

## KATA : Pratique et compréhension du kata pour mieux l'enseigner

*Perfectionner sa pratique du kata, le comprendre pour mieux l'enseigner aux jeunes.  
Public 11-15 ans.*

<b>Dates et lieux</b>
• du 26 au 29 avril Crozon (Bretagne)
<b>Durée</b>
4 jours
<b>Volume horaire</b>
23 heures
<b>Nombre de participants</b>
20 stagiaires
<b>Coût pédagogique</b>
460€
<b>Frais annexes</b>
Hébergement : 35€ par jour Restauration : 30€ par jour
<b>Conditions d'inscriptions</b>
Fiche de candidature disponible sur le site de la FFJDA : <a href="http://www.ffjudo.com/stages-formation">http://www.ffjudo.com/stages-formation</a>
<b>Contact</b>
<a href="mailto:formation@ffjudo.com">formation@ffjudo.com</a>

### ❖ Public visé :

- Stage accessible à tous les enseignants titulaires du CFEB, CQP, BPJEPS, DEJEPS (BEES) ou DESJEPS en exercice dans une association affiliée à la FFJDA.
- Ce stage s'adresse aux enseignants souhaitant se perfectionner dans la **pratique du kata**, et désireux de trouver des ressources pour fidéliser et faire progresser collectivement et individuellement la population **des pré-adolescents, Benjamins/Minimes**.

### ❖ Formateurs :

- Membres de l'Encadrement Technique National experts dans le domaine des katas.

### ❖ Objectifs :

- Enrichir et approfondir les contenus et les procédures d'apprentissage activées par les enseignants pendant leur exercice professionnel, dans les différentes facettes de l'activité et plus spécifiquement en Kata.
- Développer les compétences des enseignants sur le plan théorique, technique et pédagogique en judo en lien avec la Progression Française.
- Prendre en compte les différentes problématiques liées à la catégorie des Benjamins/Minimes dans un programme d'enseignement.
- Connaître les principes du kata et les critères d'évaluation pour mieux le transmettre

### ❖ Moyens et méthodes pédagogiques :

- Travail pratique sur le tapis en cours collectif
- Travail sur vidéo, travail en groupes avec supports pédagogiques

### ❖ Contenu (compétences visées) :

#### **Se perfectionner dans la pratique des katas**

- La pratique de katas fondamentaux
- La pratique de katas supérieurs

#### **Comprendre le kata pour mieux l'enseigner**

- Exemples de procédés d'apprentissage et de méthodes pédagogiques
- Mise en évidence des principes
- L'utilisation d'outils pédagogiques (vidéo, documents...)

#### **Savoir positionner les katas dans les programmes d'enseignement**

- Les domaines et niveaux de pratique
- Connaissance des critères d'évaluation
- Mise à disposition de documents de référence

### ❖ Évaluation des compétences

- Mise en situation pratique
- Évaluation sur la base d'un bilan technique et pédagogique
- Attestation et diplôme de fin de formation

## CROZON - KATA

### Programme prévisionnel

Encadrements : Emmanuel GOUTORBE, Luc LAUNAY

Jeudi 26 avril 2018			
10h00 - 10h15		Ouverture et présentation du stage	
10h15 - 10h30	Taiso	Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux.	
10h30 - 11h30	Transversalité	Nage waza : Techniques « oubliées » du programme des grades : technicité et principe démontré (la technique au service d'un principe)	
15h30 - 18h00	Goshin jitsu	Séance collective sur le tapis, sur la compréhension du kata (forme fondamentale de défense) pour savoir mieux l'enseigner et se perfectionner dans la pratique	
18h00 - 18h30	Transversalité	Vidéo sur la pratique et l'enseignement du judo / échanges	
Vendredi 27 avril			
8h30 - 9h00	Taiso et self défense	Préparation du corps à l'activité self défense, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux.	
9h00 - 10h15	Transversalité	Pour les 11/15 ans : comment intégrer les programmes de la ceinture noire judo, jujitsu, kata dans le programme d'enseignement.	
10h15 - 11h30	Kime no kata	Séance collective sur le tapis, sur la compréhension du kata (forme fondamentale) avec support vidéo. Travail des habilités techniques et des fondamentaux.	
15h30 - 17h45	Kime no kata	Séance collective sur le tapis, sur la compréhension du kata (forme fondamentale de défense) pour savoir mieux l'enseigner et se perfectionner dans la pratique. Travail en deux groupes	
17h45 - 18h30	Exercices conventionnels	Séance collective sur le tapis sur l'intérêt des exercices conventionnels dans les programmes d'enseignement des 11-15 ans, mises en situation pratique d'apprentissage et de perfectionnement.	
Samedi 28 avril			
8h30 - 9h00	Taiso	Préparation du corps à l'activité judo jujitsu sur un public ciblé, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux	
9h00 - 10h15	Transversalité	Ne waza : contrôles/reprises d'initiative (lien entre le katame no kata et les différentes approches du ne waza / importance d'une approche dynamique, offensive et interactive)	
10h15 - 11h30	Ju no kata	Séance collective sur le tapis, sur la compréhension du kata (forme fondamentale de souplesse) avec support vidéo. Travail en groupes sur les habilités et bases techniques.	
14h00 - 16h00		Perfectionnement individuel (facultatif)	
16h00 - 18h00	Ju no kata	Séance collective sur le tapis, sur la compréhension du kata (forme fondamentale de souplesse) pour savoir mieux l'enseigner et se perfectionner dans la pratique. Travail en deux groupes (apprentissage et perfectionnement)	
18h00 - 18h30	Mondo	Sous forme collective, échanges autour d'une problématique liée à l'activité	
Dimanche 29 avril			
8h30 - 9h00	Taiso et self défense	Préparation du corps à l'activité self défense, avec mises en situations pédagogiques en groupe et à deux	
9h00 - 11h00	Kata en ateliers	Séance sur le tapis : étude du kata (forme fondamentale) : mise en situation par deux, travail sur les principes en lien avec les critères d'évaluation, utilisation d'outils pédagogiques écrits et vidéo	
11h00 - 11h30		Bilan par option et clôture du stage	