



PROGRAMME D.A.F. 2025 | 2026



Objectifs

- Enrichir l'offre de formation fédérale en proposant un nouveau diplôme complémentaire.
- Professionnaliser le rôle d'assistant en le préparant concrètement à ses missions d'animation et de développement de sa structure, notamment par une initiation au volet sport-santé.



Inscription avant le 28.11.2025

avec un nombre minimum
de 6 stagiaires

Commission de formation Saison 2025/2026

1^{er}
Week-end

Samedi / Dimanche
13 | 14 Décembre 2025

2^e
Week-end

Samedi / Dimanche
10 | 11 Janvier 2026

3^e
Week-end

Samedi / Dimanche
14 | 15 Février 2026

Horaires : de 9h à 18h

Durée totale : 51 heures

Public ciblé

Dès 16 ans, à partir du 9^{ème} Cap

Coût : 100€

Lieu

VISIO et VO DUONG

Région Parisienne

Kamel Saïdani

(responsable de la commission de formation)

Kamel-saidani@hotmail.fr

Portable : 06.09.32.69.41

UF 1 - (19h)

Anatomie, Physiologie & Méthodologie

- **Anatomie** : Os, articulations, muscles et traumatologie sportive.
- **Physiologie** : Fonctions du corps et énergétique musculaire au repos et à l'effort.
- **Méthodologie** : Comment évaluer un pratiquant, planifier l'entraînement et développer les qualités physiques (force, endurance, souplesse, etc.).

UF 2 - (3h)

Communication & Psychologie

- Rôle et attitude de l'enseignant.
- Dynamique et gestion d'un groupe.

UF 3 - (13h)

Cadre Institutionnel & Règles

- **Règles Fédérales** : Statuts, licences, affiliation et règlements des compétitions/grades.
- **Cadre Juridique** : Responsabilité, statut et rôle de l'enseignant et de l'association.

UF 4 - (16h)

Pédagogie & Sport Santé

- **Pédagogie** : Techniques d'apprentissage et adaptation des séances à tous les publics (enfants, adultes, tous niveaux).
- **Sport Santé** : Contexte, réglementation et spécificités pour encadrer des publics avec des objectifs de santé et de bien-être.