Programme de Formation

JUDO : La pédagogie au rythme de la croissance (distanciel)

Organisation

Durée : 3 heures

Mode d'organisation : E-learning

Contenu pédagogique

Public visé

- Enseignants titulaires du CQP, BPJEPS, DEJEPS ou DESJEPS en activité dans un club affilié à la FFJDA
- Accessibilité personnes à mobilité réduite.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre les grandes étapes de la croissance chez l'enfant et l'adolescent.
- Identifier les enjeux physiologiques, moteurs et psychomoteurs liés à chaque tranche d'âge.
- Adapter les contenus pédagogiques et techniques du judo en fonction du développement de l'enfant.
- Construire des séances de judo respectant le rythme de la croissance et la maturation.
- Favoriser le développement harmonieux des qualités physiques et motrices.
- Prévenir les risques de blessures liés à une sollicitation inadaptée.
- Proposer une progression pédagogique cohérente et sécurisée.
- Adapter leurs pratiques aux publics enfants et adolescents

Description

Ce module de formation a pour objectif d'accompagner les enseignants et éducateurs de judo dans l'adaptation de leurs pratiques pédagogiques aux différentes étapes de la croissance.

La formation abordera les principes fondamentaux du développement de l'enfant et de l'adolescent, en lien avec les exigences d'un programme d'enseignement judo. Les participants apprendront à construire des séances et des progressions pédagogiques respectueuses des capacités physiques, motrices et cognitives des jeunes pratiquants, tout en favorisant le plaisir, la sécurité et la performance à long terme.

Ce module vise à soutenir, par une approche pédagogique durable, le développement progressif et équilibré du jeune judoka dans sa pratique.

Modalités pédagogiques

- Positionnement des stagiaires
- Apports théoriques
- Mises en situation
- Questionnaire d'évaluation

Moyens et supports pédagogiques

Plateforme e-learning

Modalités d'évaluation et de suivi

- Questionnaire
- Test technique