

ÉCOLE PLATEAU ST-LOUIS

Activité scolaire

COURS DE JUDO

Offert par l'Association de Judo Blainville (OBNL), une association reconnue par Judo-Québec et Judo Canada.

Inscription du 5 au 15 janvier

PATRICK KEARNEY

Directeur technique

dt@dojoblainville.com

514 346-9412



Le judo pour enfants est une discipline qui favorise le développement physique et mental des jeunes. Il permet de développer la motricité, la coordination, la force, la flexibilité et l'agilité tout en enseignant des valeurs importantes comme l'éthique, le respect, la discipline et la confiance en soi. Le judo pour enfants est également une activité ludique et stimulante qui permet aux jeunes de s'amuser tout en apprenant.

LIEN AVEC LE PROGRAMME SCOLAIRE D'ÉDUCATION PHYSIQUE

Le judo est un bon moyen d'apprentissage pour la compétence *Interagir dans divers contextes de pratique d'activités physiques*. Ce sport permet l'utilisation de tous les principes d'action des activités de combat : exploiter l'espace, encercler, déséquilibrer, immobiliser, feinter et réagir aux actions de l'adversaire. En tant qu'art martial, il permet aussi d'intervenir sur divers éléments éthiques : respect des pairs, des règlements et de l'arbitre ; combativité, dépassement de soi, honnêteté, dignité et maîtrise de soi notamment.

BIENFAITS DU JUDO POUR LES ENFANTS

- Développement physique
- Développement mental
- Développement social
- Développement de la confiance en soi

En résumé, le judo pour enfants est une excellente discipline qui permet de développer les capacités physiques et mentales des jeunes tout en leur enseignant des valeurs importantes.

→ CLIENTÈLE: GARÇONS ET FILLES

→ CLIENTÈLE: DU 1^{er} AU 2^e CYCLE

LES COURS

- 1 cours par semaine pour un total de 10 semaines, le jeudi de 11h à 12h25
- Début des cours le 22 janvier, fin de la session le 9 avril
- Tarif: 125 \$ par session par enfant, incluant l'affiliation de judo parascolaire (en 2024, 14 \$)
- Capacité: 20 élèves par cours
- Inscriptions via dojoblainville.com en cliquant sur l'option inscription puis sélectionner l'option parascolaire Plateau St-Louis.



L'Association prêtera à l'école des tapis puzzle qui resteront sur place. Pour les costumes/judogis, une quantité sera laissée sur place.