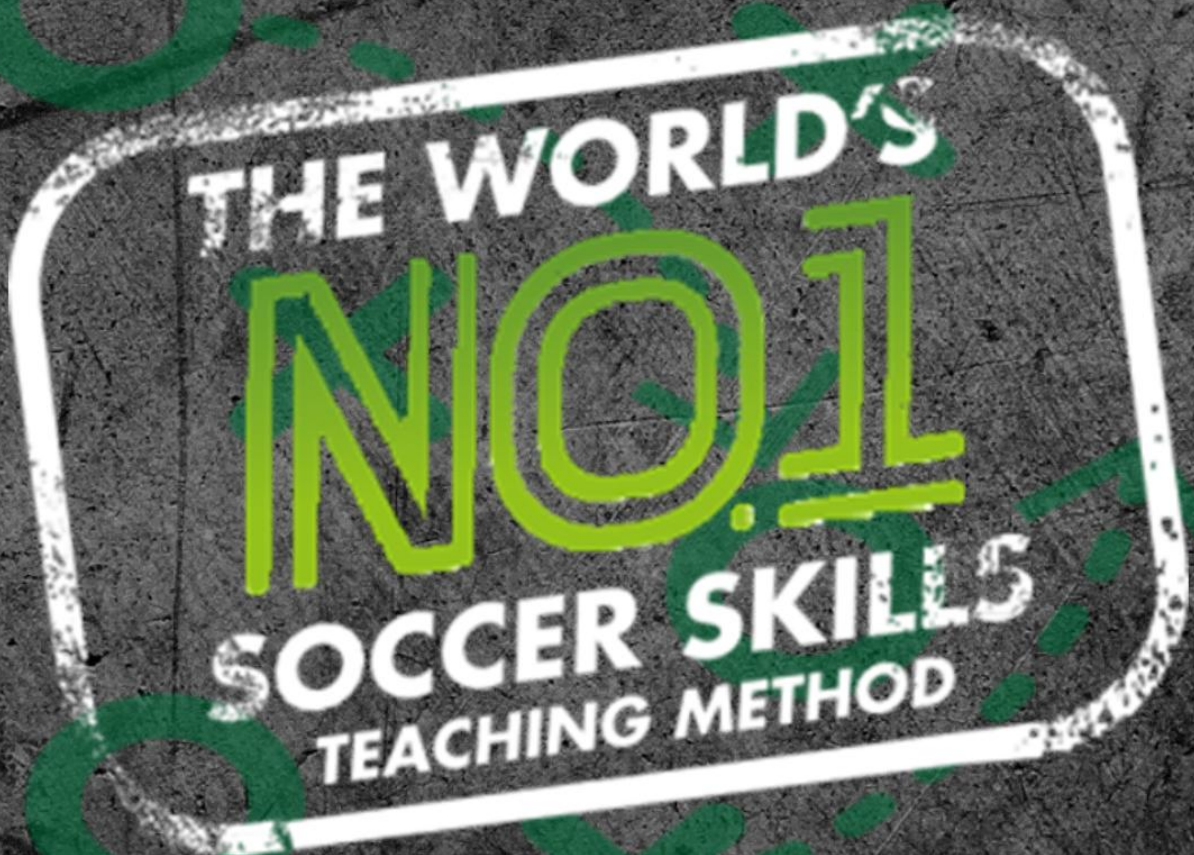


coach education



SEMI PRÉSENTIEL

PERFORMANCE
academy

Module 1 – Introduction et les nouvelles technologies appliquées au football.

- Découverte et utilisation des outils numériques et technologiques au service de l'entraînement, de l'analyse de performance et du développement des joueurs.

Module 2 – Histoire et évolution du football.

- Compréhension des grandes étapes de l'évolution du jeu, des tactiques et des philosophies de jeu à travers les époques.

Module 3 – Physiologie du sportif.

- Étude du fonctionnement du corps humain, des filières énergétiques et des bases scientifiques nécessaires pour optimiser la performance et la récupération.

Module 4 – Nutrition et performance.

- Principes fondamentaux de la nutrition sportive, adaptation de l'alimentation selon les périodes d'entraînement et de compétition.

Module 5 – Philosophie du jeu et de l'entraîneur.

- Réflexion sur les valeurs, la vision et l'identité de jeu. Construction d'une philosophie personnelle et cohérente de l'entraînement.

Module 6 – Leadership et management.

- Développement des compétences en communication, gestion d'équipe, influence positive et rôle de l'entraîneur en tant que leader.

Module 7 – Périodisation de l'entraînement.

- Planification stratégique des charges de travail sur la saison afin d'optimiser la progression, la performance et la prévention des blessures.

Module 8 – Création et cohésion d'équipe.

- Méthodes pour bâtir un collectif performant, renforcer la cohésion, gérer les dynamiques de groupe et instaurer un esprit d'équipe durable.



Module 9 – Les règles du jeu.

- Étude et compréhension du règlement officiel afin de maîtriser l'arbitrage, l'application des lois du jeu et leur impact sur les stratégies de match.

Module 10 – Séances.

- Organisation et conduite de séances d'entraînement efficaces, adaptées aux objectifs et aux niveaux des joueurs.

Module 11 – L'approche Coerver® de l'entraînement.

- Présentation de la méthodologie Coerver®, ses principes fondamentaux et ses avantages dans le développement du joueur moderne.

Module 12 – Le programme Coerver®.

- Structure et contenu du programme Coerver®, décliné selon les âges et les niveaux, pour développer la technique, l'intelligence de jeu et la créativité.

Module 13 – Planification de session Coerver®.

- Organisation et construction de séances Coerver® adaptées aux objectifs, à l'âge et au niveau des joueurs.

Module 14 – Conseils Coerver® pour devenir un meilleur entraîneur.

- Stratégies et bonnes pratiques issues de l'expérience Coerver® pour progresser en tant qu'éducateur, leader et formateur de joueurs.

Module 15 - Théorie et Pratique sur le terrain.

Mise en situation :

- Animation d'une séance Coerver® complète.
- Adaptation d'un exercice pour différents âges/niveaux.
- Observation et feedback.

Examen final théorique.

Examen final pratique sur le terrain.



Droits de propriété intellectuelle

L'ensemble des contenus présents dans ce document, incluant de manière non limitative les textes, logos, images, graphismes, vidéos, schémas, supports pédagogiques, ainsi que la mise en page, sont protégés par le droit d'auteur et la législation relative à la propriété intellectuelle en vigueur.

Toute reproduction, représentation, modification, adaptation, diffusion, publication, transmission, ou exploitation, totale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, sur quelque support que ce soit, est strictement interdite sans l'autorisation écrite préalable de **Performance Academy**,

- **Siret 84843995600014**
- **Numéro de déclaration d'activité (NDA) 76660288266**

Toute utilisation non autorisée des contenus engage la responsabilité civile et/ou pénale de son auteur, et pourra donner lieu à des poursuites judiciaires conformément aux articles L.122-4 et suivants du Code de la Propriété Intellectuelle.

© 2025 Performance Academy – Tous droits réservés.

