

### Conditions générales d'inscription

#### → Période de stage :

##### Stage à Gérardmer du jeudi 26 au dimanche 29 octobre 2017 :

- **Début du stage** : jeudi 26 octobre à 10h00 - Accueil des stagiaires : de 09h30 à 10h00
- **Fin du stage** : dimanche 29 octobre à 11h30

##### Une seule option au choix :

- **Judo** : 20 places
- **Kata** : 20 places
- **Jujitsu / Self-défense** : 20 places
- **Préparation au 6ème dan** : 20 places

##### Coût du stage :

- **Frais pédagogiques** : 285 euros
- **Les frais de déplacement** : à la charge du stagiaire
- **Les frais d'hébergement et de restauration (matin, midi, soir)** : à la charge de la FFJDA

#### → Qui peut s'inscrire ?

- Stage accessible à tous les enseignants titulaires du CFEB, CQP, BPJEPS, DEJEPS (BEES) ou DESJEPS en exercice dans une association affiliée à la FFJDA.
- Possibilité offerte aux enseignants de bénéficier de la relation grades/stages (*Textes officiels* > p.62 > <http://www.ffjudo.com/textes-officiels-et-reglementation> )
- Titulaire d'un passeport sportif en règle (licence de la saison en cours et certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du judo jujitsu datant de moins d'un an),
- Participation régulière aux stages de formation continue des enseignants et engagement dans la vie fédérale
- **La FFJDA convoque l'intéressé et en informe la ligue. Le stagiaire s'engage à participer à la totalité du stage.**

#### → Comment s'inscrire ?

La fiche d'inscription et l'ensemble des renseignements sont sur le site de la FFJDA :  
<http://www.ffjudo.com/stages-formation>

- ➔ en retournant la fiche d'inscription **au plus tard le 29 septembre 2017 par courrier postal** à l'adresse suivante :  
**FFJDA / secteur formation** : 21-25 Avenue de la Porte de Châtillon - 75014 PARIS.
- ➔ accompagnée du règlement selon les modalités suivantes : **Chèque(s) à l'ordre de la FFJDA**

##### Pour les stagiaires :

- ☐ **Un chèque de 285€ correspondant aux frais pédagogiques au plus tard le 29 septembre 2017: IMPORTANT** : Si vous avez fait une demande de prise en charge auprès de votre OPCA, il est nécessaire d'envoyer le chèque des frais pédagogiques. Il ne sera pas encaissé et vous sera restitué au moment où nous recevons l'accord de prise en charge. (en précisant qu'une demande de prise en charge est en cours)
- ☐ **Chèque de caution de 100€ (restitué en fin de stage) sauf pour les stagiaires externe**
- Frais d'hébergement et de restauration pris en charge par la FFJDA sous réserve de la participation à la totalité du stage et de l'hébergement au centre de formation de Gérardmer
- Les frais de déplacement sont à la charge des stagiaires

#### → Comment financer votre formation ?

La **FÉDÉRATION FRANÇAISE DE JUDO ET DISCIPLINES ASSOCIÉES (F.F.J.D.A.)** étant déclarée organisme de formation sous le N°OF 11 75 42098 75 - Siret N°784 573 792 000 24, vous pouvez solliciter une aide auprès de votre OPCA pour la prise en charge des frais de stage liés à cette formation. (*voir fiche « [comment financer votre formation](#) »*)

**IMPORTANT** : afin de faciliter les demandes de prise en charge par un OPCA, il est nécessaire que le chèque des frais pédagogiques soit établi par l'employeur.

**La validation de l'inscription est soumise à la réception du/des chèque(s) joint(s) à la fiche**

### Formulaire d'inscription

Ouvert à tous les enseignants titulaires du CFEB, CQP, BPJEPS, BEES, DEJEPS ou DESJEPS en exercice dans une association affiliée à la FFJDA

→ **Dépôt de la candidature** = fiche + chèque(s) au plus tard **le 29 septembre 2017** à la FFJDA

Secteur Formation - 21-25 Avenue de la Porte de Châtillon - 75014 PARIS - ☎ 01.40.52.16.48 / E-mail : [formation@ffjudo.com](mailto:formation@ffjudo.com)

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_  
Date de naissance : \_\_\_\_\_  
Adresse : \_\_\_\_\_  
Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_  
Téléphone : \_\_\_\_\_ Email : \_\_\_\_\_  
Ligue : \_\_\_\_\_ Nom du club : \_\_\_\_\_  
N° de licence en cours : \_\_\_\_\_  
Diplôme(s) : ☐ CFEB ☐ CQP ☐ BEES  
☐ BPJEPS ☐ DEJEPS ☐ DESJEPS  
☐ Autres : \_\_\_\_\_  
Grade : \_\_\_\_\_  
Date d'obtention grade : \_\_\_\_\_

→ **Je m'inscris à la totalité du stage organisé à GERARDMER du 26 au 29 octobre 2017**

Option : ☐ Judo ☐ Jujitsu / Self-Défense ☐ Kata ☐ Préparation 6<sup>ème</sup> dan

☐ **En tant que stagiaire interne**, hébergé au centre de formation de Gérardmer - Résidence « Le Herbau »

Je joins avec cette fiche d'inscription les règlements suivants :

- ✓ un chèque de **285 €** à l'ordre de la FFJDA correspondant au règlement des frais pédagogiques
- ✓ un chèque de caution de **100 €** (restitué en fin de stage)

☐ **Arrivée anticipée** le mercredi 25 octobre 2017 à partir de 17h

- ✓ Je joins un chèque de **55 €** à l'ordre de la FFJDA

Prestation comprenant : dîner, nuit du 25/10 et petit-déjeuner du 26/10

☐ **En tant que stagiaire externe**

Je joins avec cette fiche d'inscription les règlements suivants :

- ✓ un chèque de **285€** à l'ordre de la FFJDA correspondant au règlement des frais pédagogiques
- ✓ Je souhaite prendre les déjeuners au centre de Gérardmer le : ☐ Jeudi ☐ Vendredi ☐ Samedi

→ **Informations complémentaires :**

- L'hébergement et la restauration (du Jeudi 26/10 midi au Dimanche 29/10 matin) au centre de formation de Gérardmer, sont pris en charge par la FFJDA sous réserve de la participation à la totalité du stage
- Le coût de la formation comprenant les frais pédagogiques d'un montant de **285€**, les frais de déplacement ainsi que les frais liés à une arrivée anticipée (hébergement, restauration) sont à la charge des stagiaires

→ **Financement de formation :**

Prise en charge des frais pédagogiques possible par votre OPCA sous conditions (voir fiche « [comment financer votre formation](#) »)

☐ **Il s'agit d'un financement par votre employeur :** (demande de prise en charge par un OPCA)

☐ Si remboursement à la FFJDA

- ♦ Le chèque correspondant aux frais pédagogiques doit être établi par votre employeur, il ne sera pas encaissé et vous sera restitué au moment où nous recevrons l'accord de prise en charge.

☐ Si remboursement directement à l'employeur

- ♦ Le chèque correspondant aux frais pédagogiques sera encaissé une fois la date limite d'inscription passée
- ♦ La facture vous sera remise en fin de stage pour que l'employeur soit remboursé par l'OPCA

Club Employeur :

Adresse complète :

Siret ou Numéro ICOM:

Nom de l'OPCA :

☐ **Il s'agit d'un financement personnel :** (pas de demande de prise en charge par un OPCA)

- ♦ Le chèque correspondant aux frais pédagogiques sera encaissé une fois la date limite d'inscription passée
- ♦ La facture vous sera remise en fin de stage

**La validation de l'inscription est soumise à la réception du/des chèque(s) joint(s) à la fiche**

## FORMATION DES ENSEIGNANTS

### GÉRARDMER - OPTION JUDO

#### Date

du jeudi 26 octobre  
au dimanche 29 oct. 2017

#### Durée

4 jours

#### Volume horaire

19 heures

#### Lieu

Gérardmer (88 - Grand Est)

#### Nombre de participants

20 stagiaires

#### Coût de la formation

285€ de frais pédagogiques

#### Conditions d'inscriptions

Fiche de candidature  
disponible sur le site de la  
FFJDA :

<http://www.ffjudo.com/stages-formation>

#### Contact

[formation@ffjudo.com](mailto:formation@ffjudo.com)

#### ❖ Public visé :

- Stage accessible à tous les enseignants titulaires du CFEB, CQP, BPJEPS, DEJEPS (BEES) ou DESJEPS en exercice dans une association affiliée à la FFJDA.
- Tous niveaux à partir de la ceinture noire

#### ❖ Formateurs :

- Membres de l'Encadrement Technique National

#### ❖ Objectifs :

- Enrichir et approfondir les contenus et les procédures d'apprentissage activées par les enseignants pendant leur exercice professionnel, dans les différentes facettes de l'activité et plus spécifiquement en Judo
- Développer les compétences des enseignants sur le plan technique et pédagogique en judo en lien avec la progression française et avec le programme de la ceinture noire pour la transmission auprès de leurs élèves.
- Maîtriser les critères d'évaluation des épreuves du judo pour la ceinture noire

#### ❖ Moyens et méthodes pédagogiques :

- Travail pratique sur le tapis en cours collectif
- Travail sur vidéo, travail en groupes avec supports pédagogiques

#### ❖ Contenu (compétences visées) :

- Connaître les programmes d'enseignement et les attendus de la ceinture noire
- Connaître les critères d'évaluation
- Se perfectionner dans la pratique
- Comprendre les principes du judo pour mieux l'enseigner
- Savoir utiliser les outils pédagogiques appropriés

#### ❖ Évaluation des compétences

- Mise en situation pratique
- Évaluation sur la base d'un bilan technique et pédagogique établi par les formateurs de l'OF au regard des objectifs poursuivis
- Attestation et diplôme de fin de formation

## FORMATION DES ENSEIGNANTS

### Programme prévisionnel GÉRARDMER - OPTION JUDO

| Jeudi 26 octobre 2017 |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 10h00 - 10h15         |                                                                      | Ouverture et présentation du stage                                                                                                                                                                                                                                  |  |
| 10h15 - 11h30         | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective sur les approches techniques et pédagogiques pour les enfants et les adolescents en lien avec la progression Française, connaissance des grands principes                                                                                         |  |
| 15h30 - 17h00         | Judo                                                                 | <b>Séance collective de pratique</b> : Méthodologie de présentation d'une technique en Tachi-waza (travail debout). Connaissance des bases techniques minimum et des points essentiels.                                                                             |  |
| 17h00 - 18h00         | Judo                                                                 | <b>Séance collective de pratique</b> : Méthodologie de présentation d'une technique en Ne-waza (travail au sol). Savoir transmettre les bases aux pratiquants.                                                                                                      |  |
| 18h00 - 18h30         | Mondo                                                                | Sous forme collective par groupe, Informations fédérales autour de la pratique judo jujitsu                                                                                                                                                                         |  |
| Vendredi 27 octobre   |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                                                                                                       |  |
| 9h00 - 11h30          | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective autour du programme de la ceinture noire : connaissance des techniques et des modalités de l'examen                                                                                                                                               |  |
| 15h30 - 17h45         | Judo                                                                 | <b>Séance collective de pratique</b> : Travail technique au sol, bases sur les immobilisations et les sorties, les enchaînements vers les immobilisations. Mise en évidence de la relation didactique en Judo (Travail interactif Tori/Uke. Entre les partenaires). |  |
| 17h45 - 18h30         | Exercices conventionnels                                             | Séance collective sur le tapis sur l'intérêt des exercices conventionnels dans les programmes d'enseignement, mises en situation pratique                                                                                                                           |  |
| Samedi 28 octobre     |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                                                                                                       |  |
| 9h00 - 11h30          | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective sur les approches techniques et pédagogiques pour les adultes, en lien avec la progression Française, à travers tous les aspects du judo jujitsu self défense                                                                                     |  |
| 16h00 - 18h00         | Judo                                                                 | <b>Séance collective de pratique de Judo debout et sol</b> : Recherche de perfectionnement technique du pratiquant avec les méthodes d'entraînement Uchi-komi (répétitions de techniques). Mise en évidence du rôle du partenaire (Uke).                            |  |
| 18h00 - 18h30         | Retour au calme                                                      | Séance collective avec mise en situation de méthode de relaxation ou de récupération                                                                                                                                                                                |  |
| Dimanche 29 octobre   |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                                                                                                       |  |
| 9h00 - 10h45          | Judo                                                                 | <b>Séance collective de pratique</b> : Travail technique au sol, bases sur les immobilisations et les enchaînements vers les techniques de clés et d'étranglements et les défenses. Exemples à diffuser auprès des gens en formation                                |  |
| 10h45 - 11h00         | Bilan par option                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
| 11h00 - 11h30         | Bilan général et clôture du stage - Remise des attestations de stage |                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |

## FORMATION DES ENSEIGNANTS

### GÉRARDMER - OPTION JUJITSU / SELF-DÉFENSE

#### Date

du jeudi 26 octobre  
au dimanche 29 oct. 2017

#### Durée

4 jours

#### Volume horaire

19 heures

#### Lieu

Gérardmer (88 - Grand Est)

#### Nombre de participants

20 stagiaires

#### Coût de la formation

285€ de frais pédagogiques

#### Conditions d'inscriptions

Fiche de candidature  
disponible sur le site de la  
FFJDA :

<http://www.ffjudo.com/stages-formation>

#### Contact

[formation@ffjudo.com](mailto:formation@ffjudo.com)

#### ❖ Public visé :

- Stage accessible à tous les enseignants titulaires du CFEB, CQP, BPJEPS, DEJEPS (BEES) ou DESJEPS en exercice dans une association affiliée à la FFJDA.
- Tous niveaux à partir de la ceinture noire

#### ❖ Formateurs :

- Membres de l'Encadrement Technique National experts dans le domaine du Judo, Jujitsu

#### ❖ Objectifs :

- Enrichir et approfondir les contenus et les procédures d'apprentissage activées par les enseignants pendant leur exercice professionnel, dans les différentes facettes de l'activité et plus spécifiquement en Jujitsu et en self-défense
- Développer les compétences des enseignants sur le plan technique et pédagogique en Judo, Jujitsu en lien avec la progression française et avec le programme de la ceinture noire pour la transmission auprès de leurs élèves.
- Développer les compétences des enseignants sur l'approche de la self-défense.
- Développer les compétences des enseignants sur les méthodes d'entraînement lié à la pratique sportive du Jujitsu.

#### ❖ Moyens et méthodes pédagogiques :

- Travail pratique sur le tapis en cours collectif
- Travail sur vidéo, travail en groupes avec supports pédagogiques

#### ❖ Contenu (compétences visées) :

- Savoir positionner le judo, le jujitsu dans son enseignement
- Connaître les critères d'évaluation pour les attendus des grades
- Se perfectionner dans la pratique
- Comprendre les principes de la self-défense pour mieux l'enseigner
- Savoir utiliser les outils pédagogiques appropriés

#### ❖ Évaluation des compétences

- Mise en situation pratique
- Évaluation sur la base d'un bilan technique et pédagogique établi par les formateurs de l'OF au regard des objectifs poursuivis
- Attestation et diplôme de fin de formation

## FORMATION DES ENSEIGNANTS

### Programme prévisionnel GÉRARDMER - OPTION JUJITSU / SELF-DÉFENSE

| Jeudi 26 octobre 2017 |                                                                      |                                                                                                                                                                                 |  |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 10h00 - 10h15         |                                                                      | Ouverture et présentation du stage                                                                                                                                              |  |
| 10h15 - 11h30         | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective sur les approches techniques et pédagogiques pour les enfants et les adolescents en lien avec la progression Française, connaissance des grands principes     |  |
| 15h30 - 17h00         | Jujitsu                                                              | Savoir chuter - Savoir se relever et Attitude et posture                                                                                                                        |  |
| 17h00 - 18h00         | Jujitsu                                                              | Apprentissage technique et pédagogique du jujitsu avec la progression française chez les jeunes (9-10 ans)                                                                      |  |
| 18h00 - 18h30         | Mondo                                                                | Sous forme collective par groupe, Informations fédérales autour de la pratique judo jujitsu                                                                                     |  |
| Vendredi 27 octobre   |                                                                      |                                                                                                                                                                                 |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                   |  |
| 9h00 - 11h30          | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective autour du programme de la ceinture noire : connaissance des techniques et des modalités de l'examen                                                           |  |
| 15h30 - 16h30         | Jujitsu                                                              | Apprentissage technique et pédagogique du jujitsu avec la progression française chez les jeunes (11-14 ans)                                                                     |  |
| 16h30 - 17h45         | Self défense                                                         | Sur tapis, séance collective : Approfondissement sur les techniques self-défense : réponses sur les poussées et les saisies.                                                    |  |
| 17h45 - 18h30         | Exercices conventionnels                                             | Séance collective sur le tapis sur l'intérêt des exercices conventionnels dans les programmes d'enseignement, mises en situation pratique                                       |  |
| Samedi 28 octobre     |                                                                      |                                                                                                                                                                                 |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                   |  |
| 9h00 - 11h30          | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective sur les approches techniques et pédagogiques pour les adultes, en lien avec la progression Française, à travers tous les aspects du judo jujitsu self défense |  |
| 16h00 - 17h00         | Self-défense                                                         | Sur tapis, séance collective : Gestion du stress et des émotions                                                                                                                |  |
| 17h00 - 18h00         | Jujitsu combat                                                       | Approche des méthodes d'entraînement en jujitsu sportif                                                                                                                         |  |
| 18h00 - 18h30         | Retour au calme                                                      | Séance collective avec mise en situation de méthode de relaxation ou de récupération                                                                                            |  |
| Dimanche 29 octobre   |                                                                      |                                                                                                                                                                                 |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                   |  |
| 9h00 - 10h45          | Jujitsu                                                              | Approche pédagogique et technique sur les atemis, méthodes d'enseignement                                                                                                       |  |
| 10h45 - 11h00         | Bilan par option                                                     |                                                                                                                                                                                 |  |
| 11h00 - 11h30         | Bilan général et clôture du stage - Remise des attestations de stage |                                                                                                                                                                                 |  |

## FORMATION DES ENSEIGNANTS

### GÉRARDMER - OPTION KATA

#### Date

du jeudi 26 octobre  
au dimanche 29 oct. 2017

#### Durée

4 jours

#### Volume horaire

19 heures

#### Lieu

Gérardmer (88 - Grand Est)

#### Nombre de participants

20 stagiaires

#### Coût de la formation

285€ de frais pédagogiques

#### Conditions d'inscriptions

Fiche de candidature  
disponible sur le site de la  
FFJDA :

<http://www.ffjudo.com/stages-formation>

#### Contact

[formation@ffjudo.com](mailto:formation@ffjudo.com)

#### ❖ Public visé :

- Stage accessible à tous les enseignants titulaires du CFEB, CQP, BPJEPS, DEJEPS (BEES) ou DESJEPS en exercice dans une association affiliée à la FFJDA.
- Tous niveaux à partir de la ceinture noire

#### ❖ Formateurs :

- Membres de l'Encadrement Technique National experts dans le domaine des kata et juges nationaux

#### ❖ Objectifs :

- Enrichir et approfondir les contenus et les procédures d'apprentissage activées par les enseignants pendant leur exercice professionnel, dans les différentes facettes de l'activité et plus spécifiquement en Kata
- Développer les compétences des enseignants sur le plan technique et pédagogique en Kata en lien avec la progression française et avec le programme de la ceinture noire pour la transmission auprès de leurs élèves.
- Maîtriser les critères d'évaluation du kata

#### ❖ Moyens et méthodes pédagogiques :

- Travail pratique sur le tapis en cours collectif
- Travail sur vidéo, travail en groupes avec supports pédagogiques

#### ❖ Contenu (compétences visées) :

- Savoir positionner le kata dans son enseignement
- Connaître les critères d'évaluation
- Se perfectionner dans la pratique
- Comprendre les principes du kata pour mieux l'enseigner
- Savoir utiliser les outils pédagogiques appropriés

#### ❖ Évaluation des compétences

- Mise en situation pratique
- Évaluation sur la base d'un bilan technique et pédagogique établi par les formateurs de l'OF au regard des objectifs poursuivis
- Attestation et diplôme de fin de formation

## FORMATION DES ENSEIGNANTS

### Programme prévisionnel GÉRARDMER - OPTION KATA

| Jeudi 26 octobre 2017 |                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |  |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 10h00 - 10h15         |                                                                      | Ouverture et présentation du stage                                                                                                                                                                         |  |
| 10h15 - 11h30         | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective sur les approches techniques et pédagogiques pour les enfants et les adolescents en lien avec la progression Française, connaissance des grands principes                                |  |
| 15h30 - 18h00         | Goshin jitsu                                                         | Séance collective sur le tapis, sur la compréhension du kata (forme fondamentale de défense) pour savoir mieux l'enseigner et se perfectionner dans la pratique                                            |  |
| 18h00 - 18h30         | Mondo                                                                | Sous forme collective par groupe, Informations fédérales autour de la pratique du kata                                                                                                                     |  |
| Vendredi 27 octobre   |                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                                              |  |
| 9h00 - 11h30          | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective autour du programme de la ceinture noire : connaissance des techniques et des modalités de l'examen                                                                                      |  |
| 15h30 - 17h45         | Kime no kata                                                         | Séance collective sur le tapis, sur la compréhension du kata (forme fondamentale de défense) pour savoir mieux l'enseigner et se perfectionner dans la pratique. Travail en deux groupes                   |  |
| 17h45 - 18h30         | Exercices conventionnels                                             | Séance collective sur le tapis sur l'intérêt des exercices conventionnels dans les programmes d'enseignement, mises en situation pratique                                                                  |  |
| Samedi 28 octobre     |                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                                              |  |
| 9h00 - 11h30          | Transversalité<br>Judo Jujitsu kata                                  | Séance collective sur les approches techniques et pédagogiques pour les adultes, en lien avec la progression Française, à travers tous les aspects du judo jujitsu self défense                            |  |
| 16h00 - 18h00         | Katame no kata<br>Nage no kata<br>Ju no kata                         | Séance collective sur le tapis sur la compréhension du kata (forme fondamentale au sol ou de souplesse) pour mieux l'enseigner et se perfectionner dans la pratique. Travail en trois groupes              |  |
| 18h00 - 18h30         | Retour au calme                                                      | Séance collective avec mise en situation de méthode de relaxation ou de récupération                                                                                                                       |  |
| Dimanche 29 octobre   |                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux                                                                              |  |
| 9h00 - 10h45          | Katas                                                                | Séance sur le tapis : étude du kata (forme fondamentale) : mise en situation par deux, travail sur les principes en lien avec les critères d'évaluation, utilisation d'outils pédagogiques écrits et vidéo |  |
| 10h45 - 11h00         | Bilan par option                                                     |                                                                                                                                                                                                            |  |
| 11h00 - 11h30         | Bilan général et clôture du stage - Remise des attestations de stage |                                                                                                                                                                                                            |  |

## FORMATION DES ENSEIGNANTS

### GÉRARDMER - PRÉPARATION AU 6<sup>ÈME</sup> DAN

#### Date

du jeudi 26 octobre  
au dimanche 29 oct. 2017

#### Durée

4 jours

#### Volume horaire

19 heures

#### Lieu

Gérardmer (88 - Grand Est)

#### Nombre de participants

20 stagiaires

#### Coût de la formation

285€ de frais pédagogiques

#### Conditions d'inscriptions

Fiche de candidature  
disponible sur le site de la  
FFJDA :

<http://www.ffjudo.com/stages-formation>

#### Contact

[formation@ffjudo.com](mailto:formation@ffjudo.com)

#### ❖ Public visé :

- Stage accessible à tous les enseignants titulaires du CFEB, CQP, BPJEPS, DEJEPS (BEES) ou DESJEPS en exercice dans une association affiliée à la FFJDA.
- Ouvert aux candidats 6e dan de la session 2017
- Session 2018 : selon les places disponibles.

#### ❖ Formateurs :

- Membres de l'Encadrement Technique National experts dans le domaine des kata et juges nationaux

#### ❖ Objectifs :

- Renforcer les compétences sur le plan techniques afin de préparer les futurs candidats à la prestation du 6e dan

#### ❖ Moyens et méthodes pédagogiques :

- Travail pratique sur le tapis en cours collectif
- Travail sur vidéo, travail en groupes avec supports pédagogiques

#### ❖ Contenu (compétences visées) :

- Savoir construire sa prestation
- Connaître les attendus de l'examen
- Se perfectionner dans la pratique

#### ❖ Évaluation des compétences

- Mise en situation pratique
- Évaluation sur la base d'un bilan technique et pédagogique établi par les formateurs de l'OF au regard des objectifs poursuivis
- Attestation et diplôme de fin de formation

## FORMATION DES ENSEIGNANTS

### Programme prévisionnel GÉRARDMER - PRÉPARATION AU 6<sup>ÈME</sup> DAN

| Jeudi 26 octobre 2017 |                                                                      |                                                                                                                                           |  |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 10h00 - 10h15         |                                                                      | Ouverture et présentation du stage                                                                                                        |  |
| 10h15 - 11h30         | Koshiki no kata                                                      | Séance collective sur le tapis sur les formes fondamentales, évaluation du niveau                                                         |  |
| 15h30 - 16h30         | Judo jujitsu                                                         | Échanges autour de la construction de la prestation, accompagnement individuel                                                            |  |
| 16h30 - 18h00         | Koshiki no kata                                                      | Séance collective sur le tapis sur les formes fondamentales, évaluation du niveau                                                         |  |
| 18h00 - 18h30         | Mondo                                                                | Sous forme collective, informations et échanges sur les attendus de l'examen du 6 <sup>e</sup> dan                                        |  |
| Vendredi 27 octobre   |                                                                      |                                                                                                                                           |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux             |  |
| 9h00 - 11h30          | Judo jujitsu                                                         | Aide à la construction de la prestation, accompagnement individuel                                                                        |  |
| 15h30 - 17h45         | Koshiki no kata                                                      | Séance collective sur le tapis sur les formes fondamentales, perfectionnement individuel                                                  |  |
| 17h45 - 18h30         | Échanges                                                             | Séance en groupe, questions/réponses sur les prestations et l'examen                                                                      |  |
| Samedi 28 octobre     |                                                                      |                                                                                                                                           |  |
| 8h30 - 9h00           | Taiso                                                                | Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux             |  |
| 9h00 - 11h30          | Koshiki no kata                                                      | Séance collective sur le tapis sur les formes fondamentales, perfectionnement individuel, mise en situation                               |  |
| 16h00 - 17h00         | Judo jujitsu                                                         | Aide à la construction de la prestation, accompagnement individuel, exemple d'une construction de prestation en vidéo et documents écrits |  |
| 17h00 - 18h00         | Koshiki no kata                                                      | Séance collective sur le tapis sur les formes fondamentales, perfectionnement individuel, mise en situation                               |  |
| 18h00 - 18h30         | Retour au calme                                                      | Séance collective avec mise en situation de méthode de relaxation ou de récupération                                                      |  |
| Dimanche 29 octobre   |                                                                      |                                                                                                                                           |  |
| 8h30 - 9h00           |                                                                      | Bilan, échanges sur les mises en situation individuelles                                                                                  |  |
| 9h00 - 10h45          | Koshiki no kata                                                      | Perfectionnement individualisé                                                                                                            |  |
| 10h45 - 11h00         | Bilan par option                                                     |                                                                                                                                           |  |
| 11h00 - 11h30         | Bilan général et clôture du stage - Remise des attestations de stage |                                                                                                                                           |  |