

# Judo

## Infos pratiques

---

- > ECTS : 3,0
- > Nombre d'heures : 30,0
- > Langue(s) d'enseignement : Français
- > Période de l'année : Enseignement troisième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Travaux dirigés
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 4S3L2024
- > En savoir plus : <https://coursenligne.parisnanterre.fr/> <https://ufr-staps.parisnanterre.fr/>

## Présentation

---

Enseignement pratique et théorique.

## Objectifs

---

Améliorer la pratique et la formalisation des techniques en judo. Développer les connaissances relatives à l'optimisation de la performance en judo.

## Évaluation

---

50% pratique et 50% théorie

## Compétences visées

---

Appréhender la pratique du judo de façon systémique en rationalisant les choix technico tactiques.

## Bibliographie

---

1. « Optimisation de la performance sportive en Judo », Thierry PAILLARD, collection sciences et pratiques du sport, ed. De Boeck
2. « enseigner le judo au collège et au Lycée » M.Calmet, CRDP d'Amiens 2002
3. « JUDO : une pédagogie du savoir combattre, J.Augé, F.Lavie, P.Meuley, collection de l'école au association, édition revue EPS 2002
4. « JUDO » R.Cadière, F.Trilles, édition revue EPS 1998.
5. « JUDO OPTIMAL » D.Thabot, les cahiers ACTIO 1995
6. « Approche technologique des phénomènes d'enseignement du judo en éducation physique ; dévolution du problème à des élèves de seconde, lors d'un premier cycle de sport de combat de préhension », thèse de 1996 par A.Barbot
7. « JUDO », M. BROUSSE, Minerva 2002

## Ressources pédagogiques

---

cours en ligne