



LIGUE DE JUDO
Bourgogne-Franche-Comté

FORMATION CONTINUE DES ENSEIGNANTS

PERFECTIONNEMENT TAÏSO

**nos
INTERVENANTS**

Sessions de formations ouvertes aux enseignants titulaires d'une qualification bénévole ou professionnelle.

INFORMATIONS DU STAGE

Dates : 6 et 7 janvier 2024

Lieu: Rue de la Reine de Sicile, 89144 LIGNY LE CHATEL

Horaires : Matin: 8h30 - 12h30
Après-midi: 14h00 - 18h00

Durée de la formation : 16 heures

Intitulé de la formation : Plateforme de perfectionnement Taïso

Inscriptions extranet : date limite le **3 janvier 2024**

Frais pédagogiques :
480€ net de taxe

Financement AFDAS possible pour les enseignants salariés - Se rapprocher du secrétariat pour toute demande de devis ou autres documents administratifs



DENIS PERREAU
7ème dan
Formateur Régional



ALICE BALLAUD
5ème dan
Formatrice Régionale

Lien inscription extranet : <https://moncompte.ffjudo.com/>



LIGUE DE JUDO
Bourgogne-Franche-Comté

FORMATION CONTINUE DES ENSEIGNANTS

PERFECTIONNEMENT TAÏSO



PROGRAMME

Objectifs de formation :

- Renforcer ses compétences techniques et pédagogiques dans le domaine du Taïso.
- Enrichir ses connaissances visant l'amélioration de capacités physiques, relationnelles et sur la prévention de la chute

Moyens et méthodes pédagogiques :

- Utilisation d'outils pédagogiques appropriés.
- Mises en pratique appuyées par des retours d'expériences vécues.
- Certificat de réalisation pour les enseignants salariés avec un financement OPCO.

Contenus :

- Être capable de construire une progression technique et pédagogique à vocation Taïso, auprès de tout public ne présentant pas de contre-indication à la pratique sportive.
- Être capable de mesurer les capacités physiques du pratiquant et de proposer un contenu adapté et progressif.
- Avoir les compétences relationnelles pour accueillir tous types de publics.
- Être capable de pérenniser et de développer un créneau Taïso dans sa structure.



PROGRAMME PREVISIONNEL

DATES et HORAIRES	CONTENUS PEDAGOGIQUES	INTERVENANTS
SAMEDI 6 JANVIER 2024		
9h00 - 9h30	Ouverture et accueil des stagiaires Positionnement	Denis PERREAU
9h30 - 11h30	Apports d'éléments sur le Taiso et de ses différents axes (bien être, santé, training) Exercices pratiques et évaluation du niveau	Denis PERREAU
11h30 - 12h30	Les publics en lien avec les différentes formes de pratique	Denis PERREAU
Pause repas		
14h - 16h	Savoir animer une séance et proposer une progression pédagogique différenciée Thèmes sur le renforcement musculaire et souplesse	Denis PERREAU
16h15 - 17h30	Développement du club :Place du taiso dans le cadre du sport santé , avec apports de connaissances théoriques et institutionnelles	Denis PERREAU
17h30 - 18h00	Echanges sur les séances de la journée avec les Formateurs - et projection sur des mises en situation pratique dans les clubs avec les licenciés	Denis PERREAU
DIMANCHE 7 JANVIER 2024		
8h30 - 10h30	Equilibration, Coordination Pédagogie autour de la prévention de la chute Mises en situation des stagiaires	Alice BALLAUD
10h30 - 12h30	Séance pédagogique : mises en situation des stagiaires avec public Savoir animer une séance selon le public et proposer une approche pédagogique différenciée.	Alice BALLAUD
Pause repas		
14h - 16h	Retour des mises en situations Savoir animer une séance et proposer une progression pédagogique différenciée sur une dominante cardio et relaxation	Alice BALLAUD
16h - 17h30	Partage d'expérience autour des différentes formes d'animation	Alice BALLAUD
17h30 - 18h00	Bilan avec remise d'attestations Clôture de la formation	Alice BALLAUD