Self-Défense au sens large

Public visé et Pré requis de la formation : Aucun
Conditions d'accès : Etre majeur

Durée : 3 jours
Heures : 21 h
Nombre maximum de places par session : 20
Délai d'accès à la formation : 15 jours avant le début de la formation
Prix : 750 € / pers.
Taux de satisfaction : 90%
Accessibilité aux personnes à mobilité réduite : Formation et locaux accessibles aux personnes en situations de handicap. Afin de pouvoir vous accueillir dans les meilleures conditions, un contact avec notre centre de formation est impératif

Actions de formation

OBJECTIFS

Connaître et maîtriser les notions de distances d'intervention et savoir analyser l'environnement pour le mettre à profit. Être capable de se protéger face aux agressions (frappes pied-poing) les plus fréquentes et se sortir d'une tentative d'étreinte ou saisie. Connaître la conduite à tenir face à un individu en possession d'une arme blanche et à se prémunir des attaques de base.

MATERIEL

Tenue adaptée

DÉOUCHÉS

Sans objet

ÉQUIVALENCES

Sans objet

SPÉCIALITÉ

Sécurité des biens et des personnes, police, surveillance

VALIDATION

Attestation de fin de formation

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Supports théoriques : présentations, support visuel. Cas pratiques : mises en situation, jeux de rôles. Évaluations : QCM, tests pratiques. Supports numériques : Vidéos pédagogiques montrant des situations de sécurité, des démonstrations de gestes techniques ou l'utilisation correcte d'équipements. Plateformes en ligne pour les révisions à distance et les tests d'évaluation des acquis. Supports ludiques : jeux de société adapté, serious game Des phases de pratiques dynamiques et un parcours de restitution permettrons une évaluation objective du niveau de fin de stage et la validation du module Salle de plus de 25 m² Mise à disposition de matériel de protection individuel, d'outils pédagogiques et outil d'analyse vidéo pour un apprentissage optimal des différentes thématiques.

QUALIFICATION DE L'INTERVENANT

Formateurs qualifiés : Professionnels expérimentés du secteur de la sécurité privée pour partager des retours d'expérience concrets. Encadrement individuel : chaque stagiaire peut bénéficier d'un accompagnement personnalisé pour progresser à son rythme Intervenant spécialisé dans les sports de combat et de défense.

ÉVALUATION

QCM, tests de connaissance à la fin de chaque module théorique. Évaluations pratiques des compétences sur le terrain avec des grilles d’observation précises si le scénario le prévoit

Contenu pédagogique

– Apprentissage des différentes distances d’action – Les différentes catégories de saisies et les réactions appropriées – Quel type de réponse à donner à une tentative de saisie – Distinctions des menaces et attaques, adaptation de la réponse – Faire face à une personne en possession d’une arme blanche – Méthode de maitrise d’un individu seul ou en équipe