

Moyens et méthodes pédagogiques :

- Travail pratique sur le tapis en groupe et en cours collectif.
- Travail en groupes avec supports pédagogiques.
- Interventions d'experts judo - jujitsu alliant théorie, vécu de terrain, partage d'expériences.

INSCRIS-TOI !

INSCRIPTION EXTRANET

AVANT LE 6/04/2026

COMPETENCES VISEES :

- **Maîtriser les aspects pédagogiques fondamentaux**
 - Préparer des séances pédagogiques de JUJITSU
 - Connaître la pédagogie de base (entraide, sécurité active, respect des partenaires, organisation de l'espace, ...)
 - Mettre en œuvre une séance de JUJITSU
 - Assurer une stricte sécurité lors de la pratique au niveau des individus et de l'environnement matériel
- **Maîtriser les aspects techniques de base**
 - Maîtriser les fondamentaux (Posture, mobilité, distance, esquives, parades, blocages, saisies et atémis)
 - Maîtriser les habiletés techniques fondamentales (projections judo et jujitsu, contrôle au sol) ;
 - Connaître la terminologie japonaise
 - Maîtriser les procédés d'apprentissage et d'application (tendoku renshu, uchi komi, nage komi, yaku soku geiko, kakari geiko,
- **Maîtriser les aspects liés à la réglementation et à la sécurité de base**
 - Connaître le cadre légal de la légitime défense.
 - Connaître l'accessibilité du JUJITSU (public et sécurité dans la pratique).
 - Connaître la réglementation liée à la pratique du JUJITSU.
 - Connaître la conduite à tenir en cas d'accident survenu dans le dojo.

JOUR 1 – 7,5 heures	
9h00 – 9h30	Ouverture et présentation des objectifs de la formation : Positionnement des stagiaires : représentations et attentes vis-à-vis du parajudo. Introduction : environnement et enjeux du PARA dans la fédération.
9h30 – 11h	Comprendre les publics – PSH mental : Caractéristiques et besoins spécifiques. Pédagogie adaptée : structuration de la séance, consignes, rythmes. Atelier interactif : construction d'une trame de séance.
11h – 12h30	Préparation et conception de séance Travail en sous-groupes : concevoir une activité adaptée au PSH mental - Restitution et échanges.
14h – 15h30	Accueil groupe PSH : Mise en situation pédagogique : animer, encadrer une séquence d'apprentissage préparée
15h30 – 16h30	Retour sur séance : Analyse collective : points forts, difficultés rencontrées, pistes d'amélioration.
16h30 – 18h00	Caractéristiques du PSH moteur, sensoriel Présentation des dispositifs de financement existants (fédéraux, médico-sociaux, institutionnels). Bilan Jour 1 : synthèse des acquis et préparation du Jour 2.
JOUR 2 – 6,5 heures	
8h30 – 10h30	Environnement médico-social et parcours de pratiquants Aménagement des grades en judo pour les publics PSH.
10h30 – 12h00	Préparation de séance – Handicap sensoriel (DV/DA) - Réflexion par groupes.
13h30 – 15h30	Mise en situation pédagogique – Public DV/DA : Animation d'exercices adaptés. Nage-no-kata DV (adaptations spécifiques).
15h00 – 16h30	Bilan et clôture du stage : Retours des stagiaires, Synthèse des acquis, Perspectives pour la suite de la formation.