

## **Deuxième formation en Communauté française !**

### **CERTIFICAT D'HABILETES D'OPPOSITION en sports de combat et arts martiaux - 2011**

Un module intitulé "habiletés d'opposition" basé sur la pratique de jeux et d'exercices en rapport avec les fondamentaux des arts martiaux et des sports de combat est de nature à apporter un plus dans la panoplie des formations de cadres sportifs en Communauté française.

Le commun dénominateur des arts martiaux et des sports de combat est l'opposition d'une personne contre une autre personne. Les habiletés à développer au sein de chacune des disciplines sont donc très semblables. Seuls, les apprentissages des techniques en fonction des objectifs à atteindre sont spécifiques. Le regroupement sous une même formation des exercices et jeux qui développent les habiletés d'opposition se justifie ainsi pleinement.

De plus en plus, les centres Adeps proposent des stages pluridisciplinaires et notamment autour du thème des sports de combat. Cela permet aux jeunes pratiquants de se familiariser avec les différentes composantes de ces disciplines et d'éviter une spécialisation précoce.

Dans le même ordre d'idée, l'enseignant en éducation physique peut, avec cette connaissance, faire découvrir à ses élèves les principes de bases des arts martiaux et faire percevoir la richesse d'une approche plus approfondie en club dans la discipline de leur choix.

#### **CONDITIONS**

##### **D'ADMISSION.**

- être âgé de 18 ans au moins lors de la séance préliminaire
- membre d'une fédération reconnue par l'Adeps ou inscrit dans une école supérieure de bachelier ou de master en éducation physique ; tout porteur d'un diplôme d'enseignant en éducation physique
- posséder un certificat médical d'aptitude à la pratique sportive établi depuis moins de trois mois

#### **BUTS DE LA**

##### **FORMATION**

- donner une information théorique et pratique sur les jeux en général et les habiletés et jeux d'opposition en particulier de façon à permettre au candidat
  - d'être capable d'animer des séances de jeux,
  - de sensibiliser les enfants à la pratique d'un art martial ou sport de combat
  - de développer des qualités psychomotrices impliquées dans la pratique d'un art martial (équilibre, résistance, détente, réflexes, tactique, ...)

#### **CONTENU DE LA**

##### **FORMATION**

- information théorique sur la notion de jeu
- pratique et didactique généraux des exercices et jeux d'opposition
- approche jouée des objectifs des différentes disciplines

#### **ENDROIT.**

Centre Adeps "La Ferme du Château" Allée des Sports, 12 6280 LOVERVAL  
Sur la N5, de Charleroi à Philippeville, après la côte de Couillet, à hauteur d'un magasin de bricolage, tourner vers la gauche en veillant à faire le rond-point.

#### **PERIODE.**

De octobre à décembre. Volume horaire : 24 heures (présence effective de 19 h).  
Cours les samedis de 9 heures à 13 heures ou 15 heures.

**Dates réservées : 01, 15 et 29 octobre, 05 novembre, 03, 10 et 17 décembre**

#### **INSCRIPTION**

Uniquement par mail au titulaire avant la première séance de cours.  
Ouverture du cours avec au minimum 12 candidats et nombre limité à maximum 30 candidats.

#### **PREMIERE**

##### **SEANCE**

Le samedi 01 octobre à 9 heures :  
- vérification des inscriptions (présenter sa licence ou preuve d'inscription dans une école supérieure en EDPH, attestation médicale et carte d'identité)  
- cours pratique jusque 13h

#### **TENUE**

Tenue sportive : pantalon ou short, tee-shirt et pieds nus, car sur tatamis  
Il n'est donc pas nécessaire de venir en vêtement spécifique de votre discipline

#### **ORGANISATION**

##### **TITULAIRE.**

Direction générale du Sport (ADEPS)  
Michel JOUNIAUX, 33, rue Defuisseaux 6001 MARCINELLE  
cellpeda.lfbj@belgacom.net

#### **DEBOUCHE**

- assister son professeur dans l'enseignement de la discipline sportive
- animer une semaine de stage pour débutants en "sports de combat et maîtrise" dans un centre Adeps.
- être crédité de cette partie de cours dans les formations spécifiques ultérieures