

Anticiper et gérer l'agressivité : techniques de self-défense

Réf : ME016

MAJ : 04/23

Public concerné

Toute personne intervenant auprès des résidents
Effectif : de 8 à 12 personnes

Durée

2 jours – 14 heures

Pré-requis

Aucun

Méthodes pédagogiques

Recueil des attentes des stagiaires
Alternance d'apports théoriques, réflexion, analyses et entraînements pratiques
Mises en situation

Moyens et techniques pédagogiques

Support pédagogique remis à chaque stagiaire

Lieu

En INTRA : dans vos locaux

Objectifs opérationnels

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité :

- de maîtriser les techniques de dégagement ou d'immobilisation issues de la self défense
- d'identifier les postures à adopter pour assurer sa sécurité et celle de son entourage y répondre de façon adaptée
- d'appréhender la réglementation relative à la protection des personnes

Contenu du stage

Rappel du cadre législatif

Les réglementations de la légitime défense

A quel moment et comment intervenir face à une agression physique

Self défense et techniques d'évitement

Les déplacements tactiques et techniques

Les déplacements de sécurité

Savoir se mettre en sécurité

Techniques pour assurer sa sécurité personnelle

Techniques pour assurer la sécurité de tous

Appliquer les techniques du « corps à corps » adaptées pour immobiliser les résidents sans les blesser

Les blocages réflexes et redirection

Techniques de contrôle et de transport

Techniques de contrôle au sol et d'immobilisation

Formation pratique

Analyse de situations vécues par les stagiaires

Exercices pratiques personnalisés

Dispositif de suivi et d'évaluation

Evaluation en cours d'acquisition qui peut être faite, selon le contenu de la formation, sous forme :

Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeux de rôles...

Questionnaire de fin de formation

Evaluation de satisfaction

Profil du formateur

Cette formation est assurée par un éducateur sportif diplômé d'état, labellisé santé et bien-être