

# Karaté Senior

## **Public :**

Ouvert aux candidats hommes ou femmes, âgés de plus de 18 ans, titulaires de la licence FFK pour l'année en cours, ainsi que d'un diplôme d'enseignement de niveau DAF minimum.

**Intervenants :** La formation est encadrée par des formateurs et des intervenants spécialisés autour de cette thématique.

## **Objectifs :**

Cette formation a pour objectif d'apporter aux professeurs les connaissances et compétences spécifiques afin de savoir capter, accueillir et fidéliser les publics séniors. Il s'agit d'être capable de proposer une pratique adaptée à leur avancée en âge et attrayante. Cette formation est un avantage considérable pour développer et diversifier l'offre de pratique du club.

## **MODALITES D'ORGANISATION**

### **Dates et lieux :**

- Du 09 au 10 mars 2019
- CNE, 200 rue Hélène Boucher, 34170 Castelnau le Lez

### **Durée :**

- 2 jours

### **Volume Horaire :**

- 16 heures

### **Nombre de participants :**

- 25 stagiaires

### **Coût Pédagogique :**

- 150€

### **Frais annexes :**

- Hébergement : 62,50€ la nuit + petit déjeuner
- Repas : déjeuner possible à 12€

### **Conditions d'inscriptions :**

- Fiches de candidature à télécharger sur le site fédéral « onglet formation »

### **Contact :**

- [formation@ffkarate.fr](mailto:formation@ffkarate.fr)

## **Moyens et méthodes pédagogiques :**

- Travail pratique de mise en situation sur tatamis
- Travail en groupe avec supports pédagogiques

## **Contenus (compétences visées) :**

### **● Connaître le public senior pour spécifier son enseignement**

Connaissances de ce public  
Activité physique et seniors  
Principaux paramètres du vieillissement physiologique  
Accueil du public senior

### **● S'approprier le contenu pédagogique**

Mise en évidence des principes lors des séances notamment sur les points d'attention et de prévention  
Conception et mises en situations

Régulation et évaluation de son action

### **● Savoir programmer les séances pour planifier son enseignement**

Création d'un programme d'enseignement

## **Evaluations (compétences visées) :**

- Mise en situation pratique
- Evaluation sur la base d'un bilan technique et pédagogique
- Attestation de fin de formation et labellisation