

# Challenge de **KODOMO**

FRANCE  
JUDO



La politesse

Le courage

La sincérité

L'honneur



## À la conquête des valeurs



La modestie

Le respect

Le contrôle de soi

L'amitié



Format national ---> Mise en œuvre départementale ou locale sur chaque OTD  
Calendrier laissé libre à chaque OTD. Organisation sur un format court.



Intitulé du format d'animation: CHALLENGE DE KODOMO « à la conquête des valeurs »



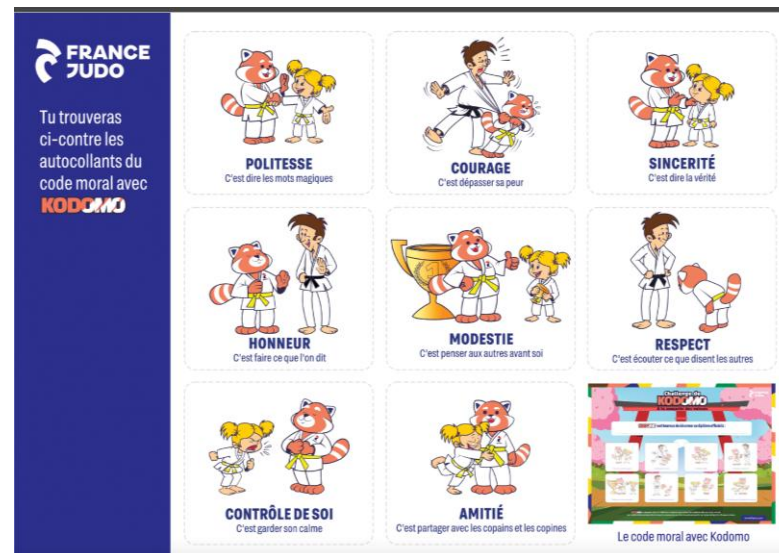
Publics cibles : Eveil Judo ---> Poussins



Contenus techniques sous formes d'ateliers où l'enfant va à « la conquête des valeurs du code moral ». Une expérience technique et pédagogique articulée autour du travail mené par l'enseignant dans le club sur ces catégories d'âges ou à partir d'un format d'animation pré-déterminer par l'organisateur



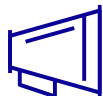
Dotation d'un ou plusieurs kits d'animation par OTD : Diplôme code moral Kodomo, image Panini, Photocall type de l'animation, ...





Organisation laissée libre à chaque OTD tout au long de la saison

Délégation aux clubs possible sous la coordination de l'OTD

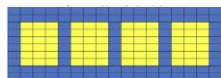


Atelier directif sur les exercices et jeux communiqués en amont aux clubs et aux enseignants et dirigés par des membres de l'encadrement technique du comité (enseignants, CT, enseignants en formation,...)



ou

Atelier qui respecte les thématiques par valeur qui ont été communiquées en amont aux enseignants (format numérique national France Judo). Les exercices présentés par les enfants sont des exercices que les enfants ont réalisés dans le club avec l'enseignant



4 surfaces ou 8 petites pour mettre en place 5 à 6 ateliers de pratiques. Les ateliers ne doivent pas forcément respecter stricto sensu la symbolique de la valeur associée

Ou une grande surface et chaque atelier est matérialisé par une valeur à conquérir



Dotation d'un kit « Kodomo Challenge » aux OTD volontaires d'une mise en œuvre en 2025-2026 (Photo Call, diplômes, image,...)



Des interactions avec le « Voyage de Kodomo » possibles

## EXEMPLES D'ATELIERS



Atelier sur les Habiletés motrice fondamentales (ramper, langouste, sauter, tirer, échelle de rythme,

Exercice Ukémis (avant, arrière, à deux) ou en forme joués

Travail ou formes jouées de déplacements seul ou à deux (coordination, posture,...)

Réalisation d'une ou plusieurs techniques en Tachi Waza chacun à son tour

Exercice sur les déplacements et les recherches d'opportunités (Kuzushi, Tsukuri)

Réalisation d'une ou plusieurs techniques en Ne Waza (retournement simple) en privilégiant la recherche de l'osaekomi pour aller au plus complexe au retournement suivi de l'osaekomi en fonction du grade et de l'âge

Connaître et réaliser des techniques dans la nomenclature en fonction des grades (à l'annonce de l'enseignant)

Réaliser un ou plusieurs Osaekomi en enchainement et travailler les interactions Uke / Tori avec les sorties d'immobilisation simples

Utilisation l'action de Uké lorsque qu'il me pousse ou qu'il me tire (avec objets aménagé ou sans)

Yaku Soku Geiko libre reprenant des expressions techniques connues par les enfants

Kakari Geiko simple avec un rôle précis donné à Tori et un rôle à Uké en TW ou NW

Randori

# CONCEPT: A LA CONQUÊTE D'UNE VALEUR !

## VALEUR

Valeur du **code moral** : B.MIDAN

Adaptation des **maximes pour les enfants**



## THÈME TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

**Thématique** technique et pédagogique à présenter sur l'atelier. Adaptation selon l'âge et le grade.



## AMITIÉ

C'est partager avec les copains et les copines

## EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE

Évaluation ou animation de l'atelier réalisé par des ceintures noires ou des enseignants



**Transition pédagogique** qui permet de faire le lien entre une valeur et une ou plusieurs thématiques techniques.

## TRANSITION PÉDAGOGIQUE

Challenge de  
**KODOMO**  
À la conquête des valeurs

*La politesse*



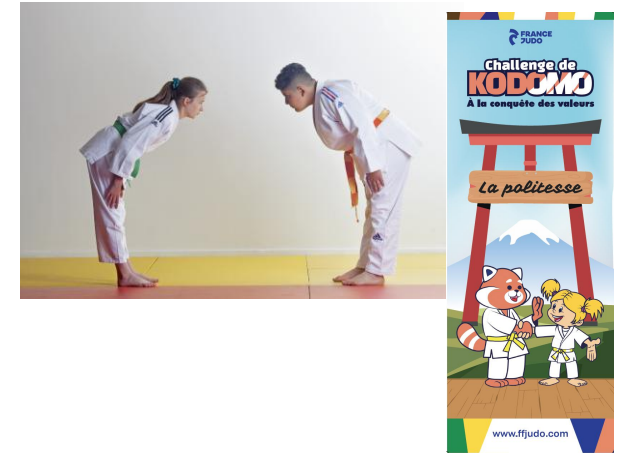
## THÈME TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

### La Culture Judo

« La maison du judo, respecte-la.  
Apprends à être un bon judoka »

## VALEUR

La politesse « c'est dire les mots magiques »



## TRANSITION PÉDAGOGIQUE

« Pour France Judo, cette valeur est dédiée à  
la connaissance chez le Judoka de son  
environnement et au développement du  
sentiment d'appartenance à la famille du  
judo »

## EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE



Slide suivante.



Propositions d'ateliers en  
fonction des âges et des  
niveaux de grades



**Eveil****Mini Poussins****Poussins**

***Cet atelier repose sur un principe collectif ou la politesse est l'une des valeurs les plus transversales de l'animation challenge kodomo et plus généralement d'un cours ou d'une séance de judo***

*Le rituel du salut collectif au début et à la fin de la séance*

Les formes de salut

Les mots en japonais

La tenue et le nœud de ceinture

Un échauffement sous forme joué qui reprend des terminologies de judo à reproduire en collectif ou en atelier

# Challenge de **KODOMO**

À la conquête des valeurs

Le courage



## THÈME TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

### LA DYNAMIQUE D'ACTION

« Ose te mettre en action devant les autres, surpasse les obstacles et ta peur »

Les UKEMIS



## VALEUR

Le Courage « c'est dépasser sa peur »



## TRANSITION PÉDAGOGIQUE

« Pour France Judo, cette valeur est dédiée aux apprentissages techniques fondamentaux du judoka permettant de surmonter ses appréhensions, et d'affronter les incertitudes »

## EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE



Slide suivante.

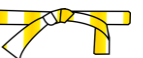


Propositions d'ateliers en fonction des âges et des niveaux de grades



**Eveil***JE SURMONTE MA PEUR*

- Répondre à un déplacement (éléphant, renard, ) effectuer la chute vers l'avant
- Coopération suivre le partenaire, se positionner selon la consigne ( uke pla t ventre : Ukemi arrière ou avant par-dessus
- Ukemi avec obstacle (hauteur, longueur)
- Ukemi avec un partenaire

**Mini Poussins***JE SURMONTE MON APPREHENSION*

- Ukemi seul relevée / bloquée
- Ukemi seul en déplacement
- Ukemi seul avec obstacle
- Ukemi à 2 en déplacement (miroir)
- Ukemi à 2 avec saisie

**Poussins***JE MAITRISE LES CHUTES*

- Ukemi seul
- Ukemi seul avec obstacle
- Ukemi à 2 en déplacement (miroir)
- Ukemi à 2 avec saisie
- Ukemi avec projection technique (Consigne sur le rôle de Uké)

# Challenge de **KODOMO**

À la conquête des valeurs

La sincérité



## THÈME TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

### LE TRAVAIL TECHNIQUE A THÈME

« Engage-toi dans un travail en coopération ou avec ton partenaire »



## VALEUR

La Sincérité « c'est dire la vérité ».



## TRANSITION PÉDAGOGIQUE

« Pour France Judo, cette valeur est dédiée au développement d'un engagement mental et physique optimal et d'une bonne attitude chez le judoka »

## EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE



Slide suivante.



Propositions d'ateliers en fonction des âges et des niveaux de grades





## Eveil



*Déplacement au sol*

- Utiliser l'action pousser (sortir d'une zone l'adversaire position quadrupédique)
- Utiliser l'action de tirer (amener dans une zone )

*Déplacement debout*

- Utiliser le tirer – pousser



## Mini Poussins



*UTILISER L'ACTION DU PARTENAIRE*

- Utiliser l'action tirer / pousser
- Projeter en utilisant l'attaque correspondant au déplacement
- Uke Esquive l'attaque , Tori redouble l'attaque



## Poussins



*UTILISER L'ACTION DU PARTENAIRE*

- TORI Projeter en utilisant l'attaque correspondant au déplacement ( avancée, reculer, circulaire, diagonale)
- UKE esquive des attaques de TORI
- TORI Redoublement d'attaque après esquive
- UKE esquiver et reprend l'initiative

# Challenge de **KODOMO**

À la conquête des valeurs

La modestie



## THÈME TECHNIQUE &amp; PÉDAGOGIQUE

SAVOIR FAIRE ET SAVOIR ÊTRE

« Reconnais que sans les autres,  
sans ton partenaire, tu ne peux  
pas progresser »TRAVAIL TECHNIQUE AVEC UN  
PARTENAIRE

## VALEUR

La modestie « c'est penser aux autres avant  
soi »

## TRANSITION PÉDAGOGIQUE

« Pour France Judo, cette valeur permet au  
judoka de partager son savoir-faire tout en  
restant à l'écoute de son partenaire ou de  
son professeur »

## EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE



Slide suivante.

Propositions d'ateliers en  
fonction des âges et des  
niveaux de grades

**Eveil**

*Je donne des consignes à mon partenaire pour réaliser un exercice à deux et finir l'exercice en réussite*  
*Coordination, parcours de motricité à deux en coopération*

**Mini Poussins**

*Je démontre et j'explique une technique de mon choix devant les autres.*  
*Mes camarades essayent de reproduire la technique avec l'aide de l'enseignant.*

**Poussins**

*Je démontre et j'explique une technique de mon choix devant les autres.*  
*Mes camarades essayent de reproduire la technique avec l'aide de l'enseignant.*

# Challenge de **KODOMO**

À la conquête des valeurs

Le respect



## THÈME TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

L'ESTIME DE SOI ET DE L'AUTRE

Adopte la bonne attitude et la bonne technique



## VALEUR

Le Respect « c'est écouter ce que disent les autres »



## TRANSITION PÉDAGOGIQUE

*« Pour France Judo, cet espace permet d'incarner les valeurs du grade illustrées dans le travail, l'état d'esprit, le comportement et l'efficacité. »*

## EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE



Slide suivante.



*Propositions d'ateliers en fonction des âges et des niveaux de grades*



**Eveil**

- *Je respecte les consignes et l'exercice basé sur un parcours de motricité ou un principe technique simple (accrocher, faucher, pousser, tirer, travail de préhension,...)*

**Mini Poussins**

- *Je respecte et j'exécute la forme fondamentale de 3 à 5 techniques choisies par le professeur et qui respectent le programme d'accession à la ceinture jaune par exemple*

**Poussins**

- *Je respecte et j'exécute la forme fondamentale de 3 à 5 techniques choisies par le professeur qui respectent le programme d'accession à la ceinture orange par exemple*
-

# Challenge de **KODOMO**

À la conquête des valeurs

Le contrôle  
de soi



## THÈME TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

LA MEILLEURE UTILISATION DE L'ÉNERGIE

« Sois attentif aux consignes, maîtrise tes émotions pour être efficace »

### VALEUR

Le contrôle de soi « c'est garder son calme ».



### EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE

### TRANSITION PÉDAGOGIQUE

« Pour France Judo, cette valeur permet d'optimiser son efficacité dans sa pratique »



**Eveil**

*Je réalise l'un des 3 ateliers en contrôlant mes actions:*

- *Subtiliser un objet placé au milieu de la surface (Béret japonais - mannequin)*
- *Immobiliser le mannequin*
- *Je renverse l'adversaire pour immobiliser le mannequin*

**Mini Poussins**

*Yaku suku geiko*

*Je contrôle ma technique pour faire chuter mes partenaires respectifs en respectant les fondamentaux (Kuzushi, Tsukuri, Gaké)*

**Poussins**

*Yaku suku geiko*

*Je contrôle ma technique pour faire chuter mes partenaires respectifs en respectant les fondamentaux (Kuzushi, Tsukuri, Gaké)*

*Je varie l'intensité.*

# Challenge de **KODOMO**

À la conquête des valeurs

L'honneur



## THÈME TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

### RANDORI



#### VALEUR

L'honneur « c'est faire ce que l'on dit ».



### TRANSITION PÉDAGOGIQUE

*« Pour France Judo, cet espace permet au judoka d'incarner la dimension du projet personnel, d'incarner sa fierté dans la représentation du judo que son professeur lui a enseigné ».*

### EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE



Slide suivante.  
Propositions d'ateliers en fonction des âges et des niveaux de grades

**Eveil**

- *Sumo*

**Mini Poussins**

- *Randori*

**Poussins**

- *Randori*



# Challenge de **KODOMO**

À la conquête des valeurs

L'amitié



[www.ffjudo.com](http://www.ffjudo.com)

## VALEUR

L'amitié « c'est partager avec les copains et les copines ».



## THÈME TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

### TRANSITION PÉDAGOGIQUE

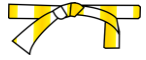
*« Pour France Judo, cette valeur d'évoluer avec l'ensemble du collectif et renforce des liens de camaraderie »*

## EXERCICES – TRAVAIL TECHNIQUE



Slide suivante.  
*Propositions d'ateliers en fonction des âges et des niveaux de grades*



**Eveil**

- *Regroupement par club*
- *Photos individuelles et collectives avec Kodomo devant le fond de podium dédié.*

**Mini Poussins**

- *Regroupement par club*
- *Photos individuelles et collectives avec Kodomo devant le fond de podium dédié.*

**Poussins**

- *Regroupement par club*
- *Photos individuelles et collectives avec Kodomo devant le fond de podium dédié.*