

Formation continue des enseignants

Stage à Romans (Auvergne Rhône-Alpes) du 08 et 09 octobre 2022

Programme prévisionnel : Les fondamentaux du Taïso au travers de trois axes : la Souplesse, la Stabilité, la Motricité

Responsable: LIONNET Michèle / Encadrements : CLERGET Arthur

Samedi 08 octobre			Intervenants
09h		Accueil au dojo	
09h30 – 10h	Tapis	Ouverture, présentation du module et du parcours de formation	
10h – 11h30	Tapis	Pratique – vivre une séance type de TAÏSO S'approprier des techniques et enchaînements de mouvements répondant aux trois axes pédagogiques de la méthode	
11h30 – 12h30		Méthodologie Historique de la discipline TAÏSO Perspectives du TAÏSO en France Explication de la progression technique	
Pause déjeuner			
14h – 16h	Tapis	Pratique Axe n°1 de la méthode – Souplesse et mobilité articulaire Thème n°1.1 – Etirements Découvrir le répertoire d'exercice pour construire ses séances. Explications des exercices référencés.	
16h – 17h	Salle Théorie	Fondements théoriques – Etirements et Mobilité articulaire Apprendre les connaissances en physiologie du mouvement pour une meilleure compréhension et perception de la pratique	
17h – 18h30	Dojo pratique	Pratique Axe n°1 de la méthode – Souplesse et mobilité articulaire Thème n°1.2 Conscience Corporelle et Respiration Découvrir le répertoire d'exercice pour construire ses séances. Explications des exercices référencés	
Dimanche 09 octobre			
8h30	Accueil	Présentation du programme	
9h – 10h30	Tapis pratique	Pratique – vivre une séance type de TAÏSO S'approprier des techniques et enchaînement de mouvements répondant aux trois axes pédagogiques de la méthode Analyse et liens théorico - pratiques	
10h30 – 12h30	Tapis	Pratique Axe n°2 de la méthode – Stabilité et renforcement musculaire Thèmes n°2.1 – Gainage Découvrir le répertoire d'exercice pour construire ses séances. Explications des exercices référencés.	
Pause déjeuner			
13h30 – 15h	Tapis théorie	Pratique Axe n°2 de la méthode – Stabilité et renforcement musculaire Thèmes n°2.2 – Locomotion Découvrir le répertoire d'exercice pour construire ses séances. Explications des exercices référencés.	
15h – 16h	Tapis pratique	Pratique Axe n°3 de la méthode – Motricité et psychomotricité Thème n°3.1 – Habilités motrices au sol Découvrir le répertoire d'exercice pour construire ses séances. Explications des exercices référencés.	
16h00 – 16h30		Bilan du stage et présentation de la suite du programme	

Samedi 27 novembre			Intervenants
09h		Accueil dojo	
09h30 – 10h	Tapis	Ouverture, présentation du programme et des modalités de formation	
10h – 11h30	Tapis pratique	Pratique - vivre une séance type de TAÏSO S'approprier des techniques et enchaînement de mouvements répondant aux trois Axe pédagogiques de la méthode Analyse et liens théorico - pratiques	
11h30 – 12h30		Fondements théoriques - "Respiration et mouvement" Apprendre les connaissances en physiologie du mouvement pour une meilleure compréhension et perception de la pratique	
Pause déjeuner			
14h – 16h	Tapis pratique	Pratique Axe n°3 de la méthode - Motricité et Psychomotricité Thème n°3.1 - Habilités motrices au sol Découvrir le répertoire d'exercice pour construire ses séances Explications des exercices référencés	
16h – 17h	Salle Théorie	Fondements théoriques - "Schéma Corporel et Proprioception" Apprendre les connaissances en physiologie du mouvement pour une meilleure compréhension et perception de la pratique	
17h – 18h30	Dojo pratique	Pratique Axe n°3 de la méthode - Motricité et Psychomotricité Thème n°3.2 - Jeux d'opposition Découvrir le répertoire d'exercice pour construire ses séances Explications des exercices référencés	
Dimanche 28 novembre			
8h30	Accueil	Présentation du programme	
9h – 10h30	Tapis pratique	Pratique - vivre une séance type de TAÏSO S'approprier des techniques et enchaînement de mouvements répondant aux trois axes pédagogiques de la méthode . Analyse et liens théorico - pratiques	
10h30 – 12h30	Tapis pratique	Méthodologie Concevoir un contenu de séances de TAÏSO de Niveau 1 Animer un MONDO ateliers collaboratifs en petits groupes	
Pause déjeuner			
13h30 – 16h	Tapis théorie	Evaluation Mise en situation d'enseignement Contrôle des compétences et connaissances du Certificat de Niveau 1 Méthodologie Promouvoir la pratique du TAÏSO	
16h00 – 16h30		Bilan du stage et remise des diplômes et clôture du stage	

2 sessions de 2h en visio conférence, horaires et date à confirmer