

# RÉPARTITION DES CONTENUS DE FORMATION – ASSISTANT, ANIMATEUR, INSTRUCTEUR & PROFESSEUR

Les contenus ne seront pas tous épuisés à l'issue des cinq stages mais seulement les contenus incontournables (en rouge).  
En fonction du vécu des arrivages des candidats les impasses de contenus seront abordées à partir du stage 6 cela jusqu'à épuisement.

	<b>INSTRUCTEUR :</b>	<b>STAGE 1</b> (INITIATEUR – PREPA. DE L'A.A.F.)	<b>STAGE 2</b> (ASSISTANT – PREPA. DU D.A.F.)	<b>STAGE 3</b> (EXAMEN DU D.A.F.)	<b>STAGE 4</b> (INSTRUCTEUR – PREPA. DU D.I.F.)	<b>STAGE 5 et 6</b> (EXAMEN DU D.I.F.)
UF. 1, 2, 3, 4	1-SÉCURITÉ 2-CARACTÉRISTIQUES DES PRATIQUANTS 3-CONNAISSANCES GÉNÉRALES 4-FONCTIONNEMENT / GESTION	-PUBLICS & PROJET -PHYSIO. DE L'EFFORT (1 <sup>ère</sup> partie) -ANATOMIE (1 <sup>ère</sup> partie) & ÉTIRES- MENTS -STRUCTURES SPORTIVES	-PHYSIO. DE L'EFFORT (2 <sup>ème</sup> partie) -ANATOMIE (2 <sup>ème</sup> partie) -RENFORCEMENT MUSCU. -SECURITÉ (2 <sup>ème</sup> partie)	-PERFORMANCE (COMPOSANTES, DEVELOPPEMENT) -ENTRAÎNEMENT & PLANIFICATION	-TESTS D'ÉVALUATION PHYSIQUE	ALIMENTATION & HYDRATATION
UF.5, 6, 7	5-PROJET D'ANIMATION 6-LIVRET DE FORMATION 7-CONDUIRE UNE ACTION DE FORMATION.	-DESCRIPTIF DES COMPETENCES DU MONITEUR -GESTION DE L'ACTIVITÉ (ORGANISATION PÉDA. & SÉCURITÉ (1 <sup>ère</sup> partie) -ECHAUFFEMENT -APPRENTISSAGE	-LIVRET DE STAGE -OBJECTIFS -TERMINOLOGIE DE L'ESGT. -TYPES DE TÂCHES -CAHIER DE PRÉPARATION -COMPETENCES DE L'ENSEIGNANT	-CONDUIRE UNE ACTION -COMMUNIQUER -MÉTHODES D'ENSEIG. -TYPES DE SÉANCE -CONCEVOIR UNE SEANCE	-SITUATIONS D'OPPOSITION -STYLE D'ENSEIGNEMENT -STRATÉGIES PÉDA -ENSEIGNER AUX JEUNES CONTENU DE FORMATION	-ÉVALUATION DES PRATIQUANTS & REGULER
UF.8	8-MÂÎTRISER OUTILS & TECHNIQUES	-ANALYSE DE LA SPÉCIALITÉ -BASES BIO-MÉCANIQUES DE LA SPÉCIALITÉ	-OBSERVATION DE L'OPPOSITION	TESTS TACTICO-TECHNIQUES		-CIRCUITS ET ENGIN D'ENTRAÎNEMENT
	<b>THÈMES GESTUELS &amp; TECHNICO-TACTQUES (DAF, DIF + DPF)</b>	-TERMINOLOGIE DE LA SPECIALITE -ORGANISATION CORPORELLE DU COMBATTANT/ARTISTE MARTIAL	-ATTAQUER -DÉFENDRE & RIPOSTER -COMBINAISONS OFFENSIVES -PRINCIPES D'ACTION	-PRINCIPES DE COMBAT -S'ADAPTER	-EXPLOITER / ANTICIPER (ATT. DANS L'ATT.) -STRATEGIE -PLAN TACTIQUE	-MANŒVREREN ATTAQUE & EN ATTENTISTE (INTENTIONNALITÉ) -CORPS-A-CORPS
UF.9	9-CONNAISSANCES RÉGLEMENTAIRES					
		<b>STAGE 1 et 2</b>	<b>STAGE 3</b> (EXAMEN DU D.A.F.)	<b>STAGE 4, 5 et 6</b> (EXAMEN DU D.I.F.)	<b>STAGE 7 et 8</b>	<b>STAGE 9</b> (EXAMEN DU D.P.F.)
UF.10	<b>INSTRUCTEUR :</b> 10-PROGRAMME DE PRÉPA. PHYSIQUE	<b>CHOIX DE CONTENUS :</b> - CONCEVOIR UN PROGRAMME DE PÉRIODE POUR UN GROUPE DE COMPÉTITEURS	- CONCEVOIR UNE PLANIFICATION DE PÉRIODE POUR UN GROUPE DE COMPÉTITEURS	-CONCEVOIR UN PROGRAMME ET UNE PLANIFICATION POUR UNE INDIVIDUALITÉ		
UF.10'	<b>INSTRUCTEUR :</b> PROGRAMME POUR PUBLICS SPÉCIFIQUES 10'-PROGRAMME EN MILIEU OU PUBLIC PARTICULIER	-ANIMER UN COURS POUR DES JEUNES	-ENTRAÎNER DES JEUNES COMPÉTITEURS	-ENTRAÎNEMENT D'ATHLÈTES À OBJECTIFS DISTINCTS	-ENTRAÎNER DES PUBLICS SPÉCIFIQUES : FEMMES ADULTES, SENIORS	
PRÉPARER	TRAVAIL À PRÉPARER À LA MAISON POUR LE SAMEDI SOIR ET DIMANCHE MATIN	<b>SUR LE THÈME TECHNIQUE :</b> -TÂCHES D'ÉCHAUFFEMENT -TÂCHE D'APPRENTISSAGE	Idem stage 1	<b>SUR LE THÈME TECHNIQUE :</b> ADÉQUATION ECHAUFFEMENT & THÈME D'APPRENTISSAGE -PLAN SE SÉANCE COLLECTIVE + PROGRAMME DE PÉRIODE	Idem stage 3	Idem stage 3
ENSEIGNER	<b>SAMEDI MATIN :</b> ÉLABORATION PAR BINÔME	<b>MINIMISER LE RISQUE :</b> -PRÉSENTER UNE SITUATION À RISQUE ET GÉRER LA MISE EN SÉCURITÉ	Idem stage 1	<b>PROPOSER UN TRAVAIL QUI AIT DU SENS :</b> -PRÉSENTER UNE SITUATION QUI INDUIT UNE TRANSFORMATION DES COMPORTEMENTS	Idem stage 3	Idem stage 3
CONCVOIR	<b>SAMEDI SOIR :</b> ÉLABORATION PAR PETIT GROUPE	<b>CHOIX DE CONTENUS :</b> -CONCEVOIR UN PROGRAMME DE CYCLE D'APPRENTISSAGE POUR UN COURS COLLECTIF (DÉBUTANT- DÉBROUILLÉS)	Idem stage 1	<b>CHOIX DE CONTENUS :</b> -CONCEVOIR UN PROGRAMME ANNUEL D'APPRENTISSAGE POUR UN COURS COLLECTIF	<b>CHOIX DE CONTENUS :</b> -CONCEVOIR UN PROGRAMME ANNUEL POUR UN GROUPE DE COMPÉTITEURS	<b>PLANIF. DE CONTENUS :</b> -CONCEVOIR UN PROGRAMME POUR UNE INDIVIDUALITÉ