

## CALENDRIER DE FORMATION

	JOUR	DATE
Week-End 1	Samedi Dimanche	12/13 Décembre 2020
Week-End 2	Samedi Dimanche	9/10 Janvier 2021
Week-End 3	Samedi Dimanche	6/7 Février 2021

Durée totale de la formation : 48 heures  
Public ciblé : Dès 16 ans, à partir du 9<sup>ème</sup> Cap  
Coût : 100 €  
Lieu : CDFAS, 64 rue des Bouquinilles  
95600, EAUBONNE (01.34.27.28.50)

### Objectifs :

- Le DAF donne une nouvelle corde à notre « arc de formation » pour notre fédération.
- Il permet de mieux préparer les assistants dans leurs rôles de futurs encadrants et leurs missions d'animation de leur structure ainsi que leur développement.

Fédération de Vo Co Truyen Vietnam de France

### 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](mailto:Kamel-saidani@hotmail.fr)

Portable : 06.09.32.69.41

Inscription avant le 13 Novembre 2020 avec un nombre minimum de 6 stagiaires.



Site de la Fédération : [www.FVCTVNF.fr](http://www.FVCTVNF.fr)

## DIPLOME D'ASSISTANT FEDERAL

Hébergement possible sur place (pension complète : nuitée + petit dej +2 repas) : 47€  
Chambre single (nuitée + petit dej) :31,95€  
Repas : 12,50€

- 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 progresser dans mon rôle d'assistant. J'aspire à répondre aux attentes et besoins de mon Maîtres/professeur/instructeur. Je prends du plaisir à assurer mes responsabilités d'assistant et à me préparer à devenir à mon tour instructeur/professeur.

Voir Commission de Formation

## PROGRAMME DAF

### UF 1 Anatomie et physiologie : 19H

#### Connaissances fondamentales en Anatomie :

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

#### 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 : 3H

#### Psychologie et sciences humaines :

- Attitude et rôle de l'enseignant
- Structuration et fonctionnement d'un groupe

### UF3 Environnement institutionnel de la pratique : 13H

#### Réglementation fédérale administrative

- Statuts et règlements de la FVCTVNF
- Ligues 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

### UF 4 Technique et pédagogie : 13H

#### 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