

# Médiathèque: Handball

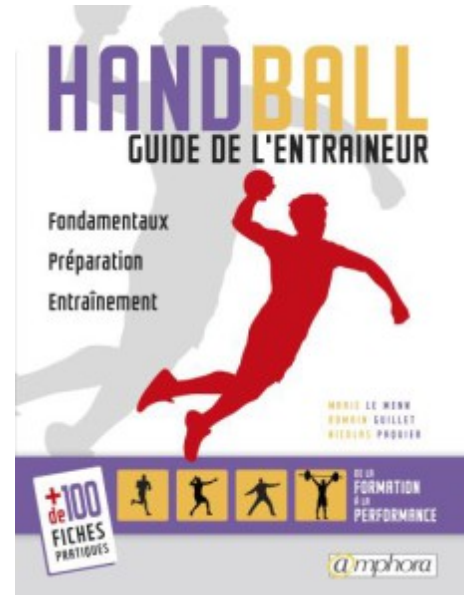
**Ce support concret et exhaustif pour la formation du joueur accompagnera l'éducateur quelque soit la catégorie d'âge du groupe dont il a la responsabilité, des moins de 11 ans aux seniors.**

Dans un premier temps, les auteurs détaillent les fondamentaux et les différents paramètres de l'entraînement: élaborer un projet de jeu, planifier et organiser ses séances, mettre en place une préparation physique et mentale...

Ils proposent ensuite, pour les différentes catégories, des situations présentées sous forme de fiches autour de quatre thématiques : l'attaque, la défense, la gardien de but et la préparation physique.

Chaque fiche, illustrée d'un schéma, apporte les informations nécessaires à la bonne mise en place de chaque situation: objectif, niveaux de difficulté et d'intensité, organisation et consignes, critères de réussite, variantes, etc.

Des tests permettront également d'évaluer les aptitudes physiques du joueur.



## Prêt d'ouvrage

[Le Menn, M., Paquier, N., Guillet, R. \(2015\). Handball – Guide de l'entraîneur: fondamentaux, préparation, entraînement. Paris: Amphora.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO