

Projet Pédagogique Cadre **JUDO-ECOLE-CITOYENNETE** au cycle 3



Document d'aide à la mise en place d'un module d'apprentissage de judo au cycle 3 sur une douzaine de séances.

Projet cadre Judo Ecole Citoyenneté élaboré par la commission mixte départementale judo en novembre 2011 et actualisé en novembre 2017 suite à la parution de la circulaire interministérielle n°2017-116 du 06/10/2017 « Encadrement des activités physiques et sportives dans les écoles maternelles et élémentaires publiques »

Les images de ce livret sont extraites du document de la fédération française de judo

SOMMAIRE

1. Judo et E.P.S.
2. Les contenus d'enseignement.
3. Propositions pour une unité d'apprentissage.
4. Découverte de l'activité et mises en train.
5. Rôles à tenir par les élèves
6. Des situations de référence.
7. Séquences d'apprentissage.
8. Finalisation du module, prolongements
9. Modalités en cas de co-intervention.
10. Annexes.

1. Judo et EPS.

- Les programmes, B.O spécial N°11 du 26/11/2015 qui définit les programmes des cycles 2,3 et 4:

Les programmes en Éducation Physique et Sportive au cycle de consolidation (cycle 3)

L'éducation physique et sportive développe l'accès à un riche champ de pratiques, à forte implication culturelle et sociale, importantes dans le développement de la vie personnelle et collective de l'individu. Tout au long de la scolarité, l'éducation physique et sportive a pour finalité de former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre-ensemble. Elle amène les enfants et les adolescents à rechercher le bien-être et à se soucier de leur santé. Elle assure l'inclusion, dans la classe, des élèves à besoins éducatifs particuliers ou en situation de handicap. L'éducation physique et sportive initie au plaisir de la pratique sportive.

L'éducation physique et sportive répond aux enjeux de formation du socle commun en permettant à tous les élèves, filles et garçons ensemble et à égalité, a fortiori les plus éloignés de la pratique physique et sportive, de construire cinq compétences travaillées en continuité durant les différents cycles :

- Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps
- S'approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et des outils
- Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités
- Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière
- S'approprier une culture physique sportive et artistique

Pour développer ces compétences générales, l'éducation physique et sportive propose à tous les élèves, de l'école au collège, un parcours de formation constitué de quatre champs d'apprentissage complémentaires :

- Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée
- Adapter ses déplacements à des environnements variés
- S'exprimer devant les autres par une prestation artistique et/ou acrobatique
- Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

Chaque champ d'apprentissage permet aux élèves de construire des compétences intégrant différentes dimensions (motrice, méthodologique, sociale), en s'appuyant sur des activités physiques sportives et artistiques (APSA) diversifiées.

Le JEC s'inscrit dans le champ d'apprentissage 4 :

⇒ ***Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel
(amener son adversaire au sol pour l'immobiliser)***

Le SOCLE commun de connaissances, de compétences et de culture:

Cycle 3

| Compétences travaillées | Domaines du socle |
|--|-------------------|
| Développer sa motricité et construire un langage du corps <ul style="list-style-type: none">• Adapter sa motricité à des situations variées.• Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité.• Mobiliser différentes ressources (physiologique, biomécanique, psychologique, émotionnelle) pour agir de manière efficiente. | 1 |
| S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre <ul style="list-style-type: none">• Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et de celle des autres.• Répéter un geste pour le stabiliser et le rendre plus efficace.• Utiliser des outils numériques pour observer, évaluer et modifier ses actions. | 2 |
| Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités <ul style="list-style-type: none">• Assumer les rôles sociaux spécifiques aux différentes APSA et à la classe (joueur, coach, arbitre, juge, observateur, tuteur, médiateur, organisateur...).• Comprendre, respecter et faire respecter règles et règlements.• Assurer sa sécurité et celle d'autrui dans des situations variées.• S'engager dans les activités sportives et artistiques collectives. | 3 |
| Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière <ul style="list-style-type: none">• Évaluer la quantité et la qualité de son activité physique quotidienne dans et hors l'école.• Connaître et appliquer des principes d'une bonne hygiène de vie.• Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger. | 4 |
| S'approprier une culture physique sportive et artistique <ul style="list-style-type: none">• Savoir situer des performances à l'échelle de la performance humaine.• Comprendre et respecter l'environnement des pratiques physiques et sportives. | 5 |

2. Les contenus d'enseignement

Les objectifs de ce cycle d'apprentissage seront pour l'élève :

- Tout en respectant mon adversaire, et sans lui faire mal, être capable de déséquilibrer mon adversaire pour l'amener au sol, de le retourner si nécessaire et de l'immobiliser 10 secondes.
- Arbitrer en respectant l'esprit des règles de l'activité et en connaissant les règles de sécurité.
- Participer activement, soit par mes observations, soit par mes recherches à l'élaboration de règles d'action précises et efficaces.

| COMPETENCES des IO | LES CONTENUS D'ENSEIGNEMENT | LES PRINCIPES et REGLES D'ACTION |
|---|--|--|
| <i>Emmener son adversaire au sol en le contrôlant et le maintenir immobiliser sur le dos durant 10 sec.</i> | Déséquilibrer son adversaire pour l'amener au sol. | Pour déséquilibrer : <ul style="list-style-type: none"> - Faire chuter dans la direction de la force créée par mon adversaire. - Saisir le haut du corps et garder le contact avec l'adversaire. - Basculer le haut du corps de son adversaire en rotation. - Limiter voir bloquer les déplacements des membres inférieurs. |
| | Contrôler sa chute. | Pour contrôler : <ul style="list-style-type: none"> - Faire corps avec son adversaire et contrôler le membre équilibrateur. - pour celui qui chute, « coller » son menton, ne pas tenter d'amortir la chute en mettant le bras ou le coude opposé en contact avec le sol. |
| | Être capable de retourner un adversaire sur le dos. | Pour retourner : <ul style="list-style-type: none"> - Pousser avec le thorax sur le haut du corps de l'adversaire en gardant le contact. - Supprimer les appuis opposés (en priorité les bras) en tirant ceux-ci vers moi. |
| | Être capable de maintenir son adversaire 10 sec sur le dos. | Pour immobiliser : <ul style="list-style-type: none"> - Appuyer le plus fort possible avec mon thorax sur le thorax de l'adversaire. - Être en contact avec mon adversaire sur la plus grande surface possible. - Empêcher les déplacements en se positionnant en travers sur le thorax de l'adversaire. - Inhiber l'action des bras |
| <i>S'engager dans divers jeux de lutte</i> | Connaître le matériel et les règles de sécurité et l'usage qu'il faut en faire | <ul style="list-style-type: none"> - Savoir ce qu'il ne faut pas faire pour respecter les règles d'or. Pour arbitrer /juger : <ul style="list-style-type: none"> - Connaître les règles. - Reconnaître un cas d'immobilisation et de fin d'immobilisation. - Savoir arrêter le combat en cas de danger. - Connaître les règles de sécurité et les consignes d'arrêt. - Pénaliser si nécessaire. |

3. Propositions pour module d'apprentissage Judo scolaire au cycle 3

Organisation générale

PHASE DE DECOUVERTE

Permettre à tous les élèves d'éprouver l'essence de l'activité par une approche ludique.

2 séances

Découvrir

Situation de REFERENCE

Mettre les élèves dans une situation d'opposition individuelle afin d'évaluer leurs capacités à s'opposer individuellement face à des adversaires différents.

1 séance

S'évaluer

PHASE D'APPRENTISSAGE

1. Permettre aux élèves de découvrir et d'explorer des réponses motrices efficaces au regard d'un problème posé.
2. Donner un temps de pratique suffisant permettant aux élèves d'intégrer et de maîtriser ces techniques.

- Comment immobiliser mon adversaire?
- Comment retourner mon adversaire?
- Comment faire chuter un adversaire?

6 à 8 séances

Apprendre

Situation de REFERENCE

Mettre les élèves dans une situation d'opposition individuelle afin d'évaluer leurs capacités à s'opposer individuellement face à des adversaires différents.

1 séance

S'évaluer

Réinvestir dans une situation différente les compétences apprises.

1 séance

Réinvestir

Bien que les phases décrites ci-dessus restent des incontournables, la situation de référence ainsi que les contenus travaillés restent à discrétion des enseignants et tiennent compte des acquisitions antérieures (les documents proposés en annexe concernent les contenus d'un module d'apprentissage classique). Voici quelques propositions...

**Situations de
REFERENCE initiale**

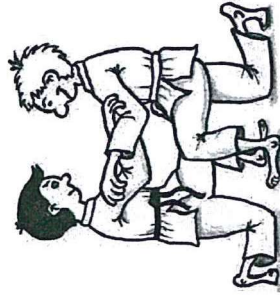
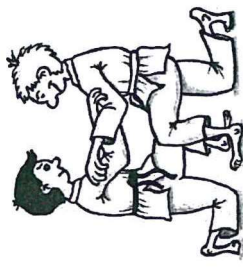


**Contenus à travailler lors des séquences
d'apprentissage**

Pour un premier module...

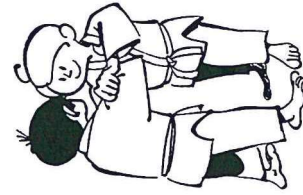
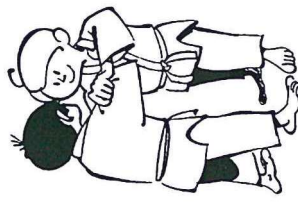
- Comment immobiliser son adversaire ?
- Comment défendre face à un adversaire qui veut m'immobiliser ?
- Comment retourner son adversaire pour l'immobiliser ?
- Comment défendre face à un adversaire qui veut me retourner ?

**Situations de
REFERENCE finale**



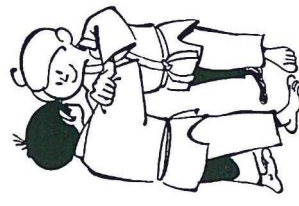
Pour les initiés...

- Comment immobiliser son adversaire ?
- Comment retourner son adversaire pour l'immobiliser ?
- Comment faire chuter un adversaire qui se déplace latéralement ?
- Comment faire chuter un adversaire qui avance ou qui recule ?



Pour les experts...

- Comment faire chuter un adversaire qui se déplace latéralement ?
- Comment défendre face à un adversaire qui veut me faire chuter lorsque je me déplace latéralement ?
- Comment faire chuter un adversaire qui avance ou qui recule ?
- Comment défendre face à un adversaire qui veut me faire chuter alors que j'avance ou que je recule ?



4. La phase de découverte/ mise en activité en début de séance.

La liste, non exhaustive présentée ci-dessous, permet d'avoir une idée des jeux qui peuvent être proposés en **phase de découverte** ou en **mise en train en début de séance**. Ces phases de jeux sont très importantes car elles conditionnent le rapport que les élèves vont développer avec cette activité. Il convient donc de favoriser les situations ludiques ainsi que le temps de pratique.

NE WAZA (travail au sol)

| Objectifs | JEUX | Consignes |
|---|-------------------------------------|---|
| Rester face à l'adversaire | « Toupie » | A en position quadrupédique, B devant doit passer derrière par les côtés, sans toucher A |
| Rester face à l'adversaire Mobilité au sol | « Touche épaules » | A en demeurant assis sur ses fesses doit esquiver, B doit toucher les épaules de A |
| Utilisation du poids du corps | Empêcher de se lever | A en quadrupédie, B en position semi fléchie de côté empêche A de se relever |
| Utilisation du poids du corps et répartition des forces | Empêcher de se lever + de sortir | <i>Idem</i> , mais en plus A peut sortir du tapis en rampant |
| Répartition des forces et mobilité | Empêcher de se mettre sur le ventre | A sur le dos doit se mettre sur le ventre, B en contact poitrine l'en empêche en gardant les bras en « antenne » au sol |

NAGE WAZA (travail debout)

| Objectifs | JEUX | Consignes |
|---|----------------------|--|
| Mobilité, esquivé membres inférieurs | Touche pieds /genoux | A et B sur 2 tapis doivent se toucher avec les orteils les pieds adverses. <i>Idem</i> mains aux genoux. |
| Mobilité, esquivé membres inférieurs et supérieurs | Touche épaules | A et B sur 2 tapis doivent se toucher les épaules. Main Dte, Gche, les 2. |
| Mobilité, esquivé du corps et dosage de l'interaction | Gifle | A et B sur 2 tapis, main gauche sur la joue gauche, doivent toucher la main avec la main droite. Changement |
| Travail en rotations des membres inférieurs | Nœud dans le dos | A et B sur 2 tapis, le nœud de ceinture est dans le dos, doivent avec main Dte toucher le nœud. Main gche, les 2 mains. |
| Opposition défense de territoire | Sumo maître chez lui | Cercle de Ø 2m. Faire mettre à l'adversaire 2 pieds en dehors du cercle. Victoire à 2 X. |
| Opposition défense de territoire et appuis au sol | Sumo | Cercle de Ø 2m. Faire mettre à l'adversaire 2 pieds en dehors du cercle, et/ou lui décoller les 2 appuis du sol. Victoire à 2 X. |

5. Les rôles à tenir par les élèves.

Au-delà des apprentissages dans compétences motrices, un certain nombre d'apprentissages liées aux compétences sociales et civiques ainsi qu'au développement de l'autonomie et de la responsabilité sont visées au travers de ce dossier. Elles s'organisent autour de divers "rôles sociaux" au sens large, présentés ci-dessous.

UKE et TORI, partenaires de travail



TORI : il s'agit du judoka qui est en phase de travail. Grâce à une étroite coopération avec UKE, il va affiner ses techniques.

UKE : c'est le partenaire de TORI. Il doit lui faciliter le travail. Il dose sa résistance et lui fait état de se qu'il ressent.

Le SHOGUN, arbitre et conseiller



En tant qu' **ARBITRE**, le SHOGUN connaît et fait respecter les règles d'or, celles propre au combat. Il valide les actions signale les pénalités et les annonce.

Lorsque UKE et TORI sont en phase de travail, et tout en veillant à la sécurité, le SHOGUN tient plus un rôle de **CONSEILLER** auprès des deux partenaires.

Il peut aider TORI, le guider dans ses actions ou demander à UKE de mieux doser sa résistance.

Le JUGE et le CHRONOMETREUR,

Indispensables au bon déroulement des situations de combat, le JUGE et le CHRONOMETREUR forment avec l'ARBITRE le trio des "officiels".

Le **JUGE** est en charge de noter sur la feuille de score les *actions marquées* et les *pénalités* signalées par le juge.

Le **CHRONOMETREUR** est le gardien du temps. Il arrête le chronomètre lorsque l'arbitre lui signale un *MATTE* et le met en marche à *HAJIME*. Il signale à l'arbitre la fin du combat.

IMPORTANT

Ces "rôles sociaux" sont très importants car ils conditionnent le déroulement du cycle d'apprentissage tout entier. Il convient donc, dès les premières séances de solliciter les élèves à ces différents rôles.

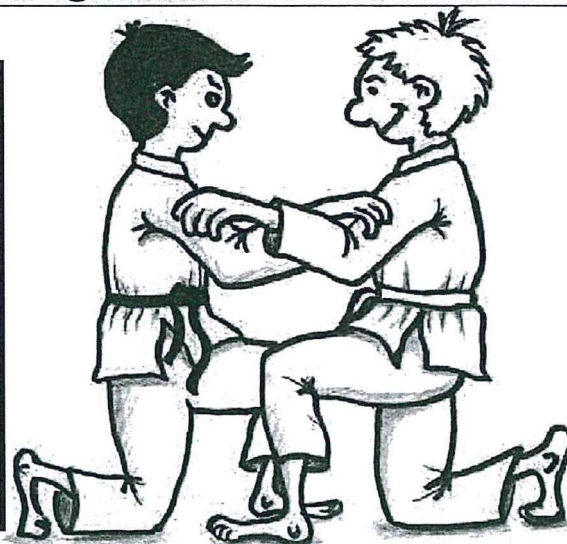
Pour le bon déroulement des **situations de référence**, les élèves doivent être en mesure de tenir les différents rôles du trio arbitral. Le succès des **phases d'apprentissage** repose lui, sur la mise en place du couple UKE et TORI.

6. Les situations de référence

Situation de Référence initiale :
« Garde mixte, un genou au sol »

Les 2 JUDOKA sont face à face,
1 genou au sol,
1 minute de combat.

Garde Mixte (saisie revers/manche en symétrie pour les deux combattants).
La saisie est mise en place avant le « HAJIME ».



Points marqués :

- Chaque fois que l'adversaire est renversé : 1 point.
- Immobilisation tenue 10 secondes : 3 points.

Pénalités :

- Chaque fois qu'un combattant ne respectera pas l'une des règles d'or il se verra attribuer un/des point(s) de pénalité.
 - Si un combattant se met debout 1 point de pénalité.
 - Si un combattant fuit le combat 1 point de pénalité.
 - S'il met la main au sol 1 point de pénalité.
 - S'il saisit au cou ou à la tête son adversaire 3 points de pénalité.

Interdits (règles d'or) :

- Tout ce qui peut faire mal ou humilier.
- Pousser directement l'adversaire sur l'arrière.
- Serrer, tirer... la tête du partenaire.
- Les mains doivent rester sur le JUDO GI (aucune autre saisie n'est autorisée).

Rôles sociaux :

- **Arbitre central** : veille au respect des règles établies, à la sécurité des combattants. Attribue les points et les pénalités (Ces rôles peuvent être partagés lors d'une organisation par groupe de 5 élèves).
Il arrête le combat par un MATTE lorsqu'une règle d'or n'est pas respectée, pour annoncer une pénalité, en cas de sortie de l'aire de combat ou pour immobilisation.
- **Juge** : note les points et les résultats sur la feuille de marque.
- **Chrono** : Arrête le chrono à « MATTE » et le remet en marche à « HAJIME ».

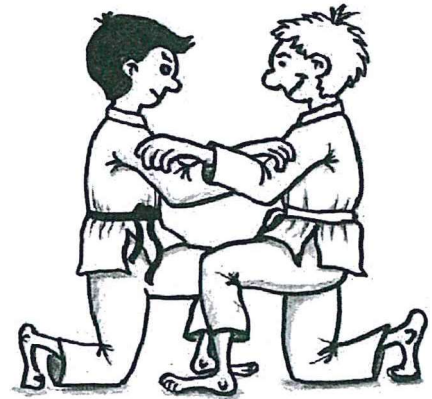
Situation de Référence :

« Garde mixte, un genou au sol »

Cette situation de référence étant très proche de la précédente, les modifications ont été apportées en rouge dans le texte.

Les 2 JUDOKA sont face à face,
1 genou au sol,
1'30 de combat

Garde Mixte



Points marqués :



- Contrôle arrière : 1 point
- Immobilisation maintenue de 5 à 9 sec : **YUKO** 5 points
- Immobilisation maintenue de 10 à 14 sec : **WAZA ARI** 7 points
- Immobilisation maintenue 15 sec : **IPPON** 10 points

Pénalités :

• Chaque fois qu'un combattant ne respectera pas l'une des règles d'or il se verra attribuer un/des point(s) de pénalité.

- Si un combattant se met debout 1 point de pénalité.
- Si un combattant fuit le combat 1 point de pénalité.
- Passivité 1 point de pénalité.
- S'il saisit au cou ou à la tête son adversaire 3 points de pénalité.

Interdits (règles d'or) :

Idem situation initiale sauf...

- Au moins une main (saisie) sur le JUDO GI.

Rôles sociaux :

- **Arbitre central** : Les rôles sont les mêmes avec en plus l'annonce des actions marquées (YUKO, WAZA ARI ou IPPON)
- **Juge et Chrono** : Idem.

Situation de Référence

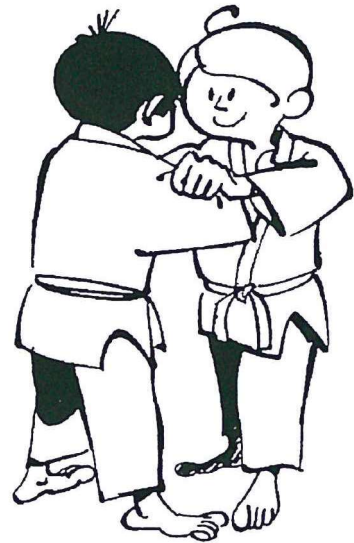
Debout « Face à face »

ATTENTION

La mise en place de cette situation de référence nécessite la mise en place préalable d'un apprentissage progressif de la chute avant, arrière et latérale (UKEMI)

"PAS D'ENCHAINEMENT AU SOL"

Deux élèves debout, face à face
1 minute 30 de combat



Points marqués :

- | | | |
|--|-----------------|------------|
| • Faire chuter son adversaire sur le côté : | YUKO | 5 points. |
| • Faire chuter son adversaire partiellement sur le dos : | WAZA ARI | 7 points. |
| • Faire chuter son adversaire sur le dos : | IPPON | 10 points. |

« un combattant marquant un score de 20 points gagne le combat »

Pénalités :

- Chaque fois qu'un combattant ne respectera pas l'une des règles d'or il se verra attribuer un/des point(s) de pénalité.
 - Si un combattant fuit le combat **1 point de pénalité.**
 - S'il n'a pas ses deux mains sur le JUDO GI **1 point de pénalité.**

Interdits (règles d'or) :

- Tout ce qui peut faire mal ou humilier.
- Serrer, tirer... la tête du partenaire.
- Les mains doivent rester sur le JUDO GI (aucune autre saisie n'est autorisée).

Rôles sociaux :

- **Arbitre central** : veille au respect des règles établies, à la sécurité des combattants. Attribue les points et les pénalités (Ces rôles peuvent être partagés lors d'une organisation par groupe de 5 élèves). Il arrête le combat par un MATTE lorsqu'une règle d'or n'est pas respectée, pour annoncer une pénalité, en cas de sortie de l'aire de combat ou pour immobilisation.
- **Juge** : note les points et les résultats sur la feuille de marque.
- **Chrono** : Arrête le chrono à « MATTE » et le remet en marche à « HAJIME ».

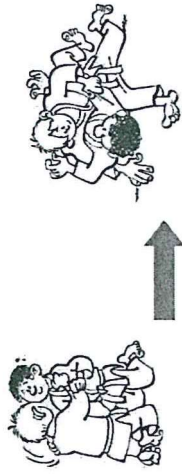
7. La phase d'apprentissage

Le principe est de présenter aux élèves un problème moteur à résoudre sur le temps d'une séquence d'apprentissage. Ils disposeront d'une séance (A) pour trouver des réponses motrices au problème posé, partager ces solutions et d'une séance (B) pour intégrer/apprendre ces gestes moteurs et leur utilisation en contexte.

SEANCE A EXPLORATION/EXPERIMENTATION

Le "problème moteur" est posé aux élèves.

Comment amener mon adversaire au sol?



- Ils entrent ensuite en phase de recherche en collaboration/coopération (UKE - TORI). On explore, on expérimente.

- On propose, on partage et on valide les solutions trouvées.

Des règles d'action sont retenues et des principes sont dégagés. Ces réponses sont "archivées" (photos, traces écrites, dessins...).

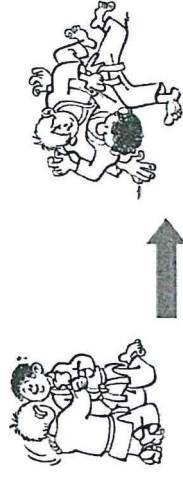
SEANCE B

APPRENTISSAGE MOTEUR/SYSTEMATISATION

Rappel de la situation précédente (traces)

- Mise en pratique sur les différentes techniques identifiées. On s'appuie sur les règles d'action énoncées. Le travail s'effectue coopération.
- Randori thématique: une tâche motrice spécifique est proposée. Les élèves testent, en situation d'opposition réelle, leur niveau de maîtrise.

Amener mon adversaire au sol.



B UT: Amener l'adversaire sur le dos à partir de la position de départ.
CRITERE DE REUSSITE: réussir à amener 2 fois mon adversaire sur le dos en 1

Exemple de séquence d'apprentissage sur "comment amener mon adversaire au sol?"

8. Finalisation du module, prolongements

PROPOSITION D'ORGANISATION D'UNE DERNIERE SEANCE en prolongement du module.

Cette dernière séance dite de "RESTITUTION " peut évidemment prendre plusieurs formes. Nous vous donnons ici une série de pistes exploitables lors d'une dernière séance.



Un temps d'**ECHAUFFEMENT** pris en charge par les élèves.

Une **MISE EN TRAIN** qui serait l'occasion de reprendre aussi les divers jeux en **NE WAZA** ou en **NAGE WAZA**




Des **DEMONSTRATIONS** de mini-enchaînements.

Ce peut-être l'occasion pour les élèves de présenter une série de techniques travaillées lors du module. Par deux, les élèves peuvent ainsi présenter leur enchaînement, devant un jury ou tout simplement aux parents venus assister à cette séance de restitution.



Une **REMISE DES DIPLOMES/CEINTURES**.

Ce moment solennel et/ou convivial est l'occasion de récompenser l'investissement général des élèves dans le projet Judo Ecole et Citoyenneté.



Des **EXPOSITIONS** des divers travaux réalisés en classe, dans toutes les disciplines, autour du Judo ou de la culture du Japon : Lectures, reportages, haïkus, arts japonais...

9. Modalités en cas de co-intervention

Le judo n'est pas une activité à encadrement renforcé.

Sa programmation en EPS ne nécessite donc pas la présence d'un intervenant extérieur.

Le recours à des intervenants est néanmoins envisageable pour aider l'enseignant à la mise en œuvre du projet cadre.

- **L'intervenant** est un **spécialiste de la discipline** et à ce titre il est à même d'animer en grande partie l'activité dans ses différentes phases : échauffement, travail de recherche, retour au calme.

Il sera cependant sollicité tout spécialement pour sa connaissance précise de l'APS (en cela il est le garant d'un certain esprit véhiculé par la discipline : le code moral):

- terminologie et vocabulaire ;
- organisation de combat avec mise en place de rôles sociaux tels que les juges et l'arbitre central ;
- mise en place des échauffements et retour au calme ;
- l'organisation de rencontres ;
- apport technique/guidage quant aux gestes effectués par les élèves (son rôle à ce niveau n'est pas systématiquement d'apporter la réponse technique idéale, mais bien d'amener les élèves à identifier les grands principes du judo).

L'intervenant joue le rôle de formateur auprès des enseignants en apportant une meilleure connaissance de la discipline et en leur permettant à terme de mener l'activité en autonomie.

- **Le maître**, lui est un **professionnel de l'enseignement**.

Il assure donc toute la gestion des apprentissages par la mise en place d'une pédagogie active.

Il met en œuvre tous les outils nécessaires à ces apprentissages au travers d'affichages et de traces écrites, avant, pendant, et après la séance.

Il assure la lisibilité des différents temps de la séance et par ce biais celle du processus d'apprentissage. Il veille au respect des consignes et participe activement au suivi des groupes de travail.

Par sa connaissance des élèves il est à même de constituer les groupes et si besoin gérer les problèmes de comportement. Il aide l'intervenant dans son animation en veillant au chronométrage des différents temps de la séance.

- La collaboration commencera par une concertation entre l'enseignant et l'intervenant au cours de laquelle seront fixées les modalités de la co-intervention.
- Elle se poursuivra ensuite par la participation de l'intervenant à la moitié au plus des séances du module.
- Tout intervenant extérieur devra être au préalable agréé par le directeur académique des services de l'éducation nationale.

10. Annexes

Vous trouverez en annexes un ensemble de documents d'aide à la mise en place de ce cycle "Judo Scolaire".

- Un petit **LEXIQUE** du Judo
- Des outils pour les **TRACES ECRITES EN EPS** :
 - Des **AFFICHES**, permettant d'illustrer les problèmes moteurs posés.
 - Des **FICHES ATELIERS**, présentant les diverses tâches proposées et autorisant une mise en activité autonome.
 - Des **FICHES D'OBSERVATION**, à destination des observateurs et autres juges, permettant aux élèves d'enregistrer leurs résultats et leur maîtrise des compétences travaillées que ce soit dans les situation de référence ou dans les situations d'apprentissage. Ces tableaux donnent aussi à l'enseignant les rotations entre juges, arbitres et combattant, par groupe de 4 ou de 5 élèves.
- Une proposition de **DIPLOME**
- Des pistes d'activités autour de la **CULTURE JAPONAISE**

PETIT LEXIQUE JUDO

Termes d'arbitrage :

| | |
|------------------|--------------------------|
| Hajime | Commencez |
| Matte | Arrêtez |
| Koka | Petit avantage |
| Yuko | Avantage moyen |
| Waza Ari | Grand avantage technique |
| Ippon | Un point victorieux |
| Osae komi | Début d'immobilisation |
| Tokéta | Sortie d'immobilisation |

Termes généraux :

| | |
|----------------|--|
| Uke | Celui qui subit l'action (qui fait travailler) |
| Tori | Celui qui fait l'action (celui qui travaille) |
| Rei | Salut |
| Judo-gi | Tenue pour pratiquer le judo |
| Dojo | Lieu où l'on étudie la voie |
| Tatami | Surface sur laquelle on pratique |
| Sensei | Le maître |

FICHE D'OBSERVATION

SITUATION DE REFERENCE

| | | | |
|---|--|---|--|
| A | | B | |
| C | | D | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : C | | Arbitre : D | | |
| A vs B | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | A | | | |
| | B | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : A | | Arbitre : B | | |
| C vs D | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | C | | | |
| | D | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : B | | Arbitre : D | | |
| A vs C | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | A | | | |
| | C | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : A | | Arbitre : C | | |
| D vs B | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | D | | | |
| | B | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : C | | Arbitre : B | | |
| A vs D | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | A | | | |
| | D | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : D | | Arbitre : A | | |
| C vs B | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | C | | | |
| | D | | | |

BILAN :

| Nombre de victoire(s) ↓ | | Total points marqués | Total points encaissés |
|-------------------------|--|----------------------|------------------------|
| A | | | |
| B | | | |
| C | | | |
| D | | | |

FICHE D'OBSERVATION

SITUATION DE REFERENCE

| | | | |
|---|--|---|--|
| A | | B | |
| C | | D | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : C | | Arbitre : D | | |
| A vs B | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | A | | | |
| | B | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : E | | Arbitre : B | | |
| C vs D | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | C | | | |
| | D | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : B | | Arbitre : C | | |
| A vs E | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | A | | | |
| | E | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : D | | Arbitre : E | | |
| C vs B | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | C | | | |
| | B | | | |

| | | | | |
|---------------|---|---------------|------------------|--------------|
| Juge : A | | Arbitre : B | | |
| E vs D | | POINTS | PENALITES | TOTAL |
| | E | | | |
| | D | | | |

BILAN :

| Nombre de victoire(s) ↓ | Total points marqués | Total points encaissés |
|-------------------------|----------------------|------------------------|
| A | | |
| B | | |
| C | | |
| D | | |
| E | | |