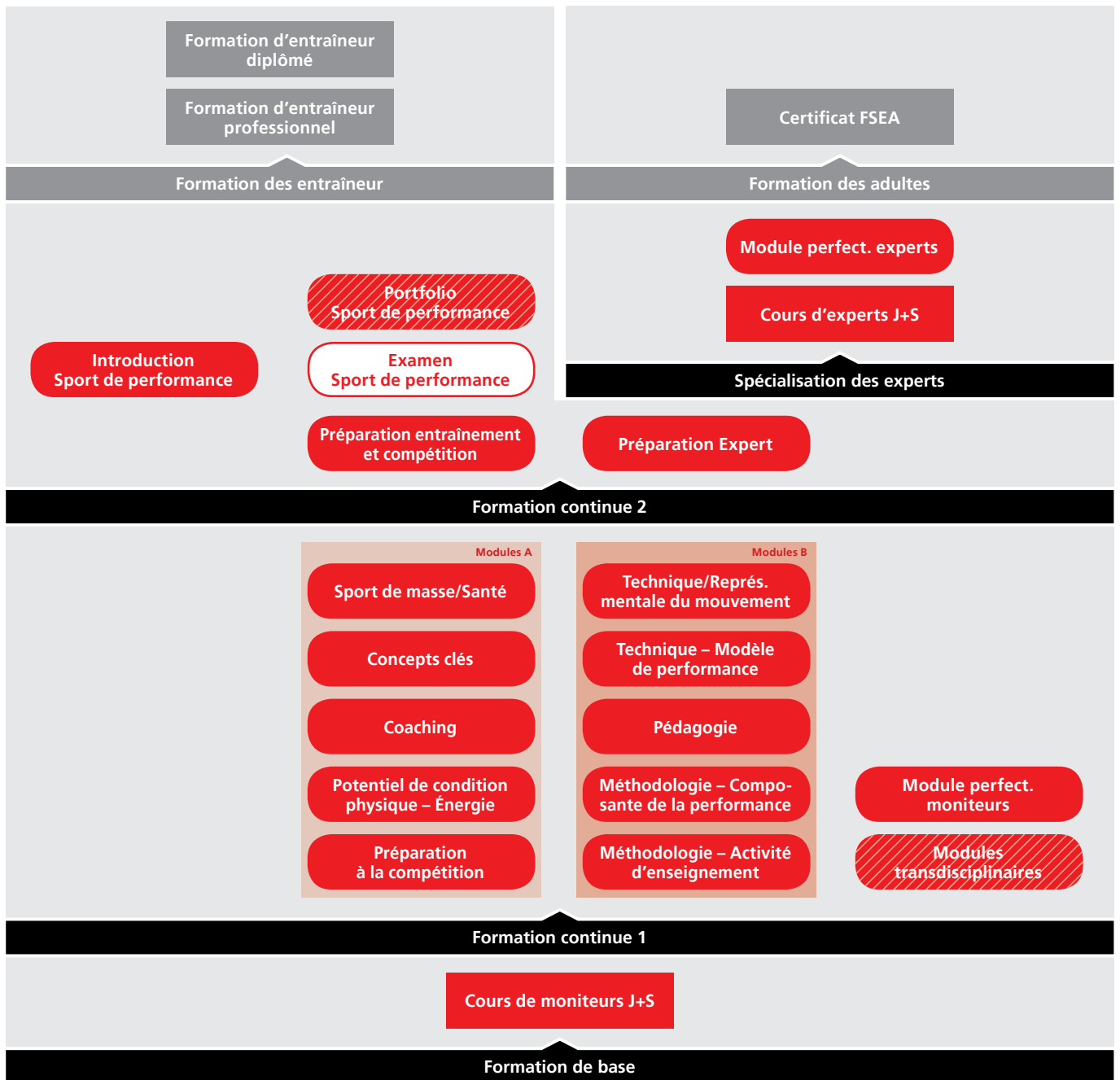




# Karaté

## Structure de la formation



- Cours J+S
- Modules J+S spécifiques du sport
- Modules J+S transdisciplinaires
- Modules J+S d'examen
- Formation professionnelle
- Niveaux de formation
- Focus pour moniteur J+S avec le complément Sport de performance
- Focus pour expert J+S

## Filières de formation

La formation de base et la formation continue des moniteurs J+S avec le complément *Sport de performance* et des experts J+S comportent plusieurs niveaux. Pour pouvoir accéder aux offres de formation de niveau directement supérieur, il faut, à chaque fois, avoir réussi les cours et les modules correspondants.

### Moniteur J+S avec le complément *Sport de performance*

Formation de base:

- Cours de moniteurs J+S (6 jours)

Formation continue 1 (au total 8 jours):

- 3 modules parmi: Sport de masse/Santé (2 jours), Concepts clés (2 jours), Coaching (2 jours), Potentiel de condition physique – Energie (2 jours), Préparation à la compétition (2 jours)
- 1 module parmi: Technique – Représentation mentale du mouvement (2 jours), Technique – Modèle de performance (2 jours), Pédagogie (2 jours), Méthodologie – Composante de la performance (2 jours), Méthodologie – Activité d'enseignement (2 jours)

Formation continue 2:

- Préparation Entraînement et compétition (6 jours)

Formation continue 2 – Sport de performance (au total 4+1 jours):

- Introduction au Sport de performance (3 jours)
- Examen de Sport de performance (1 jour)
- Portfolio du Sport de performance (1 jour)

### Expert J+S

Formation de base:

- Cours de moniteurs J+S (6 jours)

Formation continue 1 (au total 8 jours):

- 3 modules parmi: Technique – Représentation mentale du mouvement (2 jours), Technique – Modèle de performance (2 jours), Pédagogie (2 jours), Méthodologie – Composante de la performance (2 jours), Méthodologie – Activité d'enseignement (2 jours)
- 1 module parmi: Sport de masse/Santé (2 jours), Concepts clés (2 jours), Coaching (2 jours), Potentiel de condition physique – Energie (2 jours), Préparation à la compétition (2 jours)

Formation continue 2:

- Préparation Expert (6 jours)

Spécialisation:

- Cours d'experts J+S (9 jours)

Les personnes disposant d'une large expérience dans le sport d'élite peuvent être dispensées de certains modules après entente avec la commission du sport J+S.

### Formation d'expert J+S pour sportifs d'élite

Les personnes disposant d'une large expérience dans le sport d'élite peuvent être dispensées de certains modules en accord avec la commission du sport J+S.

## Niveaux de formation

### Formation de base

#### Cours de moniteurs J+S

Les personnes qui ont réussi le cours de moniteurs J+S obtiennent la reconnaissance de *moniteur J+S Karaté Sport des jeunes*.

### Formation continue 1

Les modules A sont destinés aux futurs moniteurs J+S avec le complément *Sport de performance* et les modules B aux futurs experts. Chaque module dure 2 jours.

#### Module de perfectionnement pour moniteurs J+S

Le module de perfectionnement pour moniteurs J+S (qui dure de 1 à 2 jours) permet de satisfaire à l'obligation de formation continue et de prolonger de deux ans les reconnaissances de moniteur J+S Sport des jeunes.

#### Modules interdisciplinaires (modules transdisciplinaires)

Les modules interdisciplinaires (modules I) traitent de thèmes indépendants du sport tels que la communication, la physis ou la psyché. Ils sont ouverts aux moniteurs titulaires d'une reconnaissance J+S Sport des jeunes valable ou caduque, quel que soit le sport. Ces modules permettent de satisfaire à l'obligation de formation continue et de prolonger de deux ans les reconnaissances de moniteur J+S Sport des jeunes.

#### Modules «Action préventive» et «Action intégrative»

Les modules «Action préventive» traitent de thèmes en lien avec les drogues, le dopage ou la violation des limites. Ils mettent l'accent sur la diversité culturelle ainsi que sur le sport et le handicap. Ils durent entre 3 et 6 heures et prolongent les reconnaissances de moniteur valables. Le module de 2 jours «Sport et handicap», qui prolonge aussi les reconnaissances de moniteurs caduques, constitue une exception.

## Formation continue 2

### Préparation Entraînement et compétition

Combinaison des 5 modules (Sport de masse/Santé, Concepts clés, Coaching, Potentiel de condition physique – Energie, Préparation à la compétition) y compris examens théorique et pratique.

### Préparation Expert

Combinaison des 5 modules (Technique – Représentation mentale du mouvement, Technique – Modèle de performance, Pédagogie, Méthodologie – Composante de la performance, Méthodologie – Activité d'enseignement) y compris examens théorique et pratique.

## Formation continue 2 – Sport de performance

### Introduction au Sport de performance

Le module «Introduction au Sport de performance» dure 3 jours.

### Examen de Sport de performance

Sont admis à l'«Examen de Sport de performance» (1 jour) les moniteurs qui ont obtenu le module «Introduction au Sport de performance».

La réussite du module permet d'obtenir (s'ils ne sont pas déjà acquis) les compléments *Psyché* et *Physis* ainsi que le complément purement informatif *FC 2-SP*.

### Portfolio du Sport de performance

Sont admises au module «Portfolio du Sport de performance» (1 jour) les personnes titulaires du complément *FC 2-SP*. La réussite du module donne droit au complément *Sport de performance*, lequel permet de suivre les modules de la formation des entraîneurs.

## Formation des entraîneurs

La Formation des entraîneurs est proposée par l'Office fédéral du sport OFSPO sur mandat de Swiss Olympic.

Le complément *Sport de performance* et la recommandation de la fédération sportive correspondante sont des conditions pour l'accès à la formation d'entraîneur professionnel.

Les personnes qui ont réussi la formation d'entraîneur professionnel obtiennent le titre *d'entraîneur de sport d'élite avec brevet fédéral*.

Les personnes qui ont réussi la formation d'entraîneur diplômé obtiennent le titre *d'entraîneur sport d'élite diplômé*.

Les moniteurs J+S titulaires du complément *Sport de performance* peuvent suivre chacun des modules de la formation des entraîneurs.

## Spécialisation des experts

### Cours d'experts J+S

Pour être admis au cours d'experts J+S, il faut être recommandé par la fédération et l'Office fédéral du sport (OFSPO).

### Module de perfectionnement pour experts J+S

Le module de perfectionnement pour experts J+S permet de satisfaire à l'obligation de formation continue et de prolonger de deux ans les reconnaissances de moniteur J+S Sport des jeunes et d'expert J+S.

### Formation des adultes

Les experts J+S reconnus qui remplissent les conditions d'admission spécifiques peuvent obtenir le certificat FSEA (niveau 1) «Animer des sessions de formation pour adultes» en suivant la journée de certification FSEA. Dans le cadre de la formation des adultes, d'autres modules (niveaux 2 à 5) peuvent être suivis dans le prolongement du niveau 1 pour obtenir le brevet fédéral de formateur d'adultes. Ces modules doivent être suivis en externe. Ils ne sont pas proposés dans le cadre du Sport des jeunes et des adultes.

## Accès au Sport des enfants

Les moniteurs J+S Sport des jeunes reconnus ont le droit de suivre des cours d'introduction J+S Sport des enfants. Ces cours conduisent à la reconnaissance de *moniteur J+S Karaté Sport des enfants*.

## Accès au Sport des adultes

Les moniteurs J+S reconnus ont le droit de suivre des cours d'introduction Sport des adultes esa.

## Reconnaisances de la fédération

Aucun diplôme de fédération supplémentaire n'est décerné dans le cadre de la formation J+S.

## Particularités

Les détails relatifs aux différentes offres de la formation des cadres (p. ex. conditions d'admission, prescriptions d'examen) figurent dans les directives et les plans cadre de chaque offre.