

Professeur/e de judo BF

Orientation de professeur/e d'une discipline sportive BF

Le judo est un art martial japonais dont le principe est "vaincre en cédant" ou "obtenir un maximum d'effet avec un minimum d'effort". Le judo est pratiqué dans plus de 150 pays, ce qui en fait l'art martial le plus répandu au monde. Le judo est enseigné par des professeurs et des professeures de judo expérimentés qui apprennent à leurs élèves, appelés judokas, à se défendre avec succès dans un duel avec les mains, les bras et les jambes.

Les professionnels donnent des cours collectifs aux judokas de tous âges et de tous niveaux dans le cadre du sport de masse. Ils orientent l'enseignement de manière individuelle en fonction des objectifs de leurs élèves. Ils leur montrent les enchaînements de mouvements codifiés (kata), le combat d'entraînement (randori) et la compétition (shiai). En leur ex-

pliquant et en leur montrant, ils leur apprennent les techniques d'attaque et de défense. Pour ne pas se blesser, tous les judokas doivent en outre apprendre des techniques de chute.

Le judo pose des exigences élevées aux professeurs et aux professeures en termes de compétences techniques, pédagogiques, sociales et personnelles. Il exige et stimule la maîtrise du corps, la force, l'endurance et l'intelligence. L'objectif est que les judokas progressent dans le système de grades par des examens de ceintures et qu'ils atteignent d'abord les grades d'élèves (Kyū) et plus tard les grades de maîtres (Dan). Chaque débutant commence avec une ceinture blanche et peut ensuite obtenir le grade supérieur en passant un examen au cours duquel il démontre des exercices de chute, des techniques debout et au sol.



Quoi et pourquoi?

- ▶ Afin que le judoka apprenne à utiliser la force de l'adversaire et à obtenir un grand effet avec un petit effort, le professeur de judo lui montre des techniques de judo, telles que les poussées et les tractions.
- ▶ Afin que les personnes intéressées soient informées de la vaste offre de la professeure de judo, celle-ci fait de la publicité pour son dojo et organise des entraînements d'initiation et des compétitions pour faire connaître le sport.
- ▶ Afin que ses judokas puissent gagner la ceinture supérieure, le professeur de judo organise des examens de ceinture semestriels selon le règlement de la FSJ.

Les faits

Admission En passant l'examen:

- Certificat fédéral de capacité (CFC), maturité, école de culture générale ou diplôme équivalent;
- au moins 2 ans de pratique en tant que professeur de judo (au moins 250 leçons au cours des 3 dernières années);
- la plus haute reconnaissance J+S et/ou esa en tant que moniteur/-trice ainsi que la réussite de la formation proposée par la Fédération Suisse de Judo et Ju-Jitsu FSJ;
- formation conforme au niveau dans le domaine du sanitaire et/ou du sauvetage dans la discipline sportive choisie (pas plus vieille de 5 ans);
- Recommandation de la Fédération Suisse de Judo et Ju-Jitsu FSJ.

Formation 2 ans de formation continue en cours d'emploi sous forme de modules.

Remarque: les frais de cours sont partiellement couverts par la Confédération.

Les aspects positifs Les professeurs et les professeures de judo entraînent la condition physique et la coordination de leurs judokas et développent leurs capacités mentales et émotionnelles. Ainsi, l'enseignement du judo contribue également au développement de leur personnalité.

Les aspects négatifs Les horaires de travail des professeurs de judo sont irréguliers, car de nombreux cours ont lieu le soir.

Bon à savoir Les professionnels travaillent dans des clubs, des institutions sportives privées, des dojos ou dans le cadre du sport scolaire.

Profil requis

	avantageux	important	très important
empathie, facilité de contact			████████████████████
équilibre	████████		
humour	████████		
indépendance			████████████████████
initiative		████████	
intérêt pour le sport et l'exercice physique, agilité			████████████████████
intérêt pour l'enseignement, compétences pédagogiques			████████████████████
persévérance, résilience, patience		████████	
sens des responsabilités, sensibilité aux dangers		████████	
talents organisationnels			████████████████████

Plans de carrière

Bachelor of Science (HEFSM) en sports
Entraîneur/-euse de sport d'élite DF, directeur/-trice d'école d'une discipline sportive DF (diplôme fédéral)
Instructeur/-trice Kata, instructeur/-trice sport-handicap, autodéfense pour groupes cibles spéciaux (spécialisation)
Professeur/e de judo BF
Formation professionnelle initiale (CFC) ou titre équivalent (voir admission)