

**PROJET PROGRAMME D'ENSEIGNEMENT DESTINE AUX ELEVES DES LYCEES SPORTIFS
DE LA PREMIERE ANNEE A LA QUATRIEME ANNEE SECONDAIRE
SPECIALITE : JUDO**

CLASSE : 2^{ème} année de l'enseignement secondaire

THEMES	OBJECTIFS DE FORMATION
HISTOIRE	Histoire du judo
ORGANISATION ET LEGISLATION	Arbitrage (évolution et techniques d'arbitrage)
THEORIE DE LA SPECIALITE	1. description technique des mouvements représentant le judo debout 2. le système d'attaque du judoka 3. les katas : techniques et philosophie
FORMATION SCIENTIFIQUE	1. La progression pédagogique pour l'enseignement d'une technique 2. Traumatisme et prévention 3. Formation psychologique 4. Hygiène et alimentation