3	oui	3
2	Ben Nasr	Yasseur	383007	4	3	2.5	3	3	3.5	3	3	3	oui	3
3	Brullé	Bernard	383008	2.5	4	3	2	2	3	2	4	3	oui	3
4	Cottier	Laurent	28912	4	2	4	2.5	2.5	3	3	3	4	oui	3
5	Coutant	Paulette	327561	2.5	1.5	2	1	1	2.5	2	2	2	oui	2
6	Dimoultsas	Dimitris	387362	2	1.5	2.5	2	2.5	2	2	2	2	oui	2
7	Duruz	Basile	386584							#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!
8	Frison	Sylvie	384771	3.5	3	4	2.5	1.5	3	3	4	4	oui	3
9	Gomez Alonso	Andrés	387382	3	3					3	3	#DIV/0!	oui	3
10	Hierholtz	Ladislav	223636	4	2	2.5	4	3	3.5	4	2	3	oui	3
11	Jean	Grégory	384772	3.5	2.5	3	3.5	3	2.5	3	3	3	oui	3
12	Kerrache	Samir	383010	4	3.5	2.5	3	3	3	3	3	3	oui	3
13	Lavanchy	Anne-Sarah	384773	4	3.5	4	3	2.5	3.5	3	4	4	oui	3
14	Makhlouf	Denis		2.5	4	3	2	2	3	2	4	3	oui	3
15	Lemieux	Simon	387926	4	2.5	2.5	2	2.5	1	3	3	2	oui	2
16	Mangin	Maxime	383012	3	3	3	3.5	3	2.5	3	3	3	oui	3
17	Mohsen	Karim	383013	4	3.5	2	3	3.5	3	4	3	3	oui	3
18	Muller	Jenny	386585	2.5	2.5	3	3	3.5	3	3	3	3	oui	3
19	Pelloux	Marc	386586							#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!	#DIV/0!
20	Périsset	Céline	384774	4	4	4	3	2.5	4	3	4	4	oui	4
21	Rossion	Mathieu	387361	2	2	3	2	2.5	3	2	3	3	oui	2
22	Sauty	Amandine	383014	4	3.5	2.5	4	4	4	4	3	3	oui	4
23	Serey	Juliette	383015	2.5	2.5	3	3	3	3.5	3	3	3	oui	3
24	Todic	Zoran	387364	3	3.5	2.5	4	4	3	4	3	3	oui	3

Plan de carrière?!

Structure et filière de la formation Handball

Formation de base

Cours de moniteurs J+S 6 jours (2 parties)	Cours de moniteurs J+S pour les joueurs de SHL et de ligue nationale 6 jours	Cours préparatoire 1 – Handball des enfants 2 jours Cours préparatoire 2 – Handball des enfants 2 jours	Module Introduction à J+S pour entraîneurs étrangers 1 jour
---	---	--	--

Formation continue 1 ↓

Modules obligatoires	Modules à option propres à la discipline	Modules à option sports collectifs	Modules à option interdisciplinaires
Consolidation 6 jours	Module Perfectionnement 1-2 jours	Modules divers selon aperçu	Modules divers selon aperçu
ou Technique – Apprentissage du mouvement 2 jours	Apprendre à jouer (M9 – M13) 1 jour		Modules divers
Tactique – Développement du jeu 2 jours	Entraînement du gardien 1 (débutants) 1 jour		Promotion des clubs (FSH) 1-2 jours
Condition physique 1 (sports collectifs) 2 jours	Entraînement du gardien 2 (avancés) 1 jour		Introduction à J+S pour les personnes ayant suivi les cours préparatoires 1 et 2 1 jour
et Coaching 1 (sports collectifs) 2 jours	Planification d'une saison 1 jour		
	Diriger – Jouer (méthodologie) 1 jour		

Formation continue 2 ↓

Examen d'admission 1 jour	Condition physique 2 2 jours	Coaching 2 2 jours	Au moins 1 jour de modules à option
------------------------------	---------------------------------	-----------------------	-------------------------------------

Spécialisation ↓

Formation des experts	Form. des entraîneurs
Cours d'experts 1re partie (bases) 3 jours	Conduite d'une équipe (2+4 jours)
Cours d'experts 2e partie (pratique) 4 jours	Perfect. des entraîneurs
Perfect. des experts	En préparation
Cours central 2-3 jours	

handballouest.net

login | 09 mai 2005 13:37

Formation des entraîneurs

Région Romande

Bertrand Carrard, En Brit 19, 1462 Yvonand

Accueil

Plan du site

Officiel

Régions

Clubs

Divers

Forum

Livre d'or



Votez pour nous!

Rechercher

Go

Naviguer

Jeunesse+Sport

J+S 2000

Coach

Filière de formation

Documents

Liens externes

J+S Vaud

BASPO

Jeunesse+Sport

Homepage J+S handball

Date des cours

Documents handball

News

Home



**Jeunesse + Sport offre à chaque personne souhaitant devenir moniteur
une formation de base dans les domaines**

- technique
- tactique
- gestion de groupe

Cours J+S 2006

Formation de base

Cours de moniteurs

SO 5415	18.06.2005 - 19.06.2005	d	18.04.2005	Zuchwil	30
	14.07.2005 - 17.07.2005			Zuchwil	
SG 526/05	17.09.2005 - 18.09.2005	d	17.07.2005	Widnau	25
	13.10.2005 - 16.10.2005			Widnau	
BS 310/05	03.10.2005 - 08.10.2005	d	03.08.2005	Basel	30
TG 301.1/05	17.10.2005 - 22.10.2005	d	17.08.2005	Weinfelden	30
AG 101.6	18.03.2006 - 19.03.2006	d	18.01.2006	Aarau	45
	20.04.2006 - 23.04.2006			Aarau	
VD 521.06	06.05.2006 - 07.05.2006	f	06.03.2006	Yverdon-les-Bains	25
	18.05.2006 - 21.05.2006			Leysin	

Cours de moniteurs pour joueurs de ligue nat.

JS-CH 11532	15.05.2006 - 20.05.2006	d	15.03.2006	Magglingen/Macolin	20
-----------------------------	-------------------------	---	------------	--------------------	----

Introduction à J+S (dipl.étranger)

JS-CH 25176	15.05.2006 - 15.05.2006	d	08.03.2006	Magglingen/Macolin	6
-----------------------------	-------------------------	---	------------	--------------------	---

Introduction à J+S (cours prép.)

JS-CH 25177	08.05.2006 - 08.05.2006	d	08.03.2006	Magglingen/Macolin	20
-----------------------------	-------------------------	---	------------	--------------------	----

Formation continue 1

Module de perfectionnement

LU 5208.1/05	04.06.2005 - 04.06.2005	d	04.04.2005	Horw	30
VD 152.05	11.06.2005 - 11.06.2005	f	11.04.2005	Cheseaux-Noréaz	24
SH 642/05	13.08.2005 - 13.08.2005	d	13.06.2005	Schaffhausen	30
VD 152.06	17.6.06-17.6.06	f	10.04.2006	Cheseaux-Noréaz	20

Matériel



Solutions 3:3

avec des arrières
avec des arrières et un ailier

Plus facile

Chercher l'intervalle 3:2



- Entraînement spécifique de la feinte
- Dribble autorisé

Exercice de base

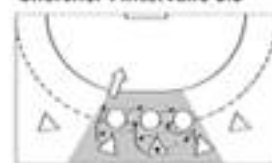
Chercher l'intervalle 3:3



L'arrière essaie de gagner son duel pour déborder son adversaire ou créer un surnombre. Passe d'un coéquipier.

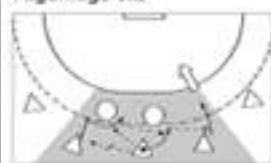
Plus difficile

Chercher l'intervalle 3:3



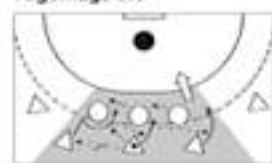
- Rétrécir la zone
- Sans passeur
- Formes de concours

Aiguillage 3:2



- Entraînement spécifique de l'aiguillage sans ballon
- Soutien de l'action par une feinte de passe
- Agrandir la zone

Aiguillage 3:3



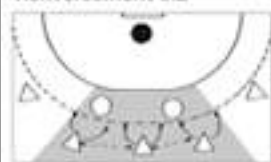
L'arrière essaie de prendre à contrepied son adversaire par un aiguillage sans ballon. Lorsqu'il reçoit le ballon, il essaie de déborder son adversaire ou de créer un surnombre.

Aiguillage 3:3



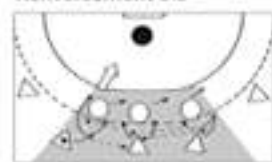
- Rétrécir la zone
- Varier l'aiguillage vers l'extérieur
- Formes de concours

Renversement 3:2



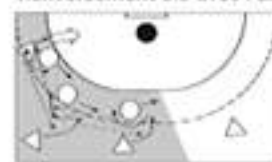
- Agrandir la zone
- Entraînement spécifique à chaque position
- Jouer en 3:2 avec un déplacement efficace

Renversement 3:3



Par un décalage, les attaquants essaient de tirer la défense d'un côté; le centre-arrière ou le latéral renverse le jeu, tire ou cherche une situation de surnombre.

Renversement 3:3 avec l'aile



Les trois attaquants cherchent un débordement vers l'intérieur; le centre-arrière renverse le jeu, effectue un débordement ou cherche à créer une situation de surnombre.

Jeu 4:3

avec des arrières et un centre-avant

Plus facile

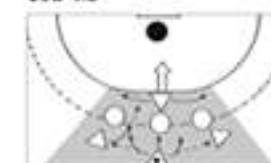
Jeu 4:2 / 4:3



- Agrandir la zone
- Dribble autorisé
- Passage à un jeu 4:2

Exercice de base

Jeu 4:3



Les défenseurs essaient de conquérir le ballon. Le centre-avant se déplace dans la largeur.

Plus difficile

Jeu 4:3



- Rétrécir la zone
- Dribble interdit
- Règle du toucher
- 10 passes = 1 but

Passe-relais 4:2 / 4:3



- Agrandir la zone
- Dribble autorisé
- Passage à un jeu 4:2

Passe-relais 4:3



Le centre-avant reçoit le ballon de centre-arrière et se déplace pour offrir un blocage au latéral gauche. Même exercice pour le latéral droit.

Passe une-deux 4:3



Le centre-avant reçoit le ballon de l'arrière pour qui il va faire un blocage et lui redonne le ballon une fois le blocage réussi.

Jeu 4:3 avec blocage



- Agrandir la zone
- Passage à un jeu 3:1
- Entraînement spécifique des différents éléments

Blocage-déblocage 4:3



Passes entre les arrières, blocage du centre-avant sur la droite ou la gauche. Différents déclenchements possibles.

Blocage-déblocage 4:3



- Rétrécir la zone
- Dribble interdit
- Passage à 2 centres-avant.
- Formes de concours

Fil rouge

1. Technique individuelle

1.1. Exigences

Tirer

M9: Tir de base avec 3 pas
Tir en suspension haut et loin

M11: Tir de base avec 2 pas

Feintes

M11: Feinter/Percer sans ballon
Feinter/Percer avec ballon

Passer

M9: Passe et réception

M11: Passe en foulée (passe de base)

Défendre

M11: Technique de déplacement
Défense 1 :1

1. Technique individuelle

1.1. Tirer

Appris en M9/M11:

Tir de base avec 3 pas

Tir de base avec 2 pas

Tir en suspension haut et loin

Nouveau dans moins 13:

Tir de base avec 1 pas

Tir à la zone avec appel sur une jambe

1.2. Feintes

Nouveau dans M13:

Feinte 1:1 (dribbler)

Feintes sans contact ga/dr; dr/ga avec le ballon

Changements de direction, en rotation

1.3. Passer

Appris en M9/M11:

Passe en foulée

Nouveau dans M13:

Passe en suspension

Passe de contre-attaque

Passe latérale en foulée

1.4. Défendre

Appris en M9/M11:

Défense 1:1

Nouveau dans M13:

Glisser latéralement

Monter - redescendre

Accompagner l'attaquant

Freiner le rythme

Variation la distance

Ecarter l'attaquant

Ressortir le ballon

Eviter le blocage

Gardien: Technique de la défense, jeu de la position

Matériel

www.betzold.ch

Soft - Handbälle



Diese Bälle verbinden viele wichtige Aspekte des Schnellen und attraktiven Handballspiels mit den Erfordernissen moderner Lernwege: gute Sprungeigenschaften, beste Griffigkeit, geringes Verletzungsrisiko, angstmindernde Ballhärte,....

Artikelbezeichnung	CHF
Volley Mini-Handball, 16 cm Ø, weiss	25,60
Mini-Handball. 16 cm Ø, rot	12,20

Matériel

www.betzold.ch

Markierungsteller	
	Set mit 40 praktischen Markierungstellern aus Die flache Form und die hohe Flexibilität schli Grösse: 19 cm Ø, 5 cm hoch.
	CHF 43,50

Produkt Nummer	Produkt	Menge	Preis pro Stück	Summe
3621	Bodenmarkierung Linie, rot , kostentraeger=sy	1	CHF 2,90	CHF 2,90
Gesamtsumme				CHF 2,90



Matériel

www.alder-eisenhut.ch

Cache pour but de minihandball

En tissu bâche robuste. S'accroche dans le but de handball et en fait un mini-but de 300 x 160 cm. Se fixe simplement au moyen de bandes velcro.

No.Art. 108.0.013

Fr. 180.00/Pièce (TVA incl.)

[> commander](#)[> demander une offre](#)

SWISS  MADE
by 



[> Vue de détail](#)

Promotion des clubs

- Cours personnalisés
technique, tactique, animation,
fonctionnaires, marketing,...
- Coopération FSH/J+S

Promotion des clubs

- Choisir un thème
- Contact avec FSH (Tobias Stalder)
- Fixer une date
 - Choix de l'intervenant (FSH)
- Publicité, invitations
- Programme (2 mois avant)

Coopération FSH/J+S

Structure et filière de la formation Handball

Formation de base

Cours de moniteurs J+S 6 jours (2 parties)	Cours de moniteurs J+S pour les joueurs de SHL et de ligue nationale 6 jours	Cours préparatoire 1 – Handball des enfants 2 jours	Module Introduction à J+S pour entraîneurs étrangers 1 jour
		Cours préparatoire 2 – Handball des enfants 2 jours	

Formation continue 1 ↓

Modules obligatoires	Modules à option propres à la discipline	Modules à option sports collectifs	Modules à option interdisciplinaires
Consolidation 6 jours	Module Perfectionnement 1-2 jours	Modules divers selon aperçu	Modules divers selon aperçu
ou			
Technique – Apprentissage du mouvement 2 jours	Apprendre à jouer (M9 – M13) 1 jour		Modules divers
Tactique – Développement du jeu 2 jours	Entraînement du gardien 1 (débutants) 1 jour		Promotion des clubs (FSH) 1-2 jours
Condition physique 1 (sports collectifs) 2 jours	Entraînement du gardien 2 (avancés) 1 jour		Introduction à J+S pour les personnes ayant suivi les cours préparatoires 1 et 2 1 jour
et			
Coaching 1 (sports collectifs) 2 jours	Planification d'une saison 1 jour		
	Diriger – Jouer (méthodologie) 1 jour		

Formation continue 2 ↓

Examen d'admission 1 jour	Condition physique 2 2 jours	Coaching 2 2 jours	Au moins 1 jour de modules à option
------------------------------	---------------------------------	-----------------------	-------------------------------------

Spécialisation ↓

Formation des experts	Form. des entraîneurs
Cours d'experts 1re partie (bases) 3 jours	Conduite d'une équipe (2+4 jours)
Cours d'experts 2e partie (pratique) 4 jours	
Perfect. des experts	Perfect. des entraîneurs
Cours central 2-3 jours	En préparation

Pour terminer

- Vos questions...