

CALENDRIER DE FORMATION

	JOUR	DATE
Week-End 1	Samedi Dimanche	10/11 Décembre 2016
Week-End 2	Samedi Dimanche	7/8 Janvier 2017
Week-End 3	Samedi Dimanche	28/29 Janvier 2017
Week-End 4	Samedi Dimanche	4/5 Mars 2017
Week-End 5	Samedi Dimanche	18/19 Mars 2017
Week-End 6	Samedi Dimanche	22/23 Avril 2017

Durée totale de la formation : 90 heures
Public ciblé : 18 ans, à partir du 12^{ème} Cap
Coût : 200 €

Lieu : CDFAS, 64 rue des Bouquinvilles
95600, EAUBONNE (01.34.27.28.50)

Hébergement possible sur place (pension complète : 45,55 €) / Repas : 12,50€

Objectifs :

- Le DIF donne un nouvel élan à notre fédération.

- Il permet de mieux préparer les enseignants dans leurs rôles d'encadrement et leurs missions d'animation de leur structure ainsi que leur développement.

CONTACTS ET RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

La Commission de Formation :

« Je me ferai un plaisir de vous donner de plus amples informations concernant cette formation ainsi que les questions liées à votre enseignement »

Kamel Saïdani (responsable de la commission de formation)

Kamel-saidani@hotmail.fr

Portable : 06.09.32.69.41

Inscription avant le 11 Novembre 2016 avec un nombre minimum de 6 stagiaires.



Site de la Fédération : FVCTVNF.fr
Voir Commission de Formation

Fédération de Vo Co Truyen Vietnam de France

DIPLOME D'INSTRUCTEUR FEDERAL

- Une formation à la hauteur de nos ambitions et de notre développement.
- Une formation qui me procure des connaissances et des savoirs pour un enseignement de qualité, sérieux et crédible.
- J'ai la volonté et l'envie de développer ma discipline et faire progresser mes vo sinh (pratiquants) en leur garantissant une sécurité optimale et de préserver leur intégrité physique et moral.

PROGRAMME

UF 1 Anatomie et physiologie : 25H

Connaissances fondamentales en Anatomie :

- L'appareil locomoteur
- Généralités sur les os et les articulations
- Les grands groupes musculaires et leur fonctionnement
- Notion de traumatologie sportive

Connaissances fondamentales en Physiologie

- Grandes fonctions physiologiques au repos et à l'effort
 - La physiologie musculaire
 - L'énergétique musculaire
- Méthodologie de l'entraînement :
- Evaluation du pratiquant
 - Les contraintes de l'activité
 - Planification de l'entraînement
 - La séance d'entraînement
 - Les qualités physiques (vitesse, l'endurance, la résistance, la force, la souplesse et la coordination)

UF 2 Techniques de communication et d'expression : 14H

Expression écrite :

- Recherche d'idées
 - Argumentaire
 - Rédaction
- (Introduction, développement et conclusion)

Expression orale :

- Organisation d'une réunion
- Préparation d'une séance
- Prendre la parole en public
- Animation d'une séance

Psychologie et sciences humaines

- Attitude et rôle de l'enseignant
- Structuration et fonctionnement d'un groupe
- Relation instructeur / pratiquants
- La conduite motrice
- Les apprentissages moteurs

UF 3 Environnement institutionnel de la pratique : 16H

Réglementation fédérale administrative :

- Statuts et règlements de la FVCTVNF
- Liges et comités départementaux (projets de développement fédéral)
- Les différentes commissions
- Règlement de l'enseignement
- L'affiliation
- Les licences

Réglementation sportive :

- 1/ Compétitions (technique et combat)
- 2/ Arbitrage
- 3/ Passage de grades

Cadre juridique de l'enseignement :

- Diplôme d'enseignement
- Statuts de l'enseignant
- Rôle de l'enseignant, de l'association
- La responsabilité de l'enseignant
- Le dopage (prévention et répression)

Obligations sociales et fiscales :

- Obligations sociales
- Déclarations fiscales
- Statuts professionnels

Les partenaires du mouvement associatif :

- Club
- Communes (conseil municipal, OMS)
- Département (Conseil Général)
- Région (Conseil Régional)
- Etat (Ministère Jeunesse et Sports, établissements et services déconcentrés)
- Mouvement olympique C.N.O.S.F- C.R.O.S- CDOS.

UF 4 Technique et pédagogie : 30H

La technique :

- Les positions de base
- Les déplacements
- les techniques de pieds
- les techniques de bras (coups de poing, frappes mains ouvertes, coups de coude et blocages aux différents niveaux)
- Les techniques de jambes
- Les projections
- Les balayages
- Les chutes et roulades
- Les études de combat
- Les quyens (enchaînement de séquences techniques dans un ordre déterminé)
- Les quyens avec applications
- Les techniques de self-défense (Vo Tu Ve)
- Les armes.

La pédagogie :

- Les différents publics (enfants, adolescents et adultes)
- Les différents niveaux (débutants, avancés et confirmés)
- Les théories de l'apprentissage
- L'acte moteur
- La présentation et conduite d'une séance
- Les formes jouées
- Les corrections (Mobilité et coordination)