

# Représentation du mouvement – Judo et ju-jitsu: Le balai

**Avec cet exercice, les enfants apprennent à balayer, à faucher et à accrocher. Le mouvement de balayage est exécuté avec précision.**

L'attaquant utilise son pied droit, ou gauche, comme un balai pour exécuter différentes techniques. De Ashi Barai: l'attaquant balaie le pied le plus avancé de l'attaqué). Okuri Ashi Barai: les deux pieds de l'attaqué sont balayés.



L'enseignement de judo et de ju-jitsu ne se conçoit pas sans images. Dans les disciplines de combat qui nous viennent d'Extrême-Orient (et plus particulièrement de Chine, du Japon et de Corée), les métaphores font partie intégrante de la culture. Aujourd'hui encore, la calligraphie de ces pays s'inspire largement d'images. D'un point de vue oral, la communication par images s'est également imposée. Contenu, tenue et techniques sont souvent expliqués au moyen de métaphores.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**