

---

# Programme de Formation

---

## Self-défense Module 1 Protection Personnelle

---

### Organisation

---

**Durée :** 19 heures

**Mode d'organisation :** Mixte

---

### Contenu pédagogique

---



#### **Public visé**

- Enseignant(e)s titulaires du CQP, BPJEPS, DEJEPS ou DESJEPS en activité dans un club affilié à la FFJDA.
- Accessibilité personnes à mobilité réduite.



#### **Objectifs pédagogiques**

- Donner des outils d'expertise afin de dispenser au sein de sa structure une méthode de protection personnelle simple et réaliste.
- Répondre à une demande exponentielle d'un public en recherche de sécurité.
- Développer une méthode référence, harmonisée sur l'ensemble du territoire.



#### **Description**

- Connaissance de l'approche multidirectionnelle liée à la protection personnelle.
- Connaissance réglementaire (cadre légal, légitime défense).
- Connaissance de procédés techniques et pédagogiques spécifiques liés au public en demande (femmes, jeunes, personnes fragilisées).



#### **Modalités pédagogiques**

- Positionnement des stagiaires
- Apport théorique participatif en formation à distance, utilisation d'outils pédagogiques appropriés
- Travail pratique sur le tapis en cours collectif et mises en situation pratique
- Evaluation sur la base d'un bilan technique et pédagogique établi par les formateurs de l'OF au regard des objectifs poursuivis
- Attestation et certificat d'expertise d'enseignement après évaluation
- Certificat de réalisation pour les enseignant(e)s salarié(e)s avec un financement OPCO



#### **Moyens et supports pédagogiques**

- 5 heures en distanciel : 3 heures en e-learning (15 jours avant le début du stage) + 1 heure en visio (1 semaine avant le stage) + 1 heure en visio (15 jours après le stage)
- 14 heures en présentiel



#### **Modalités d'évaluation et de suivi**

Questionnaire

