

Activités Orientées U7 – U9 – U11

Objectifs des activités orientées

L'organisation de telles activités est prise en charge par un club affilié à la FFBJ sous la tutelle du comité provincial.

Les objectifs sont :

- D'intéresser et fidéliser ces catégories d'âge par un système évolutif
- De permettre à chacun de pouvoir s'exprimer en « technique » et/ou en « efficacité »
- D'avoir une participation pleine pour tout le monde sans l'élimination précoce de certains
- D'éviter de mettre en évidence toute forme d'élitisme dans ces catégories d'âge en plein développement
- D'ouvrir au plus grand nombre les perspectives du judo et l'environnement judo

La compétition fait partie intégrante de la discipline sportive, elle doit permettre à tous les judokas, accompagnants (parents, spectateurs), organisateurs de vivre une expérience positive.

Recommandations aux organisateurs

Les activités doivent avoir une visée éducative, il importe de veiller à la qualité de l'environnement matériel et humain, notamment en ce qui concerne l'accueil des participants et l'ambiance autour des tatamis

Si possible, l'organisation ne doit pas regrouper un nombre pléthorique de participants et les rencontres doivent se dérouler sur une durée d'environ 2h30 maximum.

Le club organisateur introduit préalablement une demande auprès du comité provincial. Il s'engage à respecter les règles et les recommandations fédérales pour les catégories d'âge énoncées ci-après.

1. Recommandations spécifiques

Un compte-rendu succinct est établi et envoyé au CA et à la Commission de l'Éducation.

La liste exhaustive reprenant le nom des clubs participants et la signature du responsable de l'organisation doivent être reprises attestant que tous les enfants sont licenciés.

Les intervenants ou l'encadrement (professeurs de club brevetés ADEPS, conseiller technique, et/ou hauts gradés) interviennent de façon préventive, afin de sécuriser le randori.

Durée maximum de l'animation : 1h30

Le secret, c'est de s'AMUSER

2. Animation U7 (5 et 6 ans)

Contenu et recommandations pédagogiques

Les animations sont sous forme de parcours techniques et d'exercices ludiques

Il est important de garder des consignes brèves et simples

- Déplacements multidirectionnels de base (tai sabaki- ayumi ashi...)
- Approche sur les attitudes spécifiques de base (jigotai- shizentai)
- Introduction sur l'étude et/ou les bases des immobilisations avec dégagements
- Roulades – jeux d'équilibre, d'agilité – mobilité au sol ...
- Ukemi waza
- Apprentissage et développement de l'éthique judo
- Apprentissage de valeurs : respect de l'autre, respect de soi, bien-être global en faisant partie d'un groupe
- Randoris dirigés, orientés (à thème) : consignes techniques à remettre
- Attitudes et saisies : l'encadrement doit intervenir de façon préventive afin de sécuriser le randori
- Relativiser le résultat, valoriser la participation

Animation doit pouvoir réunir, au minimum, 3 clubs.

Récompenser la participation sous forme d'un diplôme, d'un écusson ou d'un goûter, photo de groupe....

3. Animation U9 (7 et 8 ans)

Contenu et recommandations pédagogiques

Les animations sont sous forme de parcours techniques et d'exercices ludiques.

Il est important de garder des consignes brèves et simples

- Déplacements multidirectionnels de base (tai sabaki - ayumi ashi - tsugi ashi)
- Etude, approche sur la façon de saisir le judogi (kumi-kata de base)
- Approche sur les attitudes spécifiques de base (jigotai - shizentai)
- Introduction sur l'étude et/ou les bases des immobilisations avec dégagements
- Roulades – jeux d'équilibre, d'agilité – mobilité au sol ...
- Jeux concernant le judo impliquant les capacités cognitives
- Ukemi waza
- Intégrer le concept d'utiliser le mouvement pour accomplir le tsukuri - kuzushi - kake
- Apprentissage et développement de l'éthique judo
- Apprentissage de valeurs : respect de l'autre, respect de soi, bien-être global en faisant partie d'un groupe
- Randoris dirigés, orientés (à thème) : consignes techniques à remettre
- Attitudes et saisies : l'encadrement doit intervenir de façon préventive afin de sécuriser le randori
- Relativiser le résultat, valoriser la participation

L'animation doit réunir, au minimum, 3 clubs et peut s'organiser au niveau provincial, voire régional.

4. Animation U11 (9 et 10 ans)

Contenu et recommandations pédagogiques

Les animations sont sous forme de parcours techniques et d'exercices ludiques

Il est important de garder des consignes brèves et simples

- Sous formes d'ateliers techniques ou de parcours techniques et de jeux de coordination
- Continuer à se concentrer sur les éléments de base de la condition motrice (agilité, équilibre, coordination, vitesse)
- Introduction au concept d'action/réaction
- Apprentissage des valeurs
- La partie randori doit rester éducative et encadrée : préciser les consignes techniques nécessaires : attitude, saisie fondamentale doivent être respectées.
- Il faut relativiser le résultat, favoriser la participation et récompenser sous forme d'un diplôme, d'un écusson ou d'un goûter.



L'animation doit réunir au minimum trois clubs et peut s'organiser au niveau provincial, voire régional.

4. Animation U11 (9 et 10 ans)

Contenu et recommandations pédagogiques

Les animations sont sous forme de parcours techniques et d'exercices ludiques

Il est important de garder des consignes brèves et simples

- Sous formes d'ateliers techniques ou de parcours techniques et de jeux de coordination
- Continuer à se concentrer sur les éléments de base de la condition motrice (agilité, équilibre, coordination, vitesse)
- Introduction au concept d'action/réaction
- Apprentissage des valeurs
- La partie randori doit rester éducative et encadrée : préciser les consignes techniques nécessaires : attitude, saisie fondamentale doivent être respectée.
- Il faut relativiser le résultat, favoriser la participation et récompenser sous forme d'un diplôme, d'un écusson ou d'un goûter.

L'animation doit réunir au minimum trois clubs et peut s'organiser au niveau provincial, voire régional.

