

# *JUDO in EIS SCHOUL*



## Du JUDO depuis 2011

Le JUDO compte depuis 6 années parmi les activités sportives offertes par EIS SCHOUL en collaboration avec le Cercle de JUDO d'Esch-sur-Alzette.



Des entraîneurs qualifiés se chargent d'organiser un entraînement hebdomadaire pour les enfants des cycles 2, 3 et 4 ainsi qu'un entraînement d'éveil au JUDO pour les enfants du cycle 1.



Yohann Harmand, l'entraîneur des cycles 2, 3 et 4



## Le judo aux cycles 2, 3 et 4

Le **JUDO avancé** a lieu les jeudis après-midi à la Coque pendant les cours de gymnastique des cycles 3 et 4. Le **JUDO d'initiation** a lieu tous les mardis après-midi pour les

enfants inscrits du cycle 2.

Deux entraînements-découverte auront lieu les mardis **3.10 et 10.10** afin d'inciter des enfants intéressés du cycle 2 à joindre

le groupe. En cas d'intérêt, chaque enfant peut adhérer au groupe à condition de signer et de respecter la charte JUDO « Toujours aller plus loin ». Et cela obligera l'en-

fant à s'engager à participer aux entraînements du JUDO jusqu'à la fin de l'année scolaire.

## Le judo au cycle 1

L'éveil au JUDO a lieu les lundis après-midi dans EIS SCHOUL. Chaque enfant intéressé des cycles 1.1 et 1.2 (préscolaire) a la possibilité de s'y inscrire. Ils sont accompagnés par un entraîneur spécialisé à tra-

vailer avec ce groupe d'âge et une institutrice.



### En cas de questions:

[marc.hilger@eisschoul.lu](mailto:marc.hilger@eisschoul.lu) ou

[judo@eisschoul.lu](mailto:judo@eisschoul.lu)

## Judo seit 2011

JUDO zählt seit 6 Jahren zu dem Sportangebot der EIS SCHOUL, dies in Zusammenarbeit mit dem Cercle JUDO aus Esch-sur-Alzette. Qualifizierte

Trainer organisieren ein Training für Kinder der Zyklen 2, 3 und 4 sowie ein Training für Kinder des 1. Zyklus, das die Kinder

spielerisch an die Sportart JUDO heranzuführt.



## Judo in den Zyklen 2, 3 und 4

Das **JUDO für Fortgeschrittene** findet jeden Donnerstag Nachmittag in der Coque statt, während dem Turnunterricht der Zyklen 3 und 4. Das **Einführungs-**

**JUDO** für Kinder aus dem 2. Zyklus findet jeden Dienstag Nachmittag statt, während dem Turnunterricht des 2. Zyklus. Um allen Kindern einen Einblick in das JUDO

zu geben, finden am **3.10 und 10.10** zwei „Entdeckungstrainings“ für alle Kinder des 2. Zyklus statt. Sollten Kinder der Zyklen 2, 3 und 4 interessiert sein, der

JUDO-Gruppe beizutreten, dann sollten sie die JUDO Charta „Immer weiter“ unterschreiben. Dies verpflichtet das Kind, während einem ganzen Schuljahr am JUDO-Training teilzunehmen.



### Bei Fragen bitte wenden an:

marc.hilger@eisschoul.lu oder judo@eisschoul.lu

## Judo im Zyklus 1

Das Judo für die Kinder des Zyklus 1 findet jeden Montag Nachmittag statt. Hier darf jedes Kind aus der Vorschule (Zyklus 1.1. und 1.2.) sich einschreiben. Die Kinder werden von einem Trainer

begleitet, der gewohnt ist, mit den ganz Kleinen zu arbeiten, und von einer Lehrerin.



Yohann Harmand, donnant des consignes pendant l'entraînement

## Cycles 2, 3 et 4: inscriptions

Si vous voulez inscrire votre enfant dans le groupe JUDO des enfants des cycles 2, 3 et 4, veuillez signer la charte JUDO en annexe et la rendre au titulaire de classe de votre enfant.



## Zyklen 2, 3 und 4: Einschreibungen

Sollten sie ihr Kind in die JUDO-Gruppe der Zyklen 2, 3 und 4 einschreiben wollen, dann füllen sie bitte die Charta im Anhang aus und geben sie sie an den Lehrer/die Lehrerin weiter.

## Judo since 2011

For 6 years now, JUDO has been one of the sports activities offered by EIS SCHOUL in collaboration with the Cercle de JUDO

of Esch-sur-Alzette. Qualified trainers take care of organising a weekly training for the children of cycle 2, 3 and 4 as well as an

awareness training to JUDO for children of cycle 1.



Discovery-training at la Coque



## Judo in cycle 2, 3 and 4

Advanced JUDO training takes place on Thursday afternoons at la Coque during the gym lessons of cycle 3 and 4.

The introductory JUDO

training takes place on Tuesdays afternoon for all the children of cycle 2 who are inscribed.

A discovery training the next two Thursdays 03.10,

and 10.10, is organized with the aim of inciting interested children of cycle 2 to join the JUDO group. If interested, each child can join the introductory JUDO



group, provided that they sign and respect the Judo charta « Toujours aller plus loin ». By signing this charta, they are obliged to participate at the JUDO training till the end of the school year.

Ancienne équipe JUDO  
de Eis Schoul



## Judo in cycle 1

JUDO awareness takes place on Monday afternoons at EIS SCHOUL. Each child of cycle 1.1 and 1.2 (pre school) which is interested has the possibility to

sign up. They are accompanied by a trainer specialised in these age groups and a teacher.

## Enrolment for children in cycle 2, 3 and 4

If there are any questions, please contact

[marc.hilger@eisschoul.lu](mailto:marc.hilger@eisschoul.lu)

otherwise directly the trainer, M. Yohann Harmand via

[judo@eisschoul.lu](mailto:judo@eisschoul.lu)



Demonstration of JUDO by the experienced pupils of  
the JUDO team



# PROJET EIS SCHOUL 2017-2018

## TOUJOURS ALLER PLUS LOIN

Le projet consiste à un dépassement de soi sur toute l'année scolaire. L'objectif ultime est de faire une compétition en fin d'année avec tout l'apprentissage que l'on doit acquérir pour cela.

Il faudra également s'entraîner 2 à 4 samedis avant la compétition pour travailler avec d'autres judokas.

A la compétition, vous serez accompagnés par les entraîneurs.

### Charte pour les enfants

Le contrat sera basé sur les valeurs du judo qui seront expliquées, vécues et comprises sur le tatami.

**Respect:** toujours garder un comportement respectueux dans le cadre de l'école, envers camarades, envers le personnel enseignant et socio-éducatif, envers entraîneurs de judo. Respect aussi du matériel judo: veiller à toujours apporter au cours de judo les affaires (judogi, ceinture) indispensables au bon fonctionnement

**Politesse:** respecter les règles de politesse applicables pour toute situation de vie, par exemple dire: «Bonjour», «Merci», «Au Revoir»

**Contrôle de soi:** faire l'effort de toujours garder l'attitude ZEN, dans toute situation du quotidien. Exemple: ne pas utiliser de technique de judo dans la cour d'école

**Amitié:** Faire l'effort de tout mettre en œuvre pour bien s'entendre entre enfants et éviter les disputes (création d'une dynamique positive)

**Sincérité:** Faire preuve de sincérité et d'honnêteté. Exemple concret: ne pas mentir, ni aux entraîneurs, ni aux camarades, ni le personnel enseignant et socio-éducatif (base de la confiance)

**Courage:** puiser le courage nécessaire pour s'investir dans le projet Judo et avoir la bonne volonté de surmonter les difficultés.

**Modestie:** Ne pas se comporter de manière condescendante envers les camarades moins avancés. Exemple concret : ne pas se moquer, rire ouvertement des camarades en difficulté.

Si une de ces règles est transgressée tant sur le tatami que dans le bloc scolaire et périscolaire alors tu recevras un carton jaune. Après avoir reçu 3 cartons jaunes, tu ne pourras plus participer à la compétition de fin d'année qui est l'ultime but.

Entraîneur

Président  
du comité de l'école

Élève

Parents



# PROJEKT EIS SCHOUL 2017-2018

## IMMER WEITER

Das Projekt zielt darauf hin, dass die Schüler während dem ganzen Jahr versuchen, über sich hinauszuwachsen. Letztendlich geht es darum, dass die Schüler und Schülerinnen darauf hinarbeiten, an einem Turnier am Ende des Schuljahres teilzunehmen. Zwecks einer guten Vorbereitung werden wir vor dem Turnier an 2 bis 4 Samstagen mit anderen Judokas trainieren.

Eure Trainer werden euch zum Turnier begleiten.

### Charta der Kinder

Dieser Vertrag basiert auf den Werten des Judo, welche auf dem Tatami erklärt, erlebt und verstanden werden.

**Respekt:** sich insgesamt in der Schule respektvoll betragen, gegenüber Schulkameraden und -kameradinnen, Schul- und Erziehungspersonal sowie Judo-Trainern. Außerdem gilt eine respektvolle Handhabung der Judoausrüstung: stets das benötigte Material (Judogi, Gürtel) mitbringen.

**Höflichkeit:** stets Grundregeln der Höflichkeit anwenden, welche in jeder Lebenssituation benötigt werden. Zum Beispiel: "Hallo", "Danke", "Auf Wiedersehen" sagen.

**Selbstkontrolle:** sich stets bemühen, ZEN zu bleiben, in jeder Situation des Alltags. Beispiel: niemals eine Judo-Technik im Schulhof anwenden.

**Freundschaft:** Sich um ein gutes Verständnis mit anderen Kindern zu bemühen und Streit zu vermeiden (Schaffung einer positiven Gruppendynamik)

**Aufrichtigkeit:** Ehrlich und aufrichtig sein. Beispiel: niemanden anlügen, weder die Trainer, die Schulkameraden und -kameradinnen, noch das Schul- und Erziehungspersonal (Basis des Vertrauens)

**Mut:** den Mut zeigen, der nötig ist, um sich in das Judo-Projekt einzubringen und den Willen haben, Schwierigkeiten zu überwinden

**Bescheidenheit:** Nicht herablassend mit den Kindern umgehen, welche noch nicht am selben Stand ihrer Entwicklung sind. Beispiel: Klassenkameraden in Schwierigkeiten nicht verspotten oder auslachen.

Falls eine dieser Regeln überschritten wird - egal ob im schulischen, außerschulischen Bereich oder auf dem Tatami - erhältst du eine gelbe Karte. Nach 3 dieser gelben Karten wirst du keine Gelegenheit mehr haben, das Ziel zu erreichen. Du wirst also nicht mehr an dem Turnier am Ende des Schuljahres teilnehmen dürfen.

Trainer

Präsident  
des Schulkomitees

Schüler

Eltern