



# JUDO

Le judo est un sport Olympique basé sur le contrôle de son adversaire. Il se travaille aussi bien au sol que debout. Il aidera les participants à développer leur motricité fine en toute camaraderie.

## FORMULE OFFERTE

**Quand:** Cours d'éducation physique, heure du dîner, après les heures de classe

**Endroit:** Intérieur

**Matériel nécessaire à fournir:** L'école doit fournir des petits tapis de gymnastique d'environ 2" d'épaisseur qui peuvent se coller (velcro) afin de former sur surface uniforme.

	INITIATION À L'UNITÉ
<b>Nombre de cours</b>	1 cours
<b>Durée des cours</b>	45-60 minutes par groupe
<b>Déroulement</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Déroulement</li><li>2. Explication du sports</li><li>3. Réchauffements</li><li>4. Technique et explications de combat</li><li>5. Retour au calme et questionnements des participants.</li></ol>

Degrée	Ratio	Note
<b>Préscolaire</b>	Maximum 25 élèves-athlètes	Un enseignant doit être sur place pour la discipline
<b>Primaire 1er cycle</b>	Maximum 25 élèves-athlètes	Un enseignant doit être sur place pour la discipline
<b>Primaire 2e cycle</b>	Maximum 25 élèves-athlètes	Un enseignant doit être sur place pour la discipline
<b>Primaire 3e cycle</b>	Maximum 25 élèves-athlètes	Un enseignant doit être sur place pour la discipline
<b>Secondaire</b>	Maximum 30 élèves-athlètes	Un enseignant doit être sur place pour la discipline