

JUDO

Thématique : Sport

Composante / Service dispensant l'UE : SUAPS

Au travers de cet enseignement, en prenant pour support une pratique physique et sportive, le SUAPS vous permet d'acquérir les compétences permettant de vous inscrire dans une pratique physique durable : enjeu sanitaire sociétal. Vous aborderez ainsi les thèmes transversaux de l'acculturation à une pratique physique et sportive : gestion de votre vie physique, autonomie et sécurité dans la pratique, bien être.

Objectifs pédagogiques et contenu	-Découvrir le judo en tant que moyen d'éducation à la santé. -Développer des habiletés motrices, des attitudes relevant de différents secteurs de la santé : l'axe vertébral, la souplesse, le tonus postural, le schéma corporel, la sécurisation de la chute, la sollicitation de l'appareil cardio-vasculaire. -Apprendre à se fixer des objectifs de progrès personnel.
Modalités d'enseignement	☒ Cours en présence ☐ cours en ligne ☐ hybride (nb d'heures en présence)
Volume horaire	Nombre d'heures de cours : 18h TD ou 24h TD + travail écrit personnel Estimation du nombre d'heures de travail personnel étudiant : 12 hTD + travail personnel + constitution d'un dossier
Responsable	Gérald GUINARD
Contact pour information	gerald.guinard@uca.fr plus d'informations ici
Intervenants	Gérald GUINARD Professeur EPS
Calendrier des enseignements	☒ Durée 1 semestre – 1 ^{er} semestre Début des activités : 1 ^{er} semestre du 28 septembre 2026 au 18 décembre 2026
Créneau horaire pour les cours en présence	Vendredi 16h00 - 18h00
Lieu d'enseignement	SUAPS-Stade universitaire : 15 rue Poncillon Clermont-Fd / Dojo (salle de Judo)
Capacité d'accueil	28 par créneau
Effectif minimum pour ouverture de l'UE	10 par créneau
Modalités de contrôle des connaissances et des compétences	Assiduité : Nombre d'absences au-delà duquel l'obligation d'assiduité sera déclarée non remplie, entraînant la défaillance de l'étudiant : 2 par semestre Évaluation initiale : Évaluation continue et constitution d'un rapport écrit (2 pages) du vécu et des ressentis sur le tapis de judo. 2^{nde} chance : Epreuve théorique écrite (durée : 1h30)
Complément d'information, contraintes spécifiques	Niveau requis : : Niveau débutant et intermédiaire (ceintures de couleur, jusqu'à ceinture bleue). Équipement : Les participants(tes) devront être vêtus d'un kimono de judo. Règles de sécurité : Pour garantir la pratique du judo en toute sécurité sont interdits : bagues, montre, bracelet, boucles d'oreille, piercing ou tout autre accessoire pouvant mettre en danger sa sécurité et/ou celle des autres. Règles d'hygiène : prévoir une paire de tongs (ou sandalettes, chaussons...) pour se rendre des vestiaires au dojo. Après avoir procédé à votre inscription pédagogique sur IPWeb, merci de suivre le lien qui vous sera transmis par mail afin de choisir votre créneau.