



**Mes premiers pas
au judo...**

Judo Ludo infos

Ces cours permettent d'initier les enfants à la pratique du judo par une approche pédagogique adaptée en :

- Développant leur motricité générale et celle du sens social.
- Découvrant leur corps et leur environnement matériel (dojo) et humain (partenaire).
- Invitant l'enfant à explorer librement mais de manière adaptée dans un contexte convivial.
- L'accompagnant vers la maîtrise d'habilités motrices fondamentales (équilibration, préhension, locomotion) au travers des pratiques multiformes qu'autorise le contexte du dojo (salle de judo).

Les cours de "**Judo-Ludo**" se composent de sessions qui se répartissent sur les deux semestres de l'année scolaire. **Dans la mesure de vos envies et de vos possibilités, nous vous proposons de prendre part à la dernière leçon avec votre enfant.**

Maximum 12 enfants par groupe

Session du 2^{ème} semestre du 31.08 au 15.12.2022

Délai d'inscription 29.08.2022

Les horaires et les lieux de cours :

Cours du mercredi à Neuchâtel : **13 h 45 à 14 h 45**
(nouvel horaire)

Dojo rue des Parcs 38 – Neuchâtel

Cours du jeudi à Cortaillod : 16 h 30 à 17 h 30

Dojo salle Cort'Agora - Cortaillod

Les cours de Neuchâtel débutent le 31 août et se termine le 14 décembre 2022

Les cours de Cortaillod débutent le 1^{er} septembre et se termine le 15 décembre 2022

Equipement :

Tenue de gym, training, t-shirt, l'activité se déroule à pieds nus.

Important :

En raison de nos activités et des risques de blessures, de casse et/ou de perte, les accessoires de type colliers, montres, bagues et autres objets métalliques sont à proscrire.

Prix : CHF 160.00

(Une facture vous parviendra séparément ces prochains jours)

Encadrement : Anne-Marie Guye, Experte J+S Sport des enfants 079 747 07 49
Stéphane Guye, Expert J+S Sport des enfants 079 235 70 16



Suite au verso



Qu'est-ce que l'éveil Judo ou Judo Ludo ?

Information destinée aux parents

Le rôle bénéfique de la pratique pour les jeunes enfants est aujourd'hui communément reconnu. Cependant toute forme d'activité physique n'est pas bonne à proposer. C'est autour de l'intérêt de l'enfant que notre programme éveil judo est délibérément construit.

L'éveil judo a comme finalité pour l'enfant de :

- Faciliter son futur apprentissage du judo, mais aussi des activités sportives et artistiques.
- Le prédisposer à de futures relations sociales de qualité
- Contribuer à son développement physique et intellectuel.



Pour répondre à ces finalités,

L'éveil judo c'est...

- Inciter l'enfant à explorer librement et s'adapter dans un contexte convivial, attrayant, varié.
- L'accompagner vers la maîtrise d'habiletés motrices fondamentales : L'équilibration, la locomotion, la préhension au travers des pratiques multiformes qu'autorise le contexte du dojo (salle de judo).
- Proposer initialement à l'enfant des activités respectant son besoin de réaliser seul pour l'amener progressivement vers une pratique qui l'implique dans des interactions par deux de coopération essentiellement et aussi d'opposition.
- Enseigner des règles de « savoir être » en groupe, identifiées dans un code « des bonnes conduites » qui préfigurent le code moral du judo dans le but d'amener l'enfant à une meilleure acceptation de l'autre et d'établir un climat relationnel de confiance.

L'éveil judo ce n'est pas...

- La période des apprentissages techniques judo. Que ce soit dans la pratique au sol ou debout, ceux-ci ne sont abordés qu'à partir de 6 ans.
- L'opposition (ou jeux d'opposition) comme forme dominante d'expression par deux. La situation de rivalité ne sera pas absente de l'éveil judo, mais elle prendra un caractère atténué, acceptable du point de vue de l'enfant de 4 et 5 ans. Les situations sollicitant l'entraide. La réalisation commune, la complicité, le partage seront majoritaires.