

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

**CLASSE : 4<sup>ème</sup> année de l'enseignement secondaire**

<b>THEMES</b>	<b>OBJECTIFS DE FORMATION</b>
<b>HISTOIRE</b>	Le judo moderne
<b>ORGANISATION ET LEGISLATION</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Arbitrage : évaluation et pénalités</li><li>2. le tirage au sort : histoire et Evolution</li></ol>
<b>THEORIE DE LA SPECIALITE</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. les méthodes d'entraînement Spécifiques au judo et leur évolution</li><li>2. l'apport d'autres disciplines au Judo</li><li>3. le suivi de l'entraînement</li><li>4. l'enfant et le judo</li></ol>
<b>FORMATION SCIENTIFIQUE</b>	La planification de l'entraînement en judo : <ol style="list-style-type: none"><li>1. programmation annuelle</li><li>2. test et évaluation</li><li>3. préparation psychologique et mentale</li><li>4. prévention et traumatisme</li><li>5. qualités physiques et tactiques</li></ol>