



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**KARATÉ**

# RÈGLEMENT DES FORMATIONS

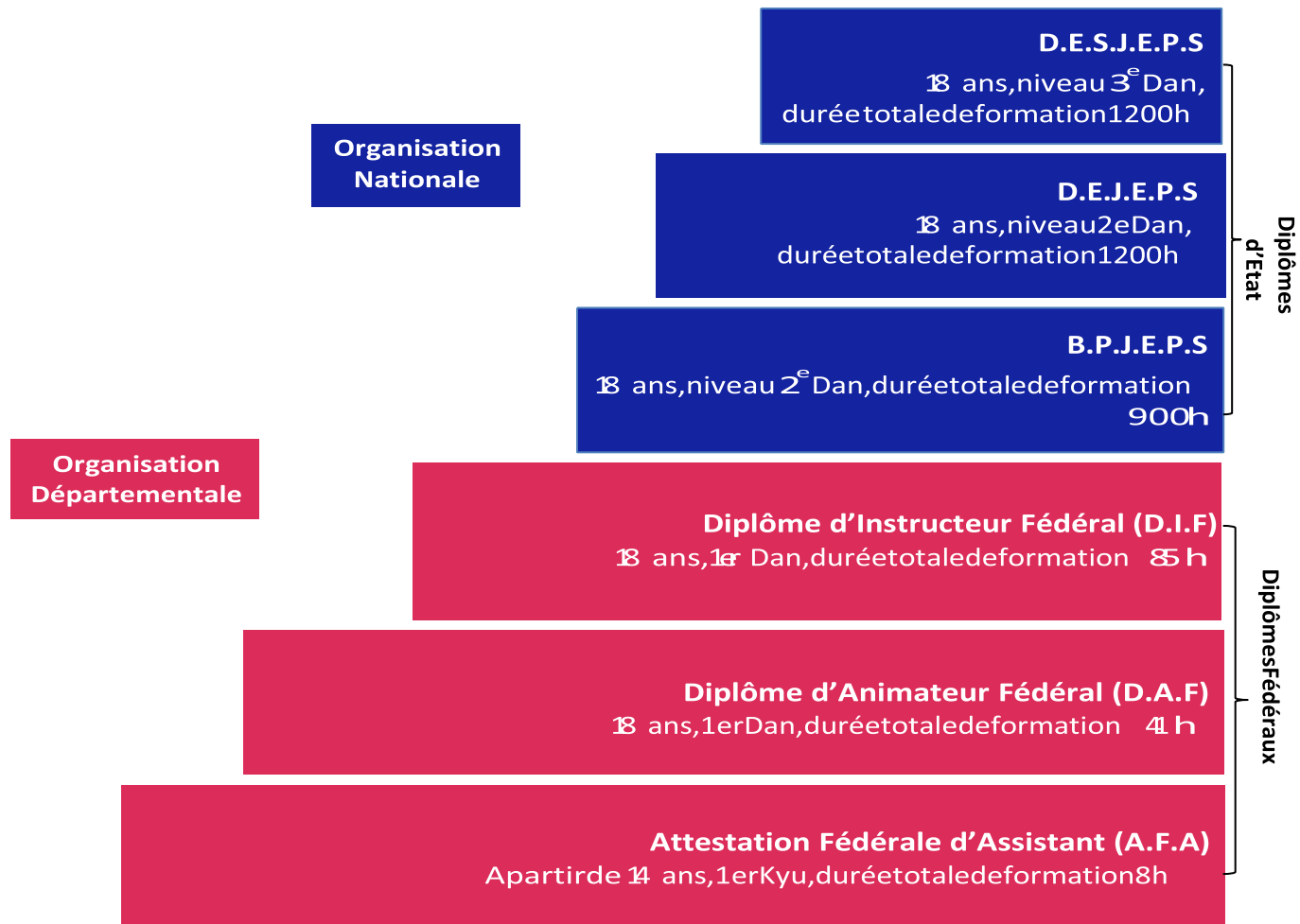
SAISON **2022-2023**

Seules les formations dispensées par le département figurent dans ce résumé.  
Pour les autres formations bien vouloir se rapprocher des instances fédérales.

[https://www.ffkarate.fr/wp-content/uploads/2022/10/REGLEMENT-FORMATIONS-2022-2023-V3\\_BD.pdf](https://www.ffkarate.fr/wp-content/uploads/2022/10/REGLEMENT-FORMATIONS-2022-2023-V3_BD.pdf)

# SOMMAIRE

## LA FILIÈRE DE FORMATION DE LA FEDERATION FRANCAISE DE KARATE ET DISCIPLINES ASSOCIEES



## I. PRESENTATION DES FORMATIONS

### 1) LES FORMATIONS FEDERALES D'ENSEIGNANT

#### L'enseignement fédéral

<p><b>Formations organisées par les écoles départementales de formation.</b></p> <p><i>Chaque candidat passe son diplôme dans son comité départemental d'appartenance. Sinon, il doit procéder à une demande de dérogation (voir son responsable de formation)</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>AFA</b> <b>Attestation Fédérale d'Assistant</b></p> <p>L'AFA permet de donner une reconnaissance à un jeune intéressé par l'enseignement pour aider et assister un enseignant diplômé durant les séances de karaté, wushu et disciplines associées dans un club affilié à la FFK.</p> <p><b>Durée : 8 heures de formation en centre</b> <b>Coût : 30 €</b></p>
	<p style="text-align: center;"><b>DAF</b> <b>Diplôme d'Animateur Fédéral</b></p> <p>Le DAF est un diplôme accessible avec un temps de formation adapté pour un professeur de karaté, wushu et disciplines associées dans un club affilié à la FFK.</p> <p><b>Durée : 41 heures (12h de préformation, 14h de formation en centre, 15h de participation fédérale).</b> <b>Coût : 100 €</b></p> <p>Poursuivre la formation en direction du DIF est fortement conseillé pour avoir une plus grande compétence et développer un club de façon durable.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>DIF</b> <b>Diplôme d'Instructeur Fédéral</b></p> <p>Le DIF est le diplôme de référence pour un enseignant de karaté, wushu et disciplines associées dans un club affilié à la FFK.</p> <p>Le DIF est accessible, avec ou sans le DAF.</p> <p>Le DIF permet l'acquisition de points de bonification de grades.</p> <p>Il permet également au <i>coach A n'ayant pas les prérequis mais néanmoins engagé dans le processus de formation du DIF et participant au meeting et à la formation nationale des coaches d'être dispensé de la « participation fédérale » lors de la formation du DIF.</i></p> <p><b>Durée pour les non titulaires du DAF : 85 heures de formation (12h de préformation, 28h de formation en centre, 15h de participation fédérale et 30 heures de formation en club).</b> <b>Coût : 250 €</b></p> <p><b>Durée pour les titulaires du DAF : 44 heures de formation (14h de formation en centre, 30 heures de formation en club).</b> <b>Coût : 150€</b></p> <p><i>Pour les enseignants envisageant de pouvoir poursuivre leur parcours de formation, la prolongation naturelle du DIF est un diplôme ou une certification professionnelle.</i></p>

## L'enseignement spécifique

<b>Formation organisée par le responsable Body Karaté régional</b>	<p><b>CBK</b> <b>Certificat de Body Karaté</b></p> <p>Le CBK permet l'enseignement bénévole du Body Karaté uniquement, dans un club déjà affilié à la FFK.</p> <p><b>Durée : 32 heures de formation</b> <b>Coût : 200 €</b></p>
--	---

### 2) LES FORMATIONS PROFESSIONNELLES ET D'ETAT

#### Les diplômes d'Etat

<b>Formation organisée au niveau national, par le CREPS de Châtenay-Malabry en IDF</b>	<p><b>BPJEPS</b> <b>Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport de Spécialité « Educateur Sportif » mention « Karaté, Wushu et Disciplines Associées »</b> <b>« Accessible aux titulaires du CQP APAM ou MAM »</b></p> <p>Le BPJEPS est un diplôme d'État de niveau 4 qui permet l'enseignement contre rémunération des disciplines pour lesquelles la FFK a la délégation.</p> <p><b>Durée : 374 heures (224 h de formation et 150h de stage en situation)</b> <b>Coût : 2 464 euros (avec prise en charge) et 2 172,80€ (sans prise en charge) + 25€ (frais de dossier)</b></p>
<b>Formation organisée au niveau national</b>	<p><b>DEJEPS</b> <b>Diplôme d'État de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport Spécialité « Perfectionnement sportif » mention « Karaté et Disciplines Associées »</b></p> <p>Le DEJEPS est un diplôme d'État de niveau 5 qui permet l'enseignement contre rémunération des disciplines pour lesquelles la FFK a la délégation. Ce diplôme atteste de la capacité à concevoir, coordonner et mettre en œuvre des programmes de perfectionnement, conduire des démarches d'entraînement et de formation.</p> <p><b>Durée : 1200 heures (700 h de formation et 500h de stage en situation dans une structure)</b></p>
<b>Formation organisée au niveau national</b>	<p><b>DESJEPS</b> <b>Diplôme d'État Supérieur de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport Spécialité « Performance sportive » mention « Karaté et Disciplines Associées »</b></p> <p>Le DESJEPS est un diplôme d'État de niveau 6 qui permet l'enseignement contre rémunération des disciplines pour lesquelles la FFK a la délégation. C'est le diplôme le plus élevé du secteur professionnel du karaté et des disciplines associées. Il correspond à un niveau d'expertise avec pour objectif l'entraînement de haut niveau, la responsabilité d'une grande structure.</p> <p><b>Durée : 1200 heures (700 h de formation et 500h de stage en situation dans une structure)</b></p>

## II. FORMATIONS FEDERALES D'ENSEIGNANT

### 1) L'ATTESTATION FEDERALE D'ASSISTANT

L'Attestation Fédérale d'Assistant (AFA) permet d'aider et d'assister un enseignant diplômé durant les séances de karaté, wushu et *disciplines associées* dans un club affilié à la FFK.

#### OBJECTIFS

- Initier à l'enseignement, aider à encadrer des séances de karaté et disciplines associées ;
- Sensibiliser au fonctionnement du club ;
- Favoriser la préservation de la sécurité des pratiquants lors des séances.

#### PREREQUIS A L'ENTREE EN FORMATION

- A partir de 14 ans minimum ;
- Être ceinture marron ;
- Avoir 2 timbres de licences FFKDA dont celle de l'année en cours.

#### VOLUME DE LA FORMATION

Le volume total de la formation AFA est de 8 heures, répartis en 3 blocs de compétences. Il est prévu une seule formule d'organisation sous forme d'une journée de stage (un samedi ou un dimanche).

<b>AFA</b>	<b>Travail en préformation (TP)</b>	<b>Formation en centre (FC)</b>	<b>Participation Fédérale (PF)</b>
<b>BC1 : Enseignement et animation (4h)</b>		4h	
1A : Initiation à la mise en œuvre des exercices		4h	
<b>BC2 : Environnement associatif et fédéral (3h)</b>		3h	
2A : Projet personnel d'évolution		1h	
2B : Initiation à l'environnement associatif et fédéral		2h	
<b>BC3 : Participation à la vie fédérale et citoyenne (1h)</b>		1h	
3A : Initiation à la vie fédérale et citoyenne		1h	
<b>Total par phase de formation</b>		8h	
<b>Total global</b>		8h	

#### CONTENU DE LA FORMATION

Des fiches de contenu élaborées par le service formation de la FFKDA seront à disposition des écoles de formation sur « Claroline » qui est une plate-forme fédérale dont le but est d'harmoniser les contenus des formations sur tout le territoire national autant en préformation qu'en présentiel.

### BC1 : Enseignement et animation (4 heures)

<b>1A : Initiation à la mise en œuvre d'exercices</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
Savoir se placer, s'exprimer et de montrer face à un groupe d'élèves.		1h	
Savoir mettre en œuvre un exercice en respectant les consignes techniques du professeur. Savoir mettre en œuvre un exercice en respectant les consignes de sécurité du professeur.		2h	
Savoir évaluer et corriger les élèves puis rendre compte au professeur.		1h	
<b>Totaux</b>		<b>4h</b>	

### BC2 : Environnement associatif et fédéral (3 heures)

<b>2A : Projet personnel d'évolution</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
Connaître les possibilités offertes par la filière de formation fédérale afin de pouvoir se projeter dans un projet d'enseignement autonome en club.		1h	
<b>Totaux</b>		<b>1h</b>	

<b>2B : Initiation à l'environnement associatif et fédéral</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
Connaître les bases simplifiées de l'organisation et du fonctionnement du club (rôle et mission du président, du bureau, de l'assemblée générale).		1h	
Connaître la réglementation des grades jusqu'au 1er Dan dans sa discipline.		1h	
<b>Totaux</b>		<b>2h</b>	

### BC3 : Participation à la vie fédérale et citoyenne (1 heure)

<b>3A : Initiation à la vie fédérale et citoyenne</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
Connaître les valeurs du fair-play, de l'esprit sportif, du code moral et citoyen ; Connaître les dispositifs du sport scolaire (USEP, UNSS) et universitaire (FSU) ; Connaître le concours des jeunes arbitres.		1h	
<b>Totaux</b>		<b>1h</b>	

### Évaluation

L'AFA étant une simple attestation et non un diplôme, le dispositif d'évaluation du stagiaire est allégé :

- Évaluations formatives sans notation ;
- Assiduité obligatoire à la totalité de la formation.

### **VALIDATION DE LA FORMATION**

Le bordereau de résultat ne doit pas être envoyé au service formation de la FFK. Il reste la propriété du comité départemental. Le CDK établit les diplômes après validation du Responsable départemental de formation, du Directeur technique départemental et du Président du comité départemental.

## 2) LE DIPLOME D'ANIMATEUR FEDERAL

Le Diplôme d'Animateur Fédéral (DAF) est un diplôme accessible avec un temps de formation adapté pour un professeur de karaté, wushu et disciplines associées dans un club affilié à la FFK. Il permet de poursuivre sa formation en direction du DIF.

### OBJECTIFS

Ouvrir un club ;

- Planifier des cours pour différents publics ;
- Animer des cours en toute sécurité et en pleine autonomie.

### PREREQUIS A L'ENTREE DU JOUR DE FORMATION

- Avoir 18 ans minimum ;
- Être ceinture noire 1<sup>er</sup> Dan minimum ;
- Avoir la licence fédérale FFKDA de l'année en cours ;
- Posséder un diplôme de secourisme ou équivalent.

### VOLUME DE LA FORMATION

Le volume global est de 41 heures dont 12 heures de préformation, 14 heures de formation en centre et 15 heures de participation fédérale.

<b>DAF</b>	Travail en préformation (TP)	Formation en centre (FC)	Participation Fédérale (PF)
<b>BC1 : Enseignement et animation (10h)</b>		<b>10h</b>	
1A : Concevoir et mettre en œuvre des exercices		2h	
1B : Concevoir et mettre en œuvre des séances		5h	
Evaluation formative		3h	
<b>BC2 : Environnement associatif et fédéral (15h)</b>	<b>12h</b>	<b>3h</b>	
2A : Projet personnel d'évolution	1h		
2B : Environnement du club	5h		
2C : Environnement fédéral	6h		
Evaluation formative		3h	
<b>BC3 : Participation à la vie fédérale et citoyenne (16h)</b>		<b>1h</b>	<b>15h</b>
3A : Connaissances générales		1h	
3B : Participation au stage d'arbitre ou de juge départemental			5h
3C : Participation à un évènement fédéral officiel			10h
<b>Total par phase de formation</b>	<b>12h</b>	<b>14h</b>	<b>15h</b>
<b>Total global</b>	<b>41h</b>		

### PLANIFICATION DE LA FORMATION

Trois phases de formation sont dispensées pour le DAF. Elles seront programmées dans l'ordre du tableau ci-dessous qui correspond à une formation en 3 temps. Néanmoins, la 3<sup>ème</sup> phase (présentiel lors des participations fédérales) devra être finalisée avant la fin de la saison sportive.

<b>1</b> <b>Préformation</b> 12 heures	Au minimum un mois avant le début de la formation, les stagiaires auront accès à des fiches thématiques téléchargeables par internet. Lors des journées de formation, une évaluation sera effectuée en trois phases : test de connaissances, puis correction collective et interactive avec le formateur, et enfin QCM d'évaluation.
□	
<b>2</b> <b>Formation en centre</b> 14 heures	Les stagiaires doivent être présents lors des cours donnés en école départementale de formation pour le DAF. L'assiduité est vérifiée à chaque demi-journée ou à chaque cours au moyen d'une feuille d'émargement tenue par le responsable de formation.
□	
<b>3</b> <b>Participation fédérale</b> 15 heures	Cette phase concerne les heures de participation à la vie fédérale et citoyenne. La présence des stagiaires est contrôlée au moyen du formulaire de validation des heures (modèle fédéral) rempli par le responsable de l'organisation puis contresigné par le responsable de formation. Pour valider leur participation, chaque stagiaire doit faire émarger et dater sur le formulaire destiné par le responsable de l'organisation.

**Volume total de 41 heures à planifier selon les principes suivants :**

Préformation (12 heures)

Les fiches de pré formation seront accessible sur une plateforme précisée par le département national de formation.

Formation en centre (14 heures)

Plusieurs formules d'organisation sont possibles :

- En un weekend avec l'évaluation décalée ;
- En deux week-end avec un jour de formation par week-end, espacés d'une à deux semaines avec l'évaluation incluse ou décalée.

La répartition par jour est libre :

- Exemple 1 : 6 heures samedi et 5 heures dimanche et évaluation décalée sur le samedi suivant ;
- Exemple 2 : Journée 1 (6 heures samedi) + journée 2 et journée 3 (5 heures le samedi et 3 heures le dimanche pour l'évaluation) ;
- Exemple 3 : Journée 1 (6 heures samedi ou dimanche) + journée 2 (5 heures le samedi ou dimanche) journée 3 (3 heures le samedi ou dimanche suivant pour l'évaluation).

**L'ensemble de la formation ne devra pas dépasser un temps global de trois semaines.**



### Participation fédérale (15 heures)

Les heures de participation fédérale doivent être effectuées lors de la saison d'inscription en formation.

**N.B :** Aucun diplôme ne peut être proposé à validation et décerné au stagiaire tant que tous les temps de formation (12 heures de pré formation, 14 heures de formation en centre, 15 heures de participation fédérale) n'ont pas été complètement effectués.

## **CONTENU DE LA FORMATION**

### **BC 1 : Enseignement et animation (10 heures)**

<b>1A : Concevoir et mettre en œuvre des exercices</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Connaître la différence entre un objectif (développer une habileté motrice) et les moyens pour l'atteindre (les exercices proposés) ; - Savoir se placer, s'exprimer et montrer face à un groupe d'élèves ; - Savoir mettre en œuvre un exercice en s'assurant du respect des consignes techniques et de sécurité ; - Savoir évaluer et corriger les élèves de façon globale ou individuelle ; - Savoir adopter une attitude et un discours adaptés aux caractéristiques du public en termes d'âge, de niveau et de motivation.		2h	
<b>Totaux</b>		<b>2h</b>	

<b>1B : Concevoir et mettre en œuvre des séances</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Connaître les caractéristiques de base des différents publics selon leur âge : très jeunes enfants (baby), enfants, adolescents, adultes, seniors ; - Connaître les rudiments anatomiques et physiologiques permettant d'anticiper les risques de blessure et d'assurer la sécurité des pratiquants.		1h	
- Connaître les principes de l'élaboration d'un plan de séance : respect du thème, choix de l'objectif final et des objectifs intermédiaires, enchaînement logique et progressif des différentes phases, consignes techniques et de sécurité, minutage ; - Savoir appliquer ces principes pour créer un plan de séance en se basant sur le modèle de l'activité, les caractéristiques du public, les bases anatomiques et physiologiques.		2h	
Savoir mettre en œuvre des séances types (selon l'activité enseignée) : - Séance pour des jeunes enfants selon une orientation ludique et éducative ; - Séance pour des adolescents ou des adultes selon une orientation sportive ; - Séance pour des adultes selon la discipline ou le style du stagiaire.		2h	
<b>Totaux</b>		<b>5h</b>	

<b>Evaluation du BC1</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
<u>Conception d'un plan de séance</u>		3h	
<p>Au début du stage, le candidat se verra remettre un thème de séance choisi en tenant compte de sa discipline et de son public préférentiel, de niveau débutant ou avancé. Dans le cadre des cours du BC1 (1B : concevoir des séances) il devra rédiger un plan de séance d'1h pour un public d'enfants ou d'1h30 pour un public d'adolescents ou d'adultes.</p> <p><u>Mise en situation</u>  Les stagiaires sont répartis en groupes d'environ 5 personnes, afin que lorsque l'un des stagiaires anime sa séance les autres servent de public test (plastron). Pendant une durée maximale de 15 minutes le candidat anime des extraits de sa séance que le jury aura choisis dans le plan de séance. <u>Entretien</u>  Après sa mise en situation pédagogique, le candidat aura un entretien de 10 minutes maximum avec le jury, qui le questionnera sur sa séance et de façon plus large sur ses conceptions de l'enseignement.</p> <p><u>Retour collectif sur les points clés de la formation</u>  Lorsque les mises en situation pédagogique du groupe sont terminées, le jury effectue une synthèse avec les candidats des points clés des prestations. Aucune appréciation individuelle en rapport avec les notes n'est donnée.</p> <p><i>Protocole d'évaluation :</i>  <i>Chaque jury est composé de 2 personnes titulaires du CQP ou d'un diplôme plus élevé. La durée maximale consacrée à un candidat est de 30 minutes maximum : mise en situation (15 minutes) + Entretien (15 minutes) + Harmonisation du jury et attribution de la note (5 minutes). L'évaluation totale prend environ : 0h30 x 5 candidats + 0h30 de retour collectif = 3h00 environ</i>  <i>Si le nombre de candidats est inférieur à 5, le temps résiduel sera mis à profit pour approfondir le retour collectif sur les points clés en pédagogie.</i></p>			
<b>Totaux</b>		<b>3h</b>	

## **BC2 – Environnement associatif et fédéral (15 heures)**

<b>2A : Projet personnel d'évolution</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Se situer dans la filière de formation fédérale afin de pouvoir se projeter dans un projet de formation vers les diplômes plus avancés (DIF, CQP).	1h		
<b>Totaux</b>	<b>1h</b>		

<b>2B : Environnement du club</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Connaître les grands principes la loi de 1901 sur la liberté d'association ; Connaître les bases l'organisation et du fonctionnement du club (rôle et mission du président, du bureau, de l'assemblée générale, des enseignants) ; - Connaître les partenaires locaux (mairie, communauté de communes).	2h		

- Connaître les grands principes de la gestion comptable ; - Connaître les modalités selon lesquelles un enseignant bénévole peut percevoir des remboursements de frais.	1h		
- Connaître le processus de création d'un club et de son affiliation à la FFK ; - Connaître les règles d'hygiène, techniques et de sécurité des salles.	2h		
<b>Totaux</b>	<b>5h</b>		

Page

<b>2C : Environnement fédéral</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Connaître la réglementation de la licence FFKDA et le passeport sportif ; - Connaître les garanties de base d'assurances proposées lors de la prise de licence (responsabilité civile et individuelle accident) ainsi que le défaut d'information ; - Connaître le contrôle médical de l'enseignement et de la pratique.	2h		
- Connaître les bases de l'organisation et du fonctionnement des différentes instances fédérales : comités départementaux, zones interdépartementales, ligues régionales, niveau national ; - Connaître les activités fédérales proposées aux publics enfants, jeunes et adultes.	2h		
- Connaître le règlement des grades dans ses grandes lignes communes à toutes les disciplines FFKDA ; Connaître le règlement des grades jusqu'au 1er Dan dans sa discipline.	2h		
<b>Totaux</b>	<b>6h</b>		

<b>Evaluation du BC2 (Evaluation formative en 3 temps)</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
1) QCM d'auto-évaluation portant sur les supports de pré formation remis en amont du début de formation.		0h30	
2) Correction collective et interactive du QCM avec le formateur responsable. Les questions et leurs réponses servent de support à une révision des notions essentielles.		2h	
3) QCM d'évaluation, qui sera corrigé et noté.		0h30	
<b>Totaux</b>		<b>3h</b>	

### **BC3 : Participation à la vie fédérale et citoyenne (16 heures)**

<b>3A : Connaissances générales</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Connaître et transmettre les valeurs du fair-play et de l'esprit sportif (respect de la règle, de la décision arbitrale et de l'arbitre), du code moral et citoyen ; - Connaître les dispositifs du sport scolaire (USEP, UNSS) et universitaire (FFSU) ; - Connaître le concours des jeunes arbitres.		1h	
<b>Totaux</b>		<b>1h</b>	

<b>3B : Participation à des évènements fédéraux officiels</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
Participation au stage de juge départemental ou activité équivalente : - Les stagiaires Karaté doivent participer au stage de juge départemental - Les stagiaires des disciplines associées peuvent choisir entre : participer au stage de juge départemental karaté ou à un stage équivalent dans leur discipline.			5h
Participation à la vie fédérale au cours d'une compétition fédérale officielle ou d'un évènement fédéral pour une durée globale de cinq heures minimum.  Le volume horaire du stagiaire est réparti par les organisateurs (en fonction de leurs moyens) entre les activités suivantes : - Pour une compétition : aide à la logistique, enregistrement et pesée des compétiteurs, comptabilisation des points des compétiteurs,			10h
avancée des poules et tableaux, initiation aux logiciels de gestion des compétitions : Wyniwyg, Artymédia) ; - Pour un évènement fédéral : aide à la logistique, accueil des participants, enregistrement des stagiaires, aide au déroulement de l'évènement.  <b>Evaluation du BC3 :</b> Le responsable de formation gère le recueil des disponibilités des stagiaires et leurs inscriptions auprès des organisateurs, puis il valide et signe les attestations remplies par les organisateurs sur la base du formulaire type (téléchargeable sur le site internet fédéral). La validation du formulaire de présence avec le détail des tâches effectuées vaut évaluation positive.			
<b>Totaux</b>			<b>16h</b>

## VALIDATION DE LA FORMATION

Le DAF ne peut être obtenu par la VAE.

Le responsable départemental de formation doit envoyer son bordereau de résultats au département national de formation à : [formation@ffkarate.fr](mailto:formation@ffkarate.fr) avec les feuilles d'évaluation ainsi qu'un tableau Excel mis à disposition sur la plateforme de formation. Ce tableau comprendra les informations complètes des candidats afin de procéder à une enquête d'honorabilité. Le département national de formation établit les diplômes après validation du Président de la FFK et du DTN.

### 3) LE DIPLOME D'INSTRUCTEUR FEDERAL

Le DIF est le diplôme de référence pour un enseignant de karaté, wushu et disciplines associées dans un club affilié à la FFK.

Le DIF est accessible, avec ou sans le DAF.

Le DIF permet l'acquisition de points de bonification de grades.

Il permet également au *coach A n'ayant pas les prérequis mais néanmoins engagé dans le processus de formation du DIF et participant au meeting et à la formation nationale des coaches d'être dispensé de la « participation fédérale » lors de la formation du DIF.*

#### OBJECTIFS

Ouvrir un club ;

- Planifier des cours pour différents publics spécifiques (enfant, ados, adultes, seniors, para etc.) ;
- Accéder aux stages de formation continue ;
- Apporter des compétences pour la progression et le perfectionnement des pratiquants ;
- Animer des cours en toute sécurité et en pleine autonomie ;
- Elargir son enseignement au-delà du club.

#### PREREQUIS A L'ENTREE EN FORMATION

- Avoir 18 ans minimum ;
- Être ceinture noire 1<sup>er</sup> Dan minimum ;
- Avoir la licence fédérale FFKDA de l'année en cours ;
- Posséder un diplôme de secourisme ou équivalent.

## VOLUME DE LA FORMATION

<b>DIF</b>	Travail en préformation (TP)	Formation en centre (FC)	Participation Fédérale (PF)
<b>BC1 : Enseignement, animation, diversité des pratiques (24h)</b>		24h	
1A : Concevoir et mettre en œuvre des séances		4h	
1B : Concevoir et mettre en œuvre des exercices		3h	
1C : Planifier et programmer une saison sportive		2h	
1D : Prendre en compte la spécificité de différents publics - Public Enfant (2h)		8h	
- Public Adolescent (2h)			
- Public Adulte (2h)			
- Public Senior (2h)		4h	
1E : Transversalité avec les autres pratiques martiales			
Evaluation		3h	
<b>BC2 : Environnement Administratif, juridique et comptable (15h)</b>	12h	3h	
2A : Projet personnel d'évolution	1h		
2B : Environnement du club	5h		
2C : Environnement fédéral	6h		
Evaluation		3h	
<b>BC3 : Participation à la vie fédérale et citoyenne (16h)</b>		1h	15h
3A : Connaissances générales		1h	
3B : Participation au stage d'arbitrage ou de juge (5h)			
3C : Participation à des événements fédéraux officiels (10h)			15h
<b>Total par phase de formation</b>	12h	28h	15h
<b>Formation en club</b>		30h	
<b>Total global</b>		85h	

N.B : Le titulaire du DAF est allégé des 12 heures de travail en pré formation, des 15 heures de participation fédérale et de 14 heures de formation en centre soit d'un total de 41 heures de formation.

### PLANIFICATION DE LA FORMATION

Quatre phases de formation sont dispensées pour le DIF. Elles seront programmées dans l'ordre du tableau ci-dessous. Néanmoins, les participations fédérales et la formation en club devront s'effectuer avant la fin de la formation.

<b>1</b> <b>Préformation</b> 12 heures	Au minimum un mois avant le début de la formation, les stagiaires sans le DAF auront accès aux fiches de pré formation téléchargeables par internet.
<input type="checkbox"/>	
<b>2</b> <b>Formation en centre</b> 28 heures	Tous les stagiaires doivent être présents lors des cours donnés en école de formation pour le DIF. La première journée de formation (7 heures) est consacrée exclusivement à la mise à jour des connaissances et des compétences nécessaires au DAF. L'assiduité est vérifiée à chaque demi-journée ou à chaque cours au moyen d'une feuille d'émargement tenue par le responsable de formation.
<input type="checkbox"/>	
<b>3</b>	Cette phase concerne les heures de participation à la vie fédérale et citoyenne.
<b>Participation fédérale</b> 15 heures	La présence des stagiaires est contrôlée au moyen du formulaire de validation des heures (modèle fédéral) rempli par le responsable de l'organisation puis contresigné par le responsable de formation. Pour valider sa participation, chaque stagiaire doit faire émarger et dater le responsable de la formation, sur le formulaire approprié.
<input type="checkbox"/>	
<b>4</b> <b>Formation en club</b> 30 heures	Cette phase correspond aux heures d'alternance en club. La présence des stagiaires est contrôlée au moyen du formulaire de validation des heures (modèle fédéral) signé par le Président ou le professeur principal du club et par le responsable départemental de la formation.

**Volume total de 85 heures à planifier selon les principes suivants :**

Préformation (12 heures)

Les fiches de pré formation seront accessibles sur une plateforme précisée par le département formation.

Formation en centre (28 heures)

Plusieurs formules sont possibles. Les journées de formation sont modulables :

- Exemple 1 : 4 jours consécutifs ;
- Exemple 2 : 1 jour + 3 autres jours ;
- Exemple 3 : 2 jours + 2 autres jours ;
- Exemple 4 : 4 jours espacés.

Participation fédérale (15 heures)

Les heures de participation à la vie fédérale doivent être effectuées lors de la saison d'inscription en formation.

Formation en club (30 heures)

Exemples de modèle des 30 heures d'alternance :

- Cours en pleine autonomie sous l'autorité du professeur principal de la structure sur un ou plusieurs publics différents ;
- Bilan ou évaluation formative par le professeur après chaque cours ; - Rédaction du rapport de stage ;
- Exposé et entretien sur le rapport de stage.

N.B : Aucun diplôme ne peut être proposé à validation et décerné au stagiaire tant que tous les temps de formation (12 heures de pré formation, 28 heures de formation en centre, 15 heures de participation fédérale et 30 heures de formation en club) n'ont pas été complètement effectués.

## CONTENU DE LA FORMATION

### BC1 : Enseignement et animation (24 heures)

<b>1A : Concevoir et mettre en œuvre des séances</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître les caractéristiques de base des différents publics selon leur âge : très jeunes enfants (baby), enfants, adolescents, adultes, seniors ;</li> <li>- Connaître la différence entre un objectif (développer une habileté motrice) et les moyens pour l'atteindre (les exercices proposés).</li> </ul>		1h	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître les principes de l'élaboration d'un plan de séance : respect du thème, choix de l'objectif final et des objectifs intermédiaires, enchaînement logique et progressif des différentes phases, consignes techniques et de sécurité, minutage ;</li> <li>- Savoir appliquer ces principes pour créer un plan de séance en se basant sur le modèle de l'activité, les caractéristiques du public, les bases anatomiques et physiologiques.</li> </ul>		2h	
Savoir mettre en œuvre des séances types (selon l'activité enseignée) : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Séance pour des jeunes enfants selon une orientation ludique et éducative ;</li> <li>- Séance pour des adolescents ou des adultes selon une orientation sportive ;</li> <li>- Séance pour des adultes selon la discipline ou le style du stagiaire.</li> </ul>		1h	
<b>Totaux</b>		<b>4h</b>	

<b>1B : Concevoir et mettre en œuvre des exercices</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Savoir se placer, démontrer et donner des consignes à un groupe d'élèves ;</li> <li>- Connaître les rudiments anatomiques et physiologiques permettant d'anticiper les risques de blessure et d'assurer la sécurité des pratiquants ;</li> <li>- Savoir mettre en œuvre un exercice en s'assurant du respect des consignes techniques et de sécurité ;</li> <li>- Savoir évaluer et corriger les élèves de façon globale ou individuelle.</li> </ul>		3h	
<b>Totaux</b>		<b>3h</b>	



<b>1C : Planifier et programmer une saison sportive</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Planifier la saison pour des objectifs sportifs (compétitions) ;</li> <li>- Planifier la saison pour des objectifs de progressions techniques (passages de grades) ;</li> <li>- Procéder à des évaluations aux différents stades de sa programmation ou de sa planification (évaluations initiales, intermédiaires et terminales) et être capable de réajuster son action si nécessaire.</li> </ul>		2h	
<b>Totaux</b>		<b>2h</b>	

<b>1D : Prendre en compte la spécificité de différents publics</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prendre en compte les caractéristiques du public enfants ;</li> <li>- Prendre en compte les caractéristiques du public adolescents ;</li> <li>- Prendre en compte les caractéristiques du public adultes ;</li> </ul>		8h	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prendre en compte les caractéristiques du public seniors (effets du vieillissement) ;</li> <li>- Connaître les différentes motivations des publics : éducation, entretien physique, performance sportive, self-défense, santé ou bien-être, lien social, etc.</li> </ul>			
<b>Totaux</b>		<b>8h</b>	

<b>1E : Prendre en compte la transversalité avec les autres pratiques</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prendre en compte les principes spécifiques aux disciplines associées ;</li> <li>- Identifier les principes communs entre le karaté et les disciplines associées ;</li> <li>- Trouver la complémentarité entre les différentes disciplines.</li> </ul>		4h	
<b>Totaux</b>		<b>4h</b>	

<b>Evaluation du BC1</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
<p><u>Elaboration d'un plan de séance (30 minutes maximum)</u>  Les candidats auront 1 heure maximum pour élaborer un plan de séance de leur choix à partir d'un thème tiré au sort. Tous les candidats rédigent en même temps.  Le plan de séance présenté aura une durée de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 heure pour un public d'enfants</li> <li>- 1h30 pour un public d'adolescents ou d'adultes.</li> </ul> <p><u>Animation de séance (20 minutes maximum)</u>  Les stagiaires sont répartis en groupes homogène. Le stagiaire désigné anime sa séance. Les autres servent de public test (plastron).</p> <p><u>Entretien sur la séance (10 minutes maximum)</u>  Après sa mise en situation pédagogique, le candidat aura un entretien de 10 minutes maximum avec le jury, qui le questionnera sur sa séance et de façon plus large sur ses conceptions pédagogiques.</p> <p><i>Protocole d'évaluation :</i>  <i>Chaque jury est composé de 2 personnes titulaires du CQP ou d'un diplôme plus élevé. La durée maximale consacrée à un candidat est de 1 heures minutes : mise en situation (20 minutes) + Entretien (10 minutes). L'évaluation totale prend environ : 0h30 x 5 candidats = 2h30 environ plus 0h30 d'élaboration d'un plan de séance = 1 heure Si le nombre de candidats est inférieur à 5, le temps résiduel sera mis à profit pour approfondir le retour collectif sur les points clés en pédagogie.</i></p>		3h	
<b>Totaux</b>		<b>3h</b>	

## **BC2 – Environnement associatif et fédéral (15 heures avec l'évaluation)**

<b>2A : Projet personnel d'évolution</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Se situer dans la filière de formation fédérale afin de pouvoir se projeter dans un projet de formation vers les diplômes plus avancés (DIF, CQP).	1h		
<b>Totaux</b>	<b>1h</b>		

<b>2B : Environnement du club</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Connaître les grands principes la loi de 1901 sur la liberté d'association ;	2h		
- Connaître les bases l'organisation et du fonctionnement du club (rôle et mission du président, du bureau, de l'assemblée générale, des enseignants) ;			
- Connaître les partenaires locaux (mairie, communauté de communes).			
- Connaître les grands principes de la gestion comptable ;	1h		
- Connaître les modalités selon lesquelles un enseignant bénévole peut percevoir des remboursements de frais.			
- Connaître le processus de création d'un club et de son affiliation à la FFK ;	2h		
- Connaître les règles d'hygiène, techniques et de sécurité des salles.			
<b>Totaux</b>	<b>5h</b>		

<b>2C : Environnement fédéral</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Connaître la réglementation de la licence FFK et le passeport sportif ; - Connaître les garanties de base d'assurances proposées lors de la prise de licence (responsabilité civile et individuelle accident) ainsi que le défaut d'information ; - Connaître le contrôle médical de l'enseignement et de la pratique.	2h		
- Connaître les bases de l'organisation et du fonctionnement des différentes instances fédérales : comités départementaux, zones interdépartementales, ligues régionales, niveau national ; - Connaître les activités fédérales proposées aux publics enfants, jeunes et adultes.	2h		
- Connaître le règlement des grades dans ses grandes lignes communes à toutes les disciplines FFK ; - Connaître le règlement des grades jusqu'au 1er Dan dans sa discipline.	2h		
<b>Totaux</b>	<b>6h</b>		

<b>Evaluation du BC2 (Evaluation formative en 3 temps)</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
1) QCM d'auto-évaluation portant sur les supports de pré formation remis en amont du début de formation.		0h30	
2) Correction collective et interactive du QCM avec le formateur responsable. Les questions et leurs réponses servent de support à une révision des notions essentielles.		2h	
3) QCM d'évaluation, qui sera corrigé et noté.		0h30	
<b>Totaux</b>		<b>3h</b>	

### **BC3 : Participation à la vie fédérale et citoyenne**

<b>3A : Connaissances générales</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Etre sensibilisé à la lutte contre les incivilités et les discriminations dans le sport (racisme et antisémitisme, comportements sexistes, etc.) et connaître l'observatoire des comportements (créé en 2017) ; - Connaître les risques du dopage sportif et être sensibilisé à la prévention des conduites dopantes ; - Etre sensibilisé à la prise en compte des publics particuliers pour maintenir le lien social.		1h	
<b>Totaux</b>		<b>1h</b>	

<b>3B : Participation à un stage d'arbitrage ou de juge</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
- Participation à un stage d'arbitrage combat ou de juge technique (départemental, régional ou national) ; - Les stagiaires des disciplines associées peuvent choisir entre un stage d'arbitrage ou de juge dans le karaté ou un stage équivalent dans leur discipline.			5h
<b>Totaux</b>			<b>5h</b>

<b>3C : Participation à des évènements fédéraux officiels</b>	<b>TP</b>	<b>FC</b>	<b>PF</b>
<p>Participation à l'environnement de compétitions officielles ou de manifestations fédérales (département, ZID, région ou national).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pour une compétition : aide à la logistique, enregistrement et pesée des compétiteurs, comptabilisation des points des compétiteurs, avancée des poules et tableaux, initiation aux logiciels de gestion des compétitions : Wyniwyg, Artymédia).</li> <li>- Pour un évènement fédéral : aide à la logistique, accueil des participants, enregistrement des stagiaires, aide au déroulement de l'évènement.</li> <li>- Pour une assemblée générale : aide à la logistique, accueil des participants et aide à la bonne tenue de l'assemblée.</li> </ul> <p>Le responsable de formation gère le recueil des disponibilités des stagiaires et leurs inscriptions auprès des organisateurs, puis il valide et signe les attestations remplies par les organisateurs sur la base du formulaire type (téléchargeable sur le site internet fédéral).</p>			10h
<b>Totaux</b>		<b>16h</b>	

## VALIDATION DE LA FORMATION

Le DIF ne peut être obtenu par la VAE.

Le responsable régional de formation doit envoyer son bordereau de résultats au département national de formation à : [formation@ffkarate.fr](mailto:formation@ffkarate.fr) avec les feuilles d'évaluation ainsi qu'un **tableau Excel mis à disposition sur la plateforme de formation. Ce tableau comprendra les informations complètes des candidats afin de procéder à une enquête d'honorabilité.** Le département national de formation établit les diplômes après validation du Président de la FFK et du DTN.

#### **4) LE CERTIFICAT DE BODY KARATE**

Le Certificat de Body Karaté est organisé par la ligue Régionale seule ou en partenariat avec d'autres ligues.

### **III. LES FORMATIONS PROFESSIONNELLES ET D'ETAT**

...../.....

#### **3) LES DIPLOMES DE SECOURISME**

**Depuis le 1<sup>er</sup> août 2007, le diplôme de secourisme de référence est le PSC 1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1).**

Il s'agit du nouveau nom de l'AFPS qui existait depuis 1991.

**Par analogie, tous les diplômes admis en équivalence de l'AFPS le sont pour le PSC 1 :**

- Attestation de Formation aux Premiers Secours ;
- Attestation de Formation aux Gestes et Soins d'Urgences (AFGSU) ;
- Brevet National de Secourisme ;
- Brevet National des Premiers Secours ;
- Certificat de sauveteur-secouriste du travail (recyclage à jour) ;
- Brevet de brancardier secouriste ;
- Premiers secours en équipe de niveau 1 (PSE1) - Brevet de secouriste de la protection civile.

**Attention : l'attestation d'initiation aux alertes et aux premiers secours effectuée lors de l'appel de préparation à la défense ainsi que les diplômes de premiers secours délivrés par les pays étrangers (sauf Monaco) ne sont pas considérés comme équivalents.**

Les personnes titulaires du Brevet Européen des premiers secours doivent faire une demande d'équivalence auprès de la Croix Rouge Française (*Source : circulaire du 15 novembre 2002*).

**Certaines professions dispensent de passer le PSC 1 :**

Par note d'information n° 394/DSC8 du 25 mars 1993, il a été admis que : « la dispense de l'attestation de formations aux premiers secours était accordée aux détenteurs du diplôme d'État dans les disciplines suivantes » :

- Médecine,
- Vétérinaire,
- Chirurgien-dentiste,
- Sage-femme,
- Pharmacie,
- Infirmier (e) diplômé d'État.

**Il est recommandé d'effectuer un recyclage de son diplôme de secourisme tous les 2 ans.**



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**KARATÉ**

39 Rue Barbès 92120 MONTROUGE

**ffkarate.fr**

SAISON **2022-2023**