

Informations Module Examen d'admission

L'examen d'admission est divisé en deux parties:

1. Un **examen écrit** sur la théorie comportant des questions sur les thèmes décrits dans le document distribué.
2. Un **examen oral** portant sur l'analyse du jeu, la tactique et le coaching sur la base d'analyses vidéo et de questions tactiques à commenter sur un tableau tactique. Cette épreuve est organisée en petits groupes.

Les notes attribuées s'échelonnent de 1 (la plus mauvaise) à 4 (la meilleure). Pour réussir l'examen, le candidat doit avoir un niveau suffisant à chacune des deux épreuves (note 2).

Les objectifs doivent être compris comme directives et ne sont pas exhaustifs			
Thèmes	Contenus	Outils / Documentation	Objectifs: L'entraîneur ...
Jouer au handball	Jeu défensif	<ul style="list-style-type: none"> • J+S Jouer p. 9 – 10 • Apprendre p. 38 – 45 	...connaît les bases dans le système de défense offensif. ...connaît les principes de base des systèmes défensifs habituels 3:2:1, 5:1 et 6:0.
	Attaque	<ul style="list-style-type: none"> • FRF p. 13 • J+S Jouer p. 14 – 16 • Apprendre p. 28 – 37 	...connaît les principes de base sur le plan individuel. ...connaît les principes de base des formes de déclenchement: croiser, blocage/déblocage, démarquage.
Concept d'entraînement	Concept de motricité sportive	<ul style="list-style-type: none"> • MC p. 16 – 19 • MC p. 25 – 29 	...connaît les composantes du concept de motricité sportive que l'on peut entraîner, et leurs formes spécifiques au handball.
	Profil d'exigence Handball	<ul style="list-style-type: none"> • FRF p. 4 – 5 • FRF p. 9 – 12 • FRF p. 14 – 15 	...connaît le profil d'exigence du handball et est capable d'expliquer l'effet conjugué des éléments du rouage.
	Paramètres de conduite de l'entraînement	<ul style="list-style-type: none"> • Physis Théorie p. 32 	...connaît les paramètres de conduite de l'entraînement et est capable de donner des exemples concrets pour l'entraînement du handball.
	Surcompensation	<ul style="list-style-type: none"> • Physis Théorie p. 34 – 35 	...est capable d'expliquer la méthode de surcompensation avec ses propres mots. ...sait pourquoi la surcompensation est un paramètre important de planification de l'entraînement. ...connaît les limites de cette méthode et est capable de l'expliquer avec ses propres mots.
	Principes d'entraînements généraux	<ul style="list-style-type: none"> • MC p. 26 – 27 • Physis Théorie p. 28 – 33 	...connaît les neuf principes d'entraînement et est capable de les appliquer judicieusement dans la planification de l'entraînement.

Psyché	Concept de motricité sportive	<ul style="list-style-type: none"> • MC p. 16 – 24 	...connaît le concept de motricité sportive et est capable de l'appliquer au handball.
	Techniques de base	<ul style="list-style-type: none"> • Psyché p. 14 – 20 	...connaît les trois techniques fondamentales et est capable d'expliquer pourquoi l'une est utilisée le plus souvent dans le handball.
	4 domaines d'intervention	<ul style="list-style-type: none"> • Psyché p. 21 – 27 	...connaît les facteurs influençant la force psychique d'un athlète.
Endurance	Sens et objectifs de l'entraînement de l'endurance dans le handball	<ul style="list-style-type: none"> • Physis Théorie p. 18 – 22 • Physis Pratique p. 49 – 62 	...connaît les différentes méthodes d'entraînement de l'endurance et est capable de les appliquer au handball. ... connaît la capacité de performance aérobie et anaérobie.
Force	Sens et objectifs de l'entraînement de la force	<ul style="list-style-type: none"> • Physis Théorie p.14 – 18 • Physis Pratique p. 19 – 46 • FRF p. 28 – 40 	...connaît les différentes méthodes d'entraînement de la force, comment les appliquer et varier. ...connaît les différents types de force (force maximale, force-vitesse etc.)
Coordination	Qualités de coordination	<ul style="list-style-type: none"> • J+S Enseigner p. 19 • Physis Théorie p. 25 – 26 • Physis Pratique p. 81 – 94 • FRF p. 23 – 27 • MC p. 19 	...connaît les qualités de coordination et est capable d'appliquer le concept au handball.
Méthodologie / moyens didactiques / pédagogie	Concept méthodologique / concept pédagogique	<ul style="list-style-type: none"> • MC p. 30 – 38 • J+S Enseigner p. 7 – 13 	...connaît les bases de la planification. ...connaît le concept méthodologique / pédagogique, est capable de l'appliquer et de l'individualiser. ...connaît les principes d'entraînement de base et les formes d'organisation.

Abréviations:

J+S Jouer	Brochure J+S „Handball. Jouer“ (Edition 2010)
J+S Enseigner	Brochure J+S „Handball.Comprendre, planifier et enseigner“ (Edition 2010)
Apprendre	Brochure FSH „Apprendre à jouer avec des jeux de zone“, (Avril 2014, 5 ^e édition)
Physis Théorie:	Brochure J+S Physis – Bases théoriques (Edition 2011. 4 ^e édition sans modification)
Physis Pratique:	Brochure J+S Physis – Exemples pratiques (Edition 2013, 3 ^e édition sans modification)
Psyché:	Brochure J+S Psyché – Bases théoriques et exemples pratiques (Edition 2010)
MC:	Manuel clé Jeunesse+Sport (Edition 2009)
FRF:	Brochure FSH « Fil rouge de formation pour les équipes juniors élite filles et garçons » (Mai 2015. 7 ^e édition sans modification)