



Affilié
à



Accrédité
par

SPORT-QUAL
service d'évaluation de la qualité
des organisations sportives



1970-2017
48^{ème} Saison

PROJET D'ACTIVITÉ JUDO PARA – SCOLAIRE

Présenté aux directions
des écoles primaires
de
La ville de Boucherville

par

LE CLUB DE JUDO BOUCHERVILLE

Année scolaire 2017 – 2018

INTRODUCTION AU PROJET JUDO PARASCOLAIRE

Conscient des nouveaux besoins et réalités de nos concitoyens, le Club de Judo Boucherville propose un projet d'activité parascolaire.

La disponibilité de professeurs compétents et d'un local municipal " spécifique" (dojo), nous permet d'offrir cette activité à une heure intéressante, entre la fin des classes et le retour des parents à la maison.

Nous croyons que la pratique d'un sport après une journée de classe s'inscrit dans une notion globale de santé physique et mentale. Le judo en particulier permet à l'enfant d'améliorer sa condition physique, d'acquies de l'équilibre, de la souplesse, de la résistance, de développer un esprit de saine compétition, de développer son instinct défensif naturel et d'avoir une bonne image des sports de combat.

L'apprentissage des sports de combat doit être un sport pour l'enfant ou l'adolescent, mais aussi un jeu sérieux et discipliné par lequel il apprendra à se contrôler. Nous privilégions la pratique de ce sport à partir du regroupement naturel (milieu d'école) puisque l'enfant devra réaliser son effort individuel en complicité avec un partenaire (et non un adversaire) dans un contexte de franche camaraderie et de collaboration dans le groupe.

DESCRIPTION DU PROJET

Initiation au judo (mixte) pour les élèves du primaire, possibilité d'accéder à la ceinture blanche/jaune.

- ▶ 2 sessions : automne, hiver
- ▶ Journées disponibles : lundi, mardi, mercredi et jeudi
(à déterminer pour chaque école après les inscriptions)
- ▶ Horaire des cours de 16 h 00 à 17 h 30
- ▶ Transport de l'école par minibus assuré par le club de judo, retour assuré par les parents
- ▶ Lieu, salle de judo du centre Aquatique Pierre Laporte
- ▶ Matériel, habit de judo fourni par le club

INTRODUCTION AU JUDO

« Le judo, c'est la voie qui mène à utiliser le plus efficacement l'énergie corporelle et mentale afin d'atteindre la perfection de la personne humaine, car le but final, c'est l'épanouissement de soi-même, et d'être utile à la société. »

D. Roche

Ce que l'on vise par la pratique de différents sports en éducation physique en général dans le milieu scolaire, c'est la mise en place de situations de mouvements bien conçus et bien organisés, aidant l'enfant dans son développement des aptitudes perceptives, organiques et motrices, ainsi que les domaines cognitif, socio-affectif et émotif.

Ces buts nous amènent directement à penser au judo dont les principes sont basés sur le développement maximum de l'efficacité du corps et de l'esprit. Le judo s'inscrit directement dans le dépassement du " Moi " qui agit, se projette et se dépasse à travers l'action.

Cet art, ce sport et activité physique peu connu il y a quelques années, s'est peu à peu démystifié et l'évolution de l'enseignement ne s'est pas strictement limité au côté technique, comme dans d'autres sports, mais également, a mis à jour toute sa valeur éducative.

Le judo en tant qu'activité qui s'adresse autant aux filles qu'aux garçons, se doit également d'être envisagé dans une perspective de pédagogie se rapportant à la psychologie du comportement. C'est-à-dire, outre ses bienfaits déjà cités, le judo vise un ajustement permanent des réactions et du comportement aux conditions du monde extérieur.

Ce sport d'opposition, par sa discipline, l'acceptation des responsabilités inhérentes à ce sport, ses attitudes, par l'esprit de but et d'objectif, affirme le caractère de l'enfant, c'est un outil merveilleux pour l'éducateur par son action directe et grâce à une méthode pédagogique adaptée, il peut obtenir des résultats étonnants sur le comportement général de groupes d'enfants et de jeunes adolescents (tes).

Dans le programme d'étude à l'élémentaire, en éducation physique, le "sport d'opposition" par l'intermédiaire des sports de combat, prend une grande place avec les objectifs de coopération et d'opposition tels que :

- ▶ "Coopérer avec son partenaire en tenant compte des actions possibles de chacun dans la réalisation de tâches communes ou individuelles ".
- Ou
- ▶ "Tirer avantage du réseau de communication qui s'établit entre un adversaire et soi-même en vue de neutraliser cet adversaire ou de le déjouer dans une activité d'opposition ".

OBJECTIFS QUI PEUVENT ÊTRE FACILEMENT ATTEINTS PAR LA PRATIQUE DU JUDO

Malheureusement, on peut considérer comme infime le nombre d'établissements scolaires où une initiation moderne aux disciplines de combat est dispensée au même titre que les autres activités.

L'introduction du judo dans un projet parascolaire au primaire permettra de palier et de remédier à cette situation et de mieux apprécier la richesse éducative de cette discipline en développant chez l'enfant :

- Le respect des autres et des choses
- L'esprit de combat et la non-violence
- La sincérité et la loyauté
- La patience et l'endurance
- Le travail et l'effort
- La prise de conscience de sa force et de son utilisation intelligente
- L'amitié et la camaraderie

Directeur technique
Fayçal Bousbiat, ceinture noire 6^e dan