

# K CALENDRIER DE FORMATION

Consultez le calendrier de l'école régionale de formation sur le site Internet de votre ligue

## Et après ?

En s'inscrivant à la formation CQP, le titulaire du DIF est allégé de 115h sur les 165. Il ne payera que 550 € au lieu des 1200 € pour la formation complète.

# K CONTACTS ET RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

L'école Régionale de Formation de votre ligue

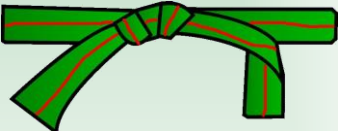
[www.ffkarate.fr](http://www.ffkarate.fr)

Rubrique formation



*Enseignez le karaté ou  
une discipline associée*

DIPLOME  
D'INSTRUCTEUR  
FEDERAL



*Le diplôme historique :*

- *je souhaite posséder le diplôme fédéral le plus élevé*
- *j'ai l'intention de m'inscrire dans un processus de certifications professionnelles*



# LA FORMATION **D**IPLOME D'**I**NSTRUCTEUR **F**EDERAL

**Durée totale de la formation : 94 heures**

**Coût : 250 €**

**Public ciblé : 18 ans ceinture noire**

**Lieu : dans votre ligue**

**Objectif :** Le DIF permet d'enseigner bénévolement pour une durée illimitée et en pleine autonomie dans tout club affilié à la FFKDA. La formation dispensée en école régionale de formation permet d'obtenir un allègement de formation sur le CQP.

## CONTENU DE LA FORMATION

**DUREE TOTALE : 94 HEURES**

### UF 1 – PEDAGOGIE

40 heures

- Pédagogie élémentaire ;
- Pédagogie avancée ;
- Planification d'une saison sportive ;
- Organisation et animation de cours pour différents publics ;
- Evaluation et adaptation de sa propre activité pédagogique.

### UF 2 – ENVIRONNEMENT REGLEMENTAIRE, INSTITUTIONNEL, FEDERAL - COMMUNICATION

20 heures

- Connaissances élémentaires :
  - Environnement institutionnel ;
  - Environnement fédéral.
- Connaissances approfondies
  - créer et de gérer un club ;
  - faire fonctionner un club sous l'égide de la FFKDA ;
  - situer chaque diplôme dans la filière de formation.
- Communication :
  - d'animer une réunion ;
  - maîtriser les outils de communication (écrit, oral, web...) ;
  - communiquer avec les instances publiques, les adhérents, les médias, les partenaires.



### UF 3 – ANATOMIE – PHYSIOLOGIE – BIOMECHANIQUE

10 heures

Encadrer en toute sécurité pour le pratiquant, un échauffement, une séance, un cycle, en se référant à des connaissances relatives à :

#### *l'appareil locomoteur :*

- système ostéo-articulaire ;
- système musculaire ;
- système nerveux.

#### *la physiologie de l'effort et de la récupération :*

- système cardio-respiratoire ;
- filières énergétiques ;
- connaissances nutritionnelles de base.

### PARTICIPATION AUX ACTIVITES FEDERALES

24 heures

Dans le cadre de sa formation, le candidat participera :

- à 3 manifestations ou compétitions sportives (enfants ou adultes, combat ou kata dans l'encadrement, l'organisation ou l'arbitrage) organisées au niveau départemental, ligue, interrégional ;
- à 2 stages, d'experts fédéraux hauts gradés ou référents d'une discipline associée, organisés par la ligue ou la fédération.

## Enseignement bénévole

### AFA

#### Attestation Fédérale d'Assistant

L'AFA est une attestation confirmant que son titulaire a bien suivi une journée de formation le préparant à être l'assistant bénévole du professeur du club. Elle valorise l'aptitude à l'encadrement et sensibilise aux formations proposées au sein de l'école régionale de formation.

### DAF

#### Diplôme d'Animateur Fédéral

Le DAF est un diplôme qui permet l'animation de façon strictement bénévole en pleine autonomie. Son titulaire peut ouvrir des clubs au sein de la FFKDA.

### DIF

#### Diplôme d'Instructeur Fédéral

Le DIF permet d'enseigner bénévolement pour une durée illimitée et en pleine autonomie dans tout club affilié à la FFKDA. La formation dispensée en école régionale de formation permet d'obtenir un allègement de formation sur le CQP.

## Activité accessoire rémunérée

### CQP

#### Certificat de Qualification Professionnelle de karaté et disciplines associées

Le CQP permet l'enseignement du karaté et des disciplines associées :  
- en autonomie  
- contre une rémunération correspondant au groupe 4 de la CCNS les 300 premières heures, majorée de 25 % au-delà de 300 heures par an.

## Activité professionnelle

### DEJEPS

#### Diplôme d'Etat de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport

Le DEJEPS est un diplôme de niveau III qui permet l'enseignement et l'entraînement du karaté et des disciplines associées contre rémunération. Ce diplôme atteste la capacité à concevoir, coordonner et mettre en oeuvre des programmes de perfectionnement, conduire des démarches d'entraînement et de formation.

### DESJEPS

#### Diplôme d'Etat Supérieur de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport

Le DESJEPS est un diplôme de niveau II qui permet l'enseignement et l'entraînement du karaté et des disciplines associées contre rémunération. C'est le diplôme le plus élevé du secteur professionnel du karaté et des disciplines associées. Il correspond à un niveau d'expertise. Les titulaires du DESJEPS seront des entraîneurs de haut niveau.