



## Présentation de la formation – Descriptif Unité de Formation 1

Niveau concerné : **Diplôme d'Assistant Fédéral Européen**

### Avant-propos

La formation FEKAMT est une formation diplômante ouvrant droit à 2 diplômes.

- DAFE : Diplôme d'Assistant Fédéral Européen (pour les participants suivant le 1<sup>er</sup> WE, l'examen de DAFE est intégré au premier module, l'examen est assuré par l'équipe de formation de la FEKAMT dans la mesure où cet examen est intermédiaire)
- DIFE : Diplôme d'Instructeur Fédéral Européen (pour les participants aux 3 WE complets de formation, l'examen de DIFE en revanche nécessite la participation à une session supplémentaire d'une journée devant le jury des experts FEKAMT (Tous ces diplômes sont des diplômes fédéraux, ils sont donc délivrés par la FEKAMT)

### Contenu de la formation

La formation est pluridisciplinaire et relativement dense... Elle alterne des phases théoriques (cours magistraux) et des phases pratiques (ateliers, mise en situation...). L'équipe formatrice assure la plupart des modules mais certains modules sont délivrés par des experts de la FEKAMT, d'une année sur l'autre, le contenu des unités de formation est donc le même mais certains cours ou interventions peuvent parfois être inversés d'une unité de formation à l'autre en fonction de la disponibilité des différents intervenants. Exceptée l'UF1 qui est un socle commun.

La formation en présentiel n'est qu'une partie du processus. Elle se complète par une dose significative d'apprentissage par l'expérience. La formation s'étale sur 3 modules notamment pour permettre à chaque stagiaire de tester entre les modules, les acquis théoriques et pratiques de la formation en présentiel mais dans un environnement réel avec des publics variés de leur propre club d'origine ou de club(s) voisin(s). Les élèves sont invités à préparer des cours ou séquences de cours, à tester auprès de leurs élèves ou auprès de leurs collègues instructeurs des exercices, des séquences, des animations, des explications. A ce titre, un livret de suivi est remis à l'élève, il doit à minima faire remplir une quinzaine de cours ou séquences sous la responsabilité d'un professeur expérimenté (son tuteur).

La formation se veut donc triple, elle transmet des savoirs (base théorique par l'enseignement), des savoirs-faire (par les ateliers en présentiel et sous contrôle et animation de la comform) et des savoirs-être (par l'expérimentation dans les clubs)

### Contenu détaillé de l'UF 1 : 3 jours

#### • **Module 1 - L'instructeur et la fédération (45 min)**

Ce module définit ce qu'est un instructeur d'arts martiaux aujourd'hui. Ceci permet tout en introduisant l'ensemble des enjeux d'expliquer le contenu de la formation et le pourquoi des différents modules. Il permet également de resituer le contexte particulier de la FEKAMT, de la spécificité tant de notre fédération, que de la formation et de l'état d'esprit qui est porté au sein de la COMFORM.

#### • **Module 2 - L'instructeur et le club (45 min)**

Sans rentrer dans les détails complexes de la gestion associative, il en rappelle les bases et les fondements juridiques mais aussi pratiques pour que le futur instructeur puisse mesurer les interactions auxquelles il sera confronté. Chaque cas étant différent, il s'agit ici de faire prendre conscience que l'ensemble des éléments de fonctionnement d'un club peuvent interagir avec le travail du professeur sur le tapis : de la gestion de stock de matériel aux licences en passant par les assurances, les obligations d'affichage, le règlement intérieur ou la communication via le site WEB...

#### • **Module 3 - Culture & Tradition (45 min)**

Ce module vise à présenter la démarche culturelle portée par la FEKAMT que ce soit dans les aspects historiques, traditionnels mais aussi introspectifs, philosophiques ou éthiques. La présentation des grands principes de la FEKAMT tel que le SHIN – GI – TAI, le SHU – HA – RI, les notions de transmission, d'ouverture et de partage des connaissances au-delà des disciplines ou des traditions martiales.

#### • **Module 4 - Communication (2h00)**

Sous la forme de plusieurs ateliers pratiques prenant la forme de jeux d'équipe ou de jeux de rôle, les stagiaires peuvent appréhender, de manière décorrélée des arts martiaux (le contenu) à quel point le contenant (la communication) peut permettre (ou pas :-)) de faire passer un message. Notions d'émetteurs, de récepteurs, de canal de communication, de feed-back, de contrôle, d'évaluations... Derrière chaque situation un débriefing permet de fixer les notions clés puis de voir comment elles se traduiront dans le cas de l'enseignant souhaitant transmettre un message !



- **Module 5 – Physiologie (2 x 1h)**

Après une présentation globale des grandes fonctions du corps humain, le système cardiovasculaire et ses conséquences sur l'entraînement sont abordés puis l'étude de l'appareil neuromusculaire et des filières énergétiques en lien avec la typologie des exercices que l'on peut proposer dans les entraînements enfin des notions essentielles sur les fonctions cognitives, la récupération, l'échauffement ou les étirements seront abordés.

- **Module 6 - Anatomie (2 x 1h)**

La 1ère partie posera les bases et les concepts de la biomécanique : Les plans & les axes biomécaniques, les segments corporels, les types d'articulations, les mouvements articulaires. Une fois ce référentiel construit, la 2ème partie abordera spécifiquement le système nerveux central et l'étude des tendons, des muscles, du rachis, et des mouvements de chaque articulation. Encore une fois, cette présentation fera systématiquement le lien entre les aspects théoriques indispensables à la bonne compréhension et des exemples très concrets et pragmatiques issus d'exercices physiques ou techniques directement tirés des DOJO !

- **Ateliers pédagogiques (le reste du temps soit environ 13h réparties sur tout le WE par session de 1h30 à 2h00)**

Diverses mises en situation : avec ou sans préparation, préparations collectives ou individuelles... Débriefing systématique des intervenants mais aussi des élèves entre eux. Les formateurs veillent à un esprit constructif et ouvert ! On se pose beaucoup de questions. On apprend de ses propres erreurs et aussi des erreurs des autres mais aussi par la valorisation des bonnes pratiques et des exemples apportés par les participants... Le plus souvent réparti en 3 groupes : l'ensemble des stagiaires passent devant les 3 formateurs ce qui permet de multiplier les avis, les interrogations et les perceptions.

L'état d'esprit, régnant lors de ces échanges entre les candidats et les formateurs, est articulé selon les principes suivants: Travail, écoute, bienveillance et convivialité.

**Les principaux thèmes abordés pour l'UF1 sont :**

- La communication (mise en pratique des concepts abordés)
- Le placement, la gestion de l'espace
- La sécurité des pratiquants
- La construction d'un échauffement.

**Et en fonction des saisons et des groupes :**

- L'animation, le rythme d'une séance...
- La décomposition analytique d'une technique.

**L'objectif reste celui des DAFE :**

- Conduire un échauffement.
- Enseigner une technique simple.

**Evaluation formative :**

Tout au long du cursus de formation des évaluations sont réalisées selon différentes méthodes:

- Contrôle de connaissances tests QCM.....
- Rédaction d'un texte de présentation de sa discipline avec ses propres objectifs, sa vision de la discipline et de sa pratique à long terme.
- Contrôle du comportement et implication lors des séquences pédagogiques en atelier.
- Préparation des plan de cours
- Feed back tout au long des modules développés.

**Evaluation diplômante :**

L'après midi du 3e jour est consacrée à l'examen du diplôme d'assistant (DAFE) pour les participants ne souhaitant pas pour le moment suivre le cursus instructeur ou n'ayant pas atteint le niveau technique requis.

Examinateur : 2 formateurs de la COMFORM

Les participants DIFE quant à eux continuent leur apprentissage avec 1 formateur de la COMFORM

Suivez les actions de formation sur :

[www.fekamt.com](http://www.fekamt.com) (onglet la fédération/commission formation ou Formation/stage) Facebook : FEKAMT "officiel"



## Présentation de la formation – Description Unité de Formation 2

Niveau concerné : **Diplôme d'Instructeur Fédéral Européen**

### Avant-propos

La formation FEKAMT est une formation diplômante ouvrant droit à 2 diplômes.

- DAFE : Diplôme d'Assistant Fédéral Européen (pour les participants suivant le 1<sup>er</sup> WE, l'examen de DAFE est intégré au premier module, l'examen est assurée par l'équipe de formation de la FEKAMT dans la mesure où cet examen est intermédiaire)
- DIFE : Diplôme d'Instructeur Fédéral Européen (pour les participants aux 3 WE complets de formation, l'examen de DIFE en revanche nécessite la participation à une session supplémentaire d'une journée devant le jury des experts FEKAMT (Tous ces diplômes sont des diplômes fédéraux, ils sont donc délivrés par la FEKAMT)

### Contenu de la formation

La formation est pluridisciplinaire et relativement dense... Elle alterne des phases théoriques (cours magistraux) et des phases pratiques (ateliers, mise en situation...). L'équipe formatrice assure la plupart des modules mais certains modules sont délivrés par des experts de la FEKAMT, d'une année sur l'autre, le contenu des unités de formation est donc le même mais certains cours ou interventions peuvent parfois être inversés d'une unité de formation à l'autre en fonction de la disponibilité des différents intervenants.

La formation en présentiel n'est qu'une partie du processus. Elle se complète par une dose significative d'apprentissage par l'expérience. La formation s'étale sur 3 modules notamment pour permettre à chaque stagiaire de tester entre les modules, les acquis théoriques et pratiques de la formation en présentiel mais dans un environnement réel avec des publics variés de leur propre club d'origine ou de club(s) voisin(s). Les élèves sont invités à préparer des cours ou séquences de cours, à tester auprès de leurs élèves ou auprès de leurs collègues instructeurs des exercices, des séquences, des animations, des explications. A ce titre, un livret de suivi est remis à l'élève, il doit à minima faire remplir une quinzaine de cours ou séquences sous la responsabilité d'un professeur expérimenté (son tuteur).

La formation se veut donc triple, elle transmet des savoirs (base théorique par l'enseignement), des savoirs-faire (par les ateliers en présentiel et sous contrôle et animation de la comform) et des savoirs-être (par l'expérimentation dans les clubs)

### Contenu détaillé de l'UF 2 : 2 jours

- **Module 1 – La tradition et la modernité, la self-défense et l'efficacité, le bien-être et la santé (1h30)**  
Auparavant enseigné sous forme magistral, ce module a évolué pour prendre la forme d'un atelier participatif et philosophique : les élèves sont poussés à se réinterroger
  - Sur ce qu'est réellement un art traditionnel au-delà d'un label que l'on appose, ce que cela implique en termes d'histoire, de filiation, de connaissances culturelles,...
  - Sur ce que veut dire l'efficacité, par rapport à quels critères et dans quels objectifs, les notions de self-defense, de légitime défense, de préservation sur long terme comme sur le court terme sont également abordées à cette occasion
  - Sur le positionnement qu'ils veulent choisir d'avoir, et sur les nécessaires savoir-être que se doit de porter le professeur, le mot d'ordre étant « être au clair avec soi-même puis être au clair avec son élève ». Clair sur le propos, clair sur la démarche et d'évacuer toute forme d'ambiguïté tant sur les méthodes que sur les objectifs poursuivis.
- **Module 2 – Le développement neuromoteur de l'enfant (1h30)**  
Auparavant enseigné sous forme magistral, ce module a évolué pour prendre la forme d'un atelier participatif et pratique : Au travers d'une présentation général du développement de l'enfant pendant les différentes phases de croissance, ce module aborde les grandes lois de développement de l'enfant en mettant en exergue les différences fondamentales avec un adulte, les difficultés que peut rencontrer l'enseignant et les moyens possibles d'y remédier, ainsi que les points de vigilance à avoir vis à vis des différentes tranches d'âge.



- **Module 3 – Intervention spécialisée du Dr. HUBERT TISAL (3 heures)**

Le Dr Hubert TISAL est médecin du sports et expert dans les sports de combat, ancien médecin des équipes de France dans plusieurs disciplines, auteur d'ouvrages de référence... Le titre de la conférence change d'une année sur l'autre (ce qui permet à des stagiaires de revenir plusieurs fois) - l'axe d'approche est donc différent chaque année et une large interaction avec les stagiaires peut faire varier le contenu mais les thèmes généralement parcourus au fil de la présentation sont :

- Échauffement, adaptation à l'effort...
- Étirements, assouplissements, hygiènes posturales...
- Les articulations
- Traumatologie des arts martiaux...
- Système cardiovasculaire
- Effet du vieillissement
- Pratiquer sur le long terme et pratique sportive intense

L'intervention d'Hubert TISAL est toujours accompagnée d'une intervention générale du président, le docteur Gérard GARSON, qui prend plaisir à venir rencontrer chaque nouvelle promotion, et leur présenter, leur réaffirmer les valeurs de la FEKAMT et la place particulière qu'occupe la formation des DAFE/DIFE pour la fédération, l'importance des enjeux que doivent porter les futurs instructeurs. Un temps de parole privilégié et d'échange notamment lors du repas permet de répondre aux interrogations sur le fonctionnement, les objectifs et l'esprit de notre fédération avec son plus haut représentant.

- **Ateliers pédagogiques (le reste du temps soit environ 8h réparties sur tout le WE par session de 1h30 à 2h00)**

Diverses mises en situation : avec ou sans préparation, préparations collectives ou individuelles... Débriefing systématique des intervenants mais aussi des élèves entre eux. Les formateurs veillent à un esprit constructif et ouvert ! On se pose beaucoup de questions. On apprend de ses propres erreurs et aussi des erreurs des autres mais aussi par la valorisation des bonnes pratiques et des exemples apportés par les participants... Le plus souvent réparti en 3 groupes : l'ensemble des stagiaires passent devant les 3 formateurs ce qui permet de multiplier les avis, les interrogations et les perceptions.

L'état d'esprit, régnant lors de ces échanges entre les candidats et les formateurs, est articulé selon les principes suivants: Travail, écoute, bienveillance et convivialité.

**Les principaux thèmes abordés pour l'UF2 sont :**

- La notion de principe pour l'apprentissage d'une technique
- La décomposition analytique d'une technique.
- La gestion du temps.
- La gestion du rythme.
- La construction d'une séance complète.
- Accessoiriser, imager pour transmettre un principe.

**Evaluation formative :**

Tout au long du cursus de formation des évaluations sont réalisées selon différentes méthodes:

- Contrôle de connaissances tests QCM.....
- Rédaction d'un texte de présentation de sa discipline avec ses propres objectifs, sa vision de la discipline et de sa pratique à long terme.
- Contrôle du comportement et implication lors des séquences pédagogiques en atelier.
- Préparation des plan de cours.
- Feed back tout au long des modules développés.

Suivez les actions de formation sur :

[www.fekamt.com](http://www.fekamt.com) (onglet la fédération/commission formation ou Formation/stage) Facebook : FEKAMT "officiel"



## Présentation de la formation - Description du module 3

Niveau concerné : **Diplôme d'Instructeur Fédéral Européen**

### Avant-propos

La formation FEKAMT est une formation diplômante ouvrant droit à 2 diplômes.

- DAFE : Diplôme d'Assistant Fédéral Européen (pour les participants suivant le 1<sup>er</sup> WE, l'examen de DAFE est intégré au premier module, l'examen est assurée par l'équipe de formation de la FEKAMT dans la mesure où cet examen est intermédiaire)
  - DIFE : Diplôme d'Instructeur Fédéral Européen (pour les participants aux 3 WE complets de formation, l'examen de DIFE en revanche nécessite la participation à une session supplémentaire d'une journée devant le jury des experts FEKAMT (to
- Ces diplômes sont des diplômes fédéraux, ils sont donc délivrés par la FEKAMT

### Contenu de la formation

La formation est pluridisciplinaire et relativement dense... Elle alterne des phases théoriques (cours magistraux) et des phases pratiques (ateliers, mise en situation...). L'équipe formatrice assure la plupart des modules mais certains modules sont délivrés par des experts de la FEKAMT, d'une année sur l'autre, le contenu des unités de formation est donc le même mais certains cours ou interventions peuvent parfois être inversés d'une unité de formation à l'autre en fonction de la disponibilité des différents intervenants.

La formation en présentiel n'est qu'une partie du processus. Elle se complète par une dose significative d'apprentissage par l'expérience. La formation s'étale sur 3 modules notamment pour permettre à chaque stagiaire de tester entre les modules, les acquis théoriques et pratiques de la formation en présentiel mais dans un environnement réel avec des publics variés de leur propre club d'origine ou de club(s) voisin(s). Les élèves sont invités à préparer des cours ou séquences de cours, à tester auprès de leurs élèves ou auprès de leurs collègues instructeurs des exercices, des séquences, des animations, des explications. A ce titre, un livret de suivi est remis à l'élève, il doit à minima faire remplir une quinzaine de cours ou séquence sous la responsabilité d'un professeur expérimenté (son tuteur).

La formation se veut donc triple, elle transmet des savoirs (base théorique par l'enseignement), des savoirs-faire (par les ateliers en présentiel et sous contrôle et animation de la comform) et des savoirs-être (par l'expérimentation dans les clubs)

### Contenu détaillé de l'UF 3 : 2 jours

#### • **Module 1 – Le handicap (1h00)**

Ce module est un atelier d'intégration de la notion de handicap. En amenant les élèves à réfléchir sur la définition de ce qu'est un handicap (et de sa réalité dépendant fortement du contexte dans lequel nous nous trouvons), les participants abordent les différentes questions juridiques mais aussi et surtout les grandes lignes directrices d'une pédagogie qui se trouve être la même quel que soit le public : nous avons tous des limitations intrinsèques (logique de compensation : comment faire autrement en conservant l'essence d'un geste), nous avons tous des marges de progressions (logique de compensation (comment récupérer au maximum pour m'approcher de l'essence d'un geste)... seul le degré d'adaptation reste différent. Ce module est donc une porte d'entrée qui donne les clefs de compréhensions pour ceux qui souhaiteraient se tourner vers des cours spécialisées ou qui doivent se former pour intégrer un élève porteur d'un handicap spécifique.

#### • **Module 2–Intervention spécialisée de Xavier PLASSARD (2h00)**

Xavier PLASSARD intervient pour la COMFORM à 4 titres :

- Associatif : C'est le trésorier de la FEKAMT
- Citoyen : C'est un élu local intégré dans la gestion de sa ville au contrôle des finances publiques
- Professionnel : c'est un cadre des services fiscaux et du trésor public
- Martial : C'est un pratiquant 5<sup>ème</sup> Dan FEKAMT et enseignant de TAI JITSU DO

Par ces multiples casquettes, il présente de manière vivante et illustrée en permanence de cas concrets, vu sous les différents angles : les différents aspects légaux, fiscaux, règlementaires de l'embauche, du défraiement, des divers dédommagements, des obligations déclaratives et du salariat pour l'instructeur mais aussi pour le bureau (note de frais, remboursements, budgets et subventions, etc...)



- **Module 3– Intervention technique d'un expert fédéral (2h00)**

Pratiquant de haut grade qui de part son expérience et son rayonnement en tant qu'enseignant expérimenté et diplômé s'attachera à démontrer un cours ou quelques techniques mettant en avant ses choix pédagogiques. Justifiant également sa démarche auprès des candidats afin de leur faire partager, mais sans l'imposer, son expérience sur la conception et le déroulement d'une séquence d'arts martiaux traditionnels.

- **Ateliers pédagogiques (le reste du temps soit environ 9 h réparties sur tout le WE par session de 1h30 à 2h00)**

Diverses mises en situation : avec ou sans préparation, préparations collectives ou individuelles... Débriefing systématique des intervenants mais aussi des élèves entre eux. Les formateurs veillent à un esprit constructif et ouvert ! On se pose beaucoup de questions. On apprend de ses propres erreurs et aussi des erreurs des autres mais aussi par la valorisation des bonnes pratiques et des exemples apportés par les participants... Le plus souvent réparti en 3 groupes : l'ensemble des stagiaires passent devant les 3 formateurs ce qui permet de multiplier les avis, les interrogations et les perceptions.

L'état d'esprit, régnant lors de ces échanges entre les candidats et les formateurs, est articulé selon les principes suivants: Travail, écoute, bienveillance et convivialité.

#### **Les principaux thèmes abordés pour l'UF3 :**

- L'enseignement aux enfants
- L'enseignement aux avancés
- L'utilisation d'un ou plusieurs assistants
- La gestion des groupes et du nombre impair d'élèves.
- L'adaptation aux différents publics (langage, rythme, contenu technique)

#### **Evaluation formative :**

Tout au long du cursus de formation des évaluations sont réalisées selon différentes méthodes:

- Contrôle de connaissances tests QCM.....
- Rédaction d'un texte de présentation de sa discipline avec ses propres objectifs, sa vision de la discipline et de sa pratique à long terme.
- Contrôle du comportement et implication lors des séquences pédagogiques en atelier.
- Préparation des plan de cours
- Feed back tout au long des modules développés.

Suivez les actions de formation sur :

[www.fekamt.com](http://www.fekamt.com) (onglet la fédération/commission formation ou Formation/stage) Facebook : FEKAMT "officiel"