

4- NIVEAU D'ORGANISATION DES EXAMENS DES PASSAGES DE GRADES

GRADES	UV concernées et dominantes	Critères juges	Composition du jury et critères de sélection	Nombre de sessions annuelles	Niveau d'organisation	Organisation territoriale : cadre de référence des examens
1 ^{er} et 2 ^e DAN	UV1 KATA Dominante compétition et technique	Juges régionaux 3 ^e dan et plus	Jury : 2 juges minimum Critères dans la sélection du jury : neutralité et équité	Au moins 3 sessions par Ligue Coordination assurée au niveau de la CORG. Nombre de sessions : déterminé par la CORG en fonction de 2 paramètres : la durée du passage de grades et le nombre de licencié(e)s.	Département ou territoires fixés par la CORG Favoriser la proximité	Examens traditionnels Plateformes techniques Stages sportifs ou de formation au sein du PPF (Pôles France et espoirs).
	UV2 TECHNIQUE Dominante compétition et technique	Juges régionaux 3 ^e dan et plus Jury grades : possibilité de labelliser des enseignants (3 ^e dan minimum) labellisation au terme d'une journée de formation	Jury : 2 juges minimum Critères dans la sélection du jury : neutralité et équité	Au moins 3 sessions par Ligue Coordination assurée au niveau de la CORG. Nombre de sessions : déterminé par la CORG en fonction de 2 paramètres : la durée du passage de grades et le nombre de licencié(e)s.	Département ou territoires fixés par la CORG. Favoriser la proximité	Examens traditionnels Plateformes techniques Stages sportifs ou de formation au sein du PPF (Pôles France et espoirs).
3 ^e DAN	UV1 KATA Dominante compétition et technique	Juges régionaux 4 ^e dan et plus	Jury : 3 juges Critères dans la sélection du jury : neutralité et équité	Au moins 3 sessions par Ligue Coordination assurée par la CORG	Région ou territoires fixés par la CORG. Favoriser la proximité	Examens traditionnels Plateformes techniques Stages sportifs ou de formation au sein du PPF (Pôles France et espoirs).
	UV2 TECHNIQUE Dominante compétition et technique	Juges régionaux 4 ^e dan et plus	Jury : 3 juges Critères dans la sélection du jury : neutralité et équité	Au moins 3 sessions par Ligue Coordination assurée par la CORG	Région ou territoires fixés par la CORG. Favoriser la proximité	Examens traditionnels Plateformes techniques Stages sportifs ou de formation au sein du PPF (Pôles France et espoirs).
4 ^e DAN	UV1 KATA Dominante compétition et technique	Juges régionaux 5 ^e dan et plus	Jury : 3 juges Critères dans la sélection du jury : neutralité et équité	Au moins 3 sessions par Ligue Coordination par la CORG	Région ou territoires fixés par la CORG. Favoriser la proximité	Examen traditionnels Stages de formation Plateformes kata
	UV2 TECHNIQUE Dominante compétition et technique	Juges régionaux 5 ^e dan et plus	Jury : 3 juges Critères dans la sélection du jury : neutralité et équité	Au moins 3 sessions par Ligue Coordination par la CORG	Région ou territoires fixés par la CORG. Favoriser la proximité	Examen traditionnels Stages de formation Plateformes techniques
1 ^{er} au 3 ^e DAN	TESTS SHIAI			Au moins 3 sessions par Ligue. Coordination assurée au niveau de la CORG. Le nombre de sessions est déterminé par la CORG : ce nombre sera nécessairement fonction de 2 paramètres : la durée du passage de grades et le nombre de licencié(e)s.	Niveau régional La coordination est assurée au niveau de la CORG	Priorité aux licencié(e)s de la Ligue organisatrice
4 ^e DAN	TESTS SHIAI			En interligues de préférence pour les féminines (possibilité de regrouper les 2 ^e dan et 3 ^e dan)	Niveau national décentralisé : Par ligue Calendrier coordonné au niveau national	
5 ^e DAN 6 ^e DAN	Examen National	Juges nationaux minimum 6 ^e dan	Jury : 5 juges nationaux	5 ^e DAN en mai ou juin 6 ^e DAN en novembre	National	Paris Institut du judo
7 ^e DAN	Examen National	Juges nationaux minimum 7 ^e dan	Jury : 3 juges nationaux	7 ^e dan en novembre	National	Paris Institut du judo

RELATION GRADE-STAGE ET RELATION GRADE-CHAMPIONNAT

1- RELATION GRADE-STAGE

DÉFINITION

La Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA donne la possibilité aux enseignants titulaires du BEES, CQP APAM et CQP MAM, BPJEPS, DEJEPS, DESJEPS, d'acquiescer dans le temps les unités nécessaires à l'obtention d'un grade dans la ceinture noire, en participant à des stages spécialement prévus à cet effet.

La possession d'une unité de valeur dispensera alors le candidat de la présenter lors de l'examen traditionnel pour les 2^{ème}, 3^{ème} et 4^{ème} dan.

UNITÉS DE VALEURS

UV 1 : Kata

UV 2 : Technique

MODALITÉS D'APPLICATION

La relation grade-stage s'applique au cours de stages de niveau national, figurant au calendrier fédéral et sélectionnés par la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA.

NIVEAU DES GRADES ACCESSIBLES PAR LA RELATION GRADE-STAGE

Du 2^{ème} au 5^{ème} dan (*)

(*) pour le 5^{ème} dan, le candidat pourra représenter la partie échouée lors de l'examen National ou lors d'un stage de préparation au 5^{ème} dan.
Cf. Réglementation de l'examen du 5^{ème} dan

PRINCIPE

Les participants passent, à l'issue du stage, l'épreuve prévue par la réglementation devant les responsables techniques du stage et des membres de la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA, jugés agréés par elle et convoqués spécialement à cet effet.

La relation grade-stage pour les UV1, UV2 s'applique aux passages des 2^{ème}, 3^{ème} et 4^{ème} dan.

Les postulants doivent remplir les conditions prévues par la réglementation en vigueur.

Un candidat pourra présenter, quelle que soit la dominante choisie, une seule unité de valeur par stage (UV1 : kata ou UV2 : technique).

Les stages seront organisés par thèmes :

UV1 : Kata ; UV2 : Technique.

Remarques : Les intervenants sont désignés et habilités par la FFJDA. Un intervenant représentant de la Commission spécialisée des dan et grades équivalents de la FFJDA est présent le jour de l'examen des UV.

Le passage des UV se déroulera à l'issue des stages nationaux, le jury d'examen est composé de trois personnes minimum désignées par le Conseiller Technique Sportif National responsable, dans les conditions prévues à l'annexe 2, paragraphe « Jury d'examen » et Partie 2 :

« Fonctionnement de la CSDGE de la FFJDA ».

2- RELATION GRADE-CHAMPIONNAT

DÉFINITION

La Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA donne la possibilité aux compétiteurs, masculins et féminins, à partir de la ceinture marron, avec l'accord de leur professeur, de comptabiliser sur leur passeport Judo, Jujitsu, les Waza-ari et Ippon marqués.

Ces points seront comptés pour le passage au grade supérieur et s'ajouteront éventuellement à ceux acquis en shiai.

Cette mesure est valable pour l'UV3. Les points ne pourront être comptabilisés pour l'accession au grade supérieur qu'après la date d'homologation du grade précédent, dans les mêmes conditions que pour les animations sportives organisées pour les shiai.

CONDITIONS D'ACCÈS

Tous ont accès à la RGC dès l'homologation du grade précédent à partir des cadet(te)s. Cf. *tableau synoptique pour l'UV3*.

COMPÉTITIONS APPLIQUANT LA RELATION GRADE – CHAMPIONNAT

Championnats (à tous les échelons de sélection y compris les districts) :

- Championnat de France individuel cadet(te)s 1^{ère} division
- Championnat de France individuel cadet(te)s 2^{ème} division
- Championnat de France individuel cadet(te)s « espoirs »
- Championnat de France individuel juniors 1^{ère} division
- Championnat de France individuel seniors 1^{ère} division
- Championnat de France individuel seniors 2^{ème} division
- Championnat de France individuel seniors 3^{ème} division
- Championnat de France Para-Judo

Autres compétitions appliquant la relation grade-championnat :

- Tournoi de France cadets
- Tournois «excellence» cadets, juniors, seniors, vétérans
- Tournois labellisés A juniors, seniors, vétérans
- Compétitions de loisirs appliquant la relation grade championnat (cf. *règlement des compétitions de loisirs*).
- Tournois labellisés ayant obtenu l'attribution de la relation grade-championnat
- Toute compétition du projet Ligue ayant fait l'objet d'une autorisation de bénéficier de la relation grade championnat par la CSDGE de la FFJDA.
- Championnats nationaux des Fédérations multisports, affinitaires et universitaires agréées (niveau national uniquement), les Championnats régionaux de la FSGT et interrégionaux de la FFSU ayant fait l'objet d'une autorisation de bénéficier de la relation grade championnat par la CSDGE de la FFJDA.
- Compétitions jujitsu (Jujitsu combat et ne-waza) :
- Le championnat de France Jujitsu individuel
- Les phases qualificatives au championnat de France (Open nationaux).

ATTRIBUTIONS DE POINTS

- Un combattant totalisant au moins 5 victoires consécutives et au minimum 44 points au cours d'une même compétition obtient l'UV3.

Seuls seront comptabilisés les waza-ari (sept points) et ippon (dix points).

Les points seront comptabilisés uniquement sur grades équivalents ou supérieurs.

Les points marqués lors du golden score seront comptabilisés.

Les combats de barrage ne seront, quant à eux, pas comptabilisés dans le cadre de la relation grade-championnat.

Les pénalités ne seront pas prises en compte pour l'attribution de points.

Si un combattant est sanctionné par Hansoku-make, son adversaire garde le bénéfice des points, s'il a marqué waza-ari.

Précision : comptabilisation des points en Jujitsu

- En Jujitsu combat, le FULL IPPON (Ippon en partie 1 (atemi-waza) + Ippon en partie 2 (nage-waza) + Ippon en partie 3 (ne-waza) permettra de marquer 10 points. Dans le cas où un candidat marque deux ippon dans deux secteurs différents, il sera crédité de 7 points.
- En coupe nationale ne-waza judo jujitsu, seul l'abandon (par clé, par étranglement, ou par compression) permettra de marquer 10 points.

Remarque : En cas d'abandon lors d'une compétition, les résultats des combats précédant cet abandon seront pris en compte pour la relation grade-championnat.

TESTS SHIAI : REGLEMENTATION GENERALE

Conditions d'accès aux tests shiai

Tous ont accès aux tests shiai dès l'homologation du grade précédent à partir des cadet(te)s.

Pour le 1^{er} dan, seul le kata devra avoir été obtenu avant de pouvoir se présenter aux tests shiai. Cf. [Tableau synoptique pour l'UV3](#)

Précision

Vétérans = 40 ans dans l'année de l'examen

Constitution des poules

Elles seront constituées prioritairement avec des groupes de poids les plus homogènes possibles.

Des contrôles inopinés sur le poids des combattants pourront être effectués par le responsable de l'organisation au moment du contrôle des pièces officielles et un contrôle visuel lors de la présentation sur le tapis des judokas pourra être effectué par l'arbitre.

Les cadets pourront être dispatchés, en fonction du nombre de participants, comme suit :

- Soit cadet 1 / 2 / 3
- Soit cadet 2 / 3 et junior
- Soit cadet 3 et junior / senior

Dans le cas de poules où il ne peut être proposé 5 combats à chaque compétiteur, l'organisateur :

- Peut proposer des combats avec des judokas de poules différentes à condition de ne pas dépasser 5 combats par compétiteur.
- En cas de différences de poids ou pour tout autre raison, les combattants sont libres de ne pas faire le combat proposé.
- L'organisateur ne peut être tenu pour responsable dans le cas où un judoka ne peut pas faire ses 5 combats par shiai.
- En aucun cas un combat manquant ne peut être rattrapé sur une autre manifestation.

Formule de compétition

En poules, avec application du principe des 5 combats maximum par test. Pour les vétérans, choix de participation avec les judoka eux-mêmes vétérans ou non.

Formule exceptionnelle de compétition

Après un constat de terrain, particulièrement dans les DOM-TOM, tout autre aménagement à la présente réglementation, devra faire l'objet d'un accord préalable de la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA.

En cas de difficulté dans la composition des poules, plus spécifiquement chez les féminines, le CORG a la possibilité de déroger au regroupement par grade (exemple : 2^{ème} dan avec 3^{ème} dan, 3^{ème} dan avec 4^{ème} dan).

Les ceintures marron ne peuvent pas être intégrées dans les poules de ceintures noires.

Durée des combats

Temps de récupération : 2 minutes entre chaque combat

Pas de golden score et de décision (hiki wake)

Victoire par IPPON : 10 points

1 waza-ari : 7 points

waza-ari-awazate-ippou : 10 points

Les pénalités seront données essentiellement pour les cas de judo négatif et tout geste contraire à l'esprit du judo.

Constitution des poules et comptabilisation des points

De façon générale, des poules de même grade sont constituées.

Pour le cas exceptionnel où des poules de grades différents seraient constituées, les waza-ari et les ippon obtenus par une action technique seront comptabilisés :

- un combattant totalisant au moins 5 victoires consécutives et au minimum 44 points au cours d'une même animation obtient son test,
- un combattant ayant terminé son test, doit sortir de la poule.
- les points acquis dans le cadre de la relation grade championnat, s'ajoutent et peuvent être cumulés.



CONTENUS DES EXAMENS

CONTENU D'EXAMEN DU 1^{er} AU 4^{ème} DAN

1 - CONTENU DU 1^{er} DAN - SHODAN DOMINANTE TECHNIQUE/DOMINANTE COMPÉTITION

Deux voies possibles : la voie dominante compétition ou la voie dominante technique se composent chacune des 4 UV suivantes :

- UV1 : Kata
- UV2 : Technique
- UV3 : Efficacité
- UV 4 : Engagement personnel dans le développement judo jujitsu

L'ordre des épreuves est laissé au libre choix du candidat excepté le kata qui devra être obtenu avant de pouvoir se présenter aux tests shiai.

A. TABLEAU DES CONDITIONS DE PRESENTATION ET D'HOMOLOGATION

GRADE	Conditions de présentation	Homologation du grade (1 ^{er} dan)
ANNÉE DE NAISSANCE : Période du 01/09/2022 au 31/08/2023	2008 ou avant	Homologation possible au minimum à 15 ans révolus
DÉLAI MINIMUM DANS LE GRADE PRÉCÉDENT	1 an de ceinture marron	

B. CONTENU DES EPREUVES

LA DOMINANTE COMPETITION

UV 1 KATA

Le candidat présente les trois premières séries du nage-no-kata, dans le rôle de tori, et tout ou partie des trois séries dans le rôle de uke.

Les candidats nés en 1973 et avant, ne présentent que le rôle de tori.

UV 2 TECHNIQUE

Le candidat démontre, après tirage au sort, 12 techniques issues de l'annexe 1 (6 en nage-waza, 4 en ne-waza et 2 techniques de défense)

Les techniques de nage-waza devront être démontrées en déplacement. En ne-waza, les techniques devront être démontrées en situation d'étude (ex : renversement, position quadrupédique, ..).

Pour les techniques de défense, le candidat doit apporter une réponse libre et adaptée aux situations d'agression qu'il aura tirées au sort dans les séries A, B et C des 20 attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Une méconnaissance dans chacun des trois domaines sera acceptée.

Modalités : le candidat ainsi que son partenaire étudient rapidement la fiche technique après le tirage (2 mn maximum devant le jury) et démontrent.

Durée de l'épreuve : 5 minutes

UV 3 EFFICACITE

Le candidat devra justifier : soit sur une manifestation, de 5 victoires par ippon ou waza-ari totalisant 44 points au minimum, soit de 100 points marqués en cumul sur plusieurs épreuves.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DEVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra participer à un stage de commissaire sportif d'une demi-journée et également à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition officielle, se déroulant sur 2 demi-journées, organisée par l'OTD dont il dépend, en tant que commissaire sportif.

La validation de l'UV4 sera effectuée par l'OTD.

Equivalence : Commissaire sportif départemental en activité.

LA DOMINANTE TECHNIQUE

VOIE RESERVEE AUX CANDIDATS NE(E)S EN 2005 ET AVANT

UV 1 KATA

Le candidat présente, en entier, dans le rôle de tori le nage-no-kata ou le kodokan-goshin-jitsu et tout ou partie du kata choisi dans le rôle de uke. Les candidats nés en 1973 et avant, ne présentent que le rôle de tori.

UV 2 TECHNIQUE

a) Le candidat démontre, après tirage au sort, 12 techniques issues de l'annexe 1 (6 en nage-waza, 4 en ne-waza et 2 techniques de défense).

Les techniques de nage-waza devront être démontrées, au choix du candidat en dynamique.

En ne-waza, les techniques devront être démontrées en situation de combat.



Pour les techniques de défense, le candidat doit apporter une réponse libre et adaptée aux situations d'agression qu'il aura tirées au sort dans les séries A, B et C des 20 attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1). Une méconnaissance dans chacun des trois domaines sera acceptée.

Modalités : le candidat ainsi que son partenaire étudient rapidement la fiche technique après le tirage (2 mn maximum devant le jury) et démontrent.

Durée de l'épreuve : 5 minutes

b. Le candidat démontre ses acquis techniques lors :

- Uchi-komi d'une durée de 1'30 sur avancée de uke et 1'30 sur recul de uke. Deux techniques minimum, dont au moins une sur avancée et une sur recul.
- de 2 exercices d'application de type kakari-geiko et/ou yaku-soku-geiko de 2 minutes, en respectant les consignes d'action données par le coordonnateur de l'épreuve.

Cette UV n'est pas fractionnable.

Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 2 épreuves.

Les temps ne sont donnés qu'à titre indicatif : ils fixent la durée maximum de chaque exercice mais ne définissent pas de temps minimum.

UV 3 EFFICACITÉ

Le candidat devra justifier de la possession de 20 points acquis :

- en shiai
- en relation grade-championnat judo jujitsu,

La liste des organisations bénéficiant de la relation grade-championnat figure dans la réglementation à cet effet (partie Relation grade championnat)

Les candidats né(e)s en 1983 et avant, sont dispensés de l'UV 3.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DÉVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra participer à un stage de commissaire sportif d'une demi-journée et également à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition officielle, se déroulant sur 2 demi-journées, organisée par l'OTD dont il dépend, en tant que commissaire sportif.

La validation de l'UV4 sera effectuée par l'OTD.

Equivalence : Commissaire sportif départemental en activité.

2- CONTENU DU 2^{ème} DAN - NIDAN DOMINANTE TECHNIQUE / DOMINANTE COMPÉTITION

Deux voies possibles : la voie dominante compétition ou la voie dominante technique se composent chacune des 4 UV suivantes :

- UV1 : Kata
- UV2 : Technique
- UV3 : Efficacité
- UV4 : Engagement personnel dans le développement judo jujitsu

L'ordre des épreuves est laissé au libre choix du candidat

A. TABLEAU DES CONDITIONS DE PRESENTATION ET D'HOMOLOGATION

GRADE	Conditions de présentation	Homologation du grade (2 ^{ème} dan)
ANNÉE DE NAISSANCE : Période du 01/09/2022 au 31/08/2023	15 ans révolus	Homologation possible au minimum à 17 ans révolus
DÉLAI MINIMUM DANS LE GRADE PRÉCÉDENT	Présentation possible aux épreuves du 2 ^{ème} dan dès l'homologation du 1 ^{er} dan	1 an de ceinture noire 1 ^{er} dan

B. CONTENU DES ÉPREUVES

LA DOMINANTE COMPÉTITION

UV 1 KATA

Le candidat présente le nage-no-kata en entier, dans le rôle de tori.

UV 2 TECHNIQUE

a. Démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense, au choix du candidat

(durée 5' max). Les techniques sont présentées dans un contexte dynamique (déplacements, enchaînements ...)

b. Le candidat démontre après tirage au sort, 6 techniques issues de l'annexe 1 (2 en nage-waza, 2 en ne-waza et 2 techniques de défense), (durée 5' max).

Pour les techniques de défense, le candidat doit apporter une réponse libre et adaptée aux situations d'agression qu'il aura tirées au sort dans les séries A, B et C des 20 attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1). Cette UV n'est pas fractionnable.

Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 2 épreuves. Dans le cas où une technique aurait déjà été démontrée dans la partie a), le jury demandera une autre technique issue de l'annexe 1.

UV 3 EFFICACITE

Le candidat devra justifier :

- Soit sur une manifestation, de 5 victoires par ippon ou waza-ari totalisant 44 points au minimum.
- Soit 100 points marqués en cumul sur plusieurs épreuves.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DÉVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra participer à un stage d'arbitrage d'une demi-journée et également à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition officielle, se déroulant sur 2 demi-journées, organisées par l'OTD dont il dépend, en tant qu'arbitre.

La validation de l'UV4 sera effectuée par l'OTD.

Equivalence : Arbitre départemental en activité.

LA DOMINANTE TECHNIQUE

VOIE RÉSERVÉE AUX CANDIDATS NE(E)S EN 2005 ET AVANT

UV 1 KATA

Le candidat présente, dans le rôle de tori, le nage-no-kata entier ou le kodokan-goshin-jitsu.

Ce kata devra être différent de celui présenté pour le 1^{er} dan.

UV 2 TECHNIQUE

a. Démonstration dans un contexte dynamique (déplacements, enchaînements ...) d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense, au choix du candidat (durée 5' max)

b) Le candidat démontre après tirage au sort, 6 techniques issues de l'annexe 1 (2 en nage-waza, 2 en ne-waza et 2 techniques de défense), (durée 5' max).

Pour les techniques de défense, le candidat doit apporter une réponse libre et adaptée aux situations d'agression qu'il aura tirées au sort dans les séries A, B et C des 20 attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1). Cette UV n'est pas fractionnable.

Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 2 épreuves.

Dans le cas où une technique aurait déjà été démontrée dans la partie a), le jury demandera une autre technique issue de l'annexe 1.

c. Le candidat démontre, en respectant les consignes d'action données par le coordonnateur de l'épreuve, ses acquis techniques lors :

- d'uchi-komi en déplacement de 2 fois 1'30 max sur 2 techniques différentes minimum,
- de nage-komi en déplacement de 2 fois 1'30 max sur 2 techniques différentes minimum,
- de 2 exercices d'application de type kakari-geiko et/ou yaku-soku-geiko de 2 minutes.



Cette UV n'est pas fractionnable. Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 3 épreuves.

Les temps ne sont donnés qu'à titre indicatif : ils fixent la durée maximum de chaque exercice mais ne définissent pas de temps minimum.

UV 3 EFFICACITÉ

Le candidat devra justifier de la possession de 20 points acquis :

- en shiai
- en relation grade-championnat judo jujitsu.

La liste des organisations bénéficiant de la relation grade-championnat figure dans la réglementation à cet effet (partie Relation grade championnat)

Les candidats né(e)s en 1983 et avant, sont dispensés de l'UV 3.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DÉVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra participer à un stage d'arbitrage d'une demi-journée et également à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition officielle, se déroulant sur 2 demi-journées, organisée par l'OTD dont il dépend, en tant qu'arbitre.

La validation de l'UV4 sera effectuée par l'OTD.

Equivalence : Arbitre départemental en activité.

3- CONTENU DU 3^{ème} DAN - SANDAN DOMINANTE TECHNIQUE / DOMINANTE COMPÉTITION

Deux voies possibles : la voie dominante compétition ou la voie dominante technique se composent chacune des 4 UV suivantes :

- UV1 : Kata
- UV2 : Technique
- UV3 : Efficacité
- UV 4 : Engagement personnel dans le développement judo jujitsu

L'ordre des épreuves est laissé au libre choix du candidat

A. TABLEAU DES CONDITIONS DE PRESENTATION ET D'HOMOLOGATION

GRADE	Conditions de présentation	Homologation du grade (3 ^{ème} dan)
ANNÉE DE NAISSANCE : Période du 01/09/2022 au 31/08/2023	17 ans révolus	Homologation possible au minimum à 20 ans révolus
DÉLAI MINIMUM DANS LE GRADE PRÉCÉDENT	Présentation possible aux épreuves du 3 ^{ème} dan dès l'homologation du 2 ^{ème} dan	1 an de ceinture noire 2 ^{ème} dan

B. CONTENU DES ÉPREUVES

LA DOMINANTE COMPÉTITION

UV 1 KATA

Le candidat présente obligatoirement, le katame-no-kata et le Kodokan-goshin-jitsu en entier, dans le rôle de tori.

En cas d'échec à l'un des deux kata, le candidat garde le bénéfice du kata réussi.

UV 2 TECHNIQUE

a. Le candidat démontre :

- 3 techniques de son choix en nage-waza, dans 3 directions différentes et dans un contexte dynamique (déplacements, enchaînements ...) (durée 3 minutes minimum)
- 2 techniques de son choix en ne-waza, démontrées à partir de situations de combat (durée 3 minutes minimum)
- des techniques de défense sur saisies, coups, armes (durée 1 minute minimum).

L'ensemble des 3 parties ne devra pas dépasser 9 minutes.

b. Le candidat démontre 6 techniques, après tirage au sort issues de l'annexe 1 (2 en nage-waza, 2 en ne-waza et 2 techniques de défense : réponse libre et adaptée aux attaques imposées des séries A, B, C & D (durée 5 minutes).

Dans le cas où une technique aurait déjà été démontrée dans la partie a), le jury demandera une autre technique issue de l'annexe 1.

Cette UV n'est pas fractionnable. Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 2 épreuves.

UV 3 EFFICACITE

Le candidat devra justifier :

- Soit sur une manifestation, de 5 victoires par ippon ou waza-ari totalisant 44 points au minimum.
- Soit de 120 points marqués en cumul sur plusieurs épreuves.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DÉVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra justifier de son implication personnelle dans le développement du judo-jujitsu à l'aide d'une attestation délivrée par le CORG et attestant d'au moins un titre ou une fonction depuis son dernier grade parmi :

Enseignant en exercice, commissaire sportif départemental, arbitre départemental, juge, élu au sein d'un club, bénévole au sein d'un OTD.

Dans le cas où le candidat ne peut répondre à cette exigence, il devra participer à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition, se déroulant sur quatre demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.

LA DOMINANTE TECHNIQUE

VOIE RESERVEE AUX CANDIDATS NE(E)S EN 2005 ET AVANT

UV 1 KATA

Le candidat présente obligatoirement, le katame-no-kata et le Kodokan-goshin-jitsu en entier, dans le rôle de tori.

En cas d'échec à l'un des deux kata, le candidat garde le bénéfice du kata réussi.

UV 2 TECHNIQUE

a. Le candidat démontre :

- 3 techniques de son choix en nage-waza, dans 3 directions différentes et dans un contexte dynamique (durée 3 minutes minimum)
- 2 techniques de son choix en ne-waza à partir de situations de combat (durée 3 minutes minimum)
- des techniques de défense sur saisies, coups, armes (durée 1 minute minimum).

L'ensemble des 3 parties ne devra pas dépasser 9 minutes.



b. Le candidat démontre ensuite après tirage au sort, 6 techniques issues de l'annexe 1 (2 en nage-waza, 2 en ne-waza et 2 techniques de défense) : réponse libre et adaptée aux attaques imposées des séries A, B, C & D (durée 5 minutes max).

Dans le cas où une technique aurait déjà été démontrée dans la partie a), le jury demandera une autre technique issue de l'annexe 1.

c. Le candidat démontre, en respectant les consignes d'action données par le coordonnateur de l'épreuve, ses acquis techniques lors :

- d'uchi-komi de 3 fois 1' max sur 3 techniques différentes
- de nage-komi de 2 fois 1' max sur 2 techniques différentes
- de 2 exercices d'application de type kakari-geiko et/ou yaku-soku-geiko de 2' max.

Cette UV n'est pas fractionnable. Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 3 épreuves.

Les temps ne sont donnés qu'à titre indicatif : ils fixent la durée maximum de chaque exercice mais ne définissent pas de temps minimum.

UV 3 EFFICACITE

Le candidat devra justifier de la possession de 20 points acquis :

- en shiai
- en relation grade-championnat judo jujitsu.

La liste des organisations bénéficiant de la relation grade-championnat figure dans la réglementation à cet effet (partie Relation grade championnat)

Les candidats né(e)s en 1983 et avant, sont dispensés de l'UV 3.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DEVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra justifier de son implication personnelle dans le développement du judo-jujitsu à l'aide d'une attestation délivrée par la CORG et attestant d'au moins un titre ou une fonction depuis son dernier grade parmi : enseignant en exercice, commissaire sportif départemental, arbitre départemental, juge, élu au sein d'un club, bénévole au sein d'un OTD.

Dans le cas où le candidat ne peut répondre à cette exigence, il devra participer à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition, se déroulant sur quatre demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.

4- CONTENU DU 4^{ème} DAN - YONDAN DOMINANTE TECHNIQUE / DOMINANTE COMPÉTITION

Deux voies possibles : la voie dominante compétition ou la voie dominante technique se composent chacune des 4 UV suivantes :

- UV1 : Kata
- UV2 : Technique
- UV3 : Efficacité
- UV 4 : Engagement personnel dans le développement judo jujitsu

L'ordre des épreuves est laissé au libre choix du candidat

A. TABLEAU DES CONDITIONS DE PRESENTATION ET D'HOMOLOGATION

GRADE	Conditions de présentation	Homologation du grade (4 ^e dan)
ANNÉE DE NAISSANCE : Période du 01/09/2022 au 31/08/2023	20 ans révolus	Homologation possible au minimum à 24 ans révolus
DÉLAI MINIMUM DANS LE GRADE PRÉCÉDENT	Présentation possible aux épreuves du 4 ^{ème} dan dès l'homologation du 3 ^{ème} dan	2 ans de ceinture noire 3 ^{ème} dan

B. CONTENU DES ÉPREUVES

LA DOMINANTE COMPÉTITION

UV 1 KATA

Le candidat démontrera obligatoirement, le kime no kata et un autre kata en entier parmi le nage no, le katame no, le kodokan goshin jitsu et le gonsen, dans le rôle de tori.

En cas d'échec à l'un des deux kata, le candidat garde le bénéfice du kata réussi.

UV 2 TECHNIQUE

Le candidat démontre :

- son tokui-waza en nage-waza (opportunités, séquences tactiques, liaisons debout-sol) : durée minimum : 3 minutes
- son tokui-waza en ne-waza : durée minimum : 2 minutes
- des techniques de défense sur saisies, coups, armes : durée minimum : 2 minutes

La durée maximale de l'ensemble de la démonstration est 10 minutes.

Cette UV n'est pas fractionnable. Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 3 parties.

UV 3 EFFICACITE

Le candidat devra justifier :

- Soit sur une manifestation, de 5 victoires par ippon ou waza-ari totalisant 44 points au minimum.
- Soit de 120 points marqués en cumul sur plusieurs épreuves.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DEVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra justifier de son implication personnelle dans le développement du judo-jujitsu à l'aide d'une attestation délivrée par le CORG

et attestant d'au moins un titre ou une fonction depuis son dernier grade parmi :

enseignant en exercice, commissaire sportif départemental, arbitre départemental, juge, élu au sein d'un club, bénévole au sein d'un OTD.

Dans le cas où le candidat ne peut répondre à cette exigence, il devra participer à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition, se déroulant sur quatre demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.

LA DOMINANTE TECHNIQUE

UV 1 KATA

Le candidat démontrera obligatoirement, le kime no kata et un autre kata en entier parmi le nage no, le katame no, le kodokan goshin jitsu et le gonsen, dans le rôle de tori.

En cas d'échec à l'un des deux kata, le candidat garde le bénéfice du kata réussi.

UV 2 TECHNIQUE

a. Le candidat démontre :

- Son tokui-waza en nage-waza (opportunités, séquences tactiques, liaisons debout-sol) : durée minimum : 3 minutes
- Son tokui-waza en ne-waza : durée minimum : 2 minutes
- Des techniques de défense sur saisies, coups, armes : durée minimum : 2 minutes

La durée maximale de l'ensemble de la démonstration est 10 minutes.



b. Le candidat démontre, en respectant les consignes d'action données par le coordonnateur de l'épreuve, sur une durée maximale de 10 minutes, ses acquis techniques dans les exercices d'uchi-komi, de nage-komi, de kakari-geiko et/ou de yaku-soku-geiko.

Cette UV n'est pas fractionnable. Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 2 épreuves

UV 3 EFFICACITE

Le candidat devra justifier de la possession de 20 points acquis :

- en shiai,
- en relation grade-championnat judo jujitsu.

La liste des organisations bénéficiant de la relation grade-championnat figure dans la réglementation à cet effet (partie relation grade championnat) Les candidats né(e)s en 1983 et avant, sont dispensés de l'UV 3.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DEVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra justifier de son implication personnelle dans le développement du judo-jujitsu à l'aide d'une attestation délivrée par le CORG et attestant d'au moins un titre ou une fonction depuis son dernier grade parmi :

- enseignant en exercice,
- commissaire sportif départemental,
- arbitre départemental,
- juge,
- élu au sein d'un club,
- bénévole au sein d'un OTD.

Dans le cas où le candidat ne peut répondre à cette exigence, il devra participer à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition, se déroulant sur quatre demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.

EXAMENS NATIONAUX ACCÈS AU 5^{ème} AU 6^{ème} DAN ET AU 7^{ème} DAN

1. EXAMEN DU 5^{ème} DAN - GODAN

A. CONDITIONS DE PRÉSENTATION

Les conditions de présentation doivent être remplies dans l'année civile en cours de l'examen.

Les formulaires de candidature signés par la Commission d'Organisation Départementale des Grades (CODG) et la CORG doivent être envoyés par e-mail à l'adresse grade@ffjudo.com, avant le 15 février de l'année civile de l'examen (formulaires disponibles en ligne : <https://www.ffjudo.com/procedures-formulaires>).

La validation d'au moins deux dan en dominante compétition est nécessaire pour postuler au 5^{ème} dan (règle qui ne concerne pas les candidats ayant terminé leur test de 2^{ème}, 3^{ème} ou 4^{ème} dan au 1^{er} septembre 2010).

L'âge plancher pour se présenter est de 29 ans et le délai dans le grade de 4^{ème} dan est de 3 ans minimum.

B. CRITÈRES DE PRÉSENTATION

Tous les candidats devront justifier d'un titre ou fonction d'une durée minimum de 4 ans dans les domaines de l'activité judo jujitsu suivants :

- être ou avoir été membre de commission technique départementale,
- être ou avoir été membre de l'équipe technique régionale,
- être ou avoir été juge régional,
- être ou avoir été élu.e d'un organe dirigeant de niveau départemental ou régional,
- être ou avoir été conseiller.re technique,
- être ou avoir été arbitre ou commissaire sportif régional minimum,
- compétiteur.trice ayant participé à un championnat de France individuel seniors judo-jujitsu ou équivalent (honneur, excellence, 1^{ère} division, 2^e division, Championnat de France FFSU, Championnat de France Militaire, Championnat de France FSGT).

ou depuis le dernier grade obtenu :

- être enseignant en exercice et justifier d'attestations de participation aux stages de formation continue (28h minimum),
- justifier d'attestations de participation aux stages fédéraux de formation (56h minimum).

Toutefois, les postulants ne remplissant pas les critères ci-dessus ont la possibilité de demander une équivalence auprès de la CSDGE.

C. L'ÉPREUVE

Prestation personnelle de 25 minutes articulée en trois parties.

Les candidats devront débiter l'épreuve par le ju-no-kata.

Les candidats devront démontrer leur connaissance des différentes formes d'expression du judo, jujitsu.

JUNO-KATA

Le candidat démontrera le ju-no-kata dans le rôle de tori.

JUDO DEBOUT ET SOL (nage-waza/ ne-waza)

Le candidat présentera en travail debout et sol, tout ou partie de son système d'attaque et tout ou partie de son système de défense.

La démonstration devra être organisée selon un plan clair et précis et fera apparaître les principes généraux qui organisent l'ensemble de la démonstration et au choix du candidat :

- les points clés des principales techniques retenues,
- le kumi-kata et les postures,
- les opportunités, les séquences tactiques etc.

Le candidat devra obligatoirement consacrer au minimum 10 minutes au Judo debout et sol.

JUJITSU

Le candidat présentera :

- des techniques de défense mettant en œuvre l'ensemble des habiletés techniques fondamentales dans les différents contextes de la pratique (garde, saisies, postures, déplacements...),
- des défenses et ripostes pertinentes adaptées aux situations d'attaques, couvrant l'ensemble des familles (atémis, clés, projections, liaisons debout-sol, contrôles au sol...), exécutées avec précision et vitesse.
- les armes utilisées pour la prestation doivent être celles utilisées dans les kata judo (ceux référencés plus le bâton court).
- (Le candidat devra obligatoirement consacrer au minimum 5 minutes à l'expression du jujitsu).

Remarques :

- Pour l'ensemble des épreuves, le candidat doit mettre en évidence la qualité des connaissances et les savoirs faire techniques permettant de percevoir l'efficacité, de préférence à la réalisation de trop nombreuses techniques.

- Un document écrit relatant le détail de la prestation devra être adressé à la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA. Ce dossier de prestation devra être envoyé numériquement (format PDF : par e-mail à grade@ffjudo.com) 1 mois avant la date de l'examen, 2 exemplaires papier seront à remettre au jury le jour de l'examen.

Il devra inclure une présentation succincte du candidat (état civil, âge, région d'appartenance, activités et parcours en judo) et devra être placé en début de document.

D. JUGEMENT ET ÉCHEC À LA PRESTATION

Chaque jury est composé de cinq membres titulaires du 6^{ème} dan minimum.

Est déclaré admis ou admise tout candidat obtenant la validation de la majorité des juges.

Si une des parties de la prestation est jugée insuffisante, le candidat aura la possibilité de représenter cette seule partie au prochain examen ou dans le cadre des examens grades stages nationaux réservés aux professeurs.

2. EXAMEN DU 6^{ème} DAN - ROKUDAN

A. CONDITIONS DE PRÉSENTATION

Les conditions de présentation doivent être remplies dans l'année civile en cours de l'examen.

Les formulaires de candidature signés par la Commission d'Organisation Départementale des Grades (CODG) et la CORG doivent être envoyés par e-mail à l'adresse grade@ffjudo.com, avant le 15 février de l'année civile de l'examen (formulaires disponibles en ligne : <https://www.ffjudo.com/procedures-formulaires>).

L'âge plancher pour se présenter est de 40 ans et le délai dans le grade de 5^{ème} dan est de 4 ans minimum.

B. CRITÈRES DE PRÉSENTATION

Tous les candidats devront justifier de 25 ans de ceinture noire et justifier d'au moins deux titres ou fonctions d'une durée minimum de 4 ans dans les domaines de l'activité judo jujitsu suivants :

- être ou avoir été membre de commission technique départementale,
- être ou avoir été membre de l'équipe technique régionale,
- être ou avoir été juge régional,
- être ou avoir été élu.e d'un organe dirigeant de niveau départemental ou régional,
- être ou avoir été conseiller.ère technique,
- être ou avoir été arbitre ou commissaire sportif régional minimum, compétiteur.trice.s ayant participé à un championnat de France individuel séniors judo-jujitsu ou équivalent (honneur, excellence, 1^{ère} division, 2^e division, Championnat de France FFSU, Championnat de France Militaire, Championnat de France FSGT).

Et/ou depuis le dernier grade obtenu :

- être enseignant en exercice et justifier d'attestations de participation aux stages de formation continue (28h minimum),
- justifier d'attestations de participation aux stages fédéraux de formation (56h minimum).

Toutefois, les postulants ne remplissant pas les critères ci-dessus ont la possibilité de demander une équivalence auprès de la CSDGE.

L'attribution d'équivalence sera accompagnée d'une augmentation du délai dans le grade précédent.

L'âge plancher pour se présenter est de 50 ans et le délai dans le grade de 5^{ème} dan est de 10 ans minimum.

C. L'ÉPREUVE

Les candidats devront démontrer leur connaissance des différentes formes d'expression du Judo, Jujitsu.

Les candidats devront débiter l'épreuve par le kata.

- Koshiki-no- kata « formes anciennes » avec respect du cérémonial et exécution en totalité dans le rôle de Tori.
- Prestation libre d'une durée de 20mn :

Le candidat choisit un, deux ou trois secteur.s parmi le nage waza, le ne waza, le jujitsu (le self défense).

Si le candidat choisit deux ou trois secteurs, ceux-ci devront être liés entre eux de façon cohérente.

La prestation sera suivie d'un entretien de 10 minutes maximum au cours duquel le candidat devra argumenter ses choix, la logique de sa prestation

et la liaison entre les différentes formes d'expression. Le jury sera à même de poser des questions complémentaires en vue de fonder son évaluation.

Précisions

Pour le travail en nage-waza en ne-waza, ainsi qu'en Jujitsu-self défense le candidat doit mettre en évidence la qualité de ses connaissances techniques, l'efficacité et la réalité du Judo, Jujitsu-self défense pratiqué, paramètres indispensables au rayonnement d'un 6^e dan, de préférence à la réalisation de trop nombreuses techniques,

Le candidat peut expliquer éventuellement les démonstrations.

Un document écrit relatant le détail de la prestation devra être adressé à la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA.

Ce dossier de prestation devra être envoyé numériquement (format PDF par e-mail à grade@ffjudo.com) 1 mois avant la date de l'examen. 2 exemplaires papier seront à remettre au jury le jour de l'examen.

Il devra inclure une présentation succincte du candidat (état civil, âge, région d'appartenance, activités et parcours en judo) et devra être placé en début de document.

Ce dossier de prestation devra être envoyé numériquement (format PDF par e-mail à grade@ffjudo.com ou sur clé usb) 1 mois avant la date de l'examen, et amené en 2 exemplaires papier le jour de l'examen.

Il devra inclure une présentation succincte du candidat (état civil, âge, région d'appartenance, activités et parcours en judo) et devra être placé en début de document.

Ce document servira de guide et de support à l'entretien.

Une « fiche guide » de recommandations précisant les critères de jugement de l'examen du 6^{ème} dan est mise à disposition des candidats par la CSDGE.

D. JUGEMENT

Chaque jury est composé de cinq membres titulaires du 7^{ème} dan minimum. Les membres du jury évaluent la prestation du candidat sur l'ensemble des épreuves, et donnent une des quatre appréciations suivantes : Excellent, Bien, Insuffisant, Très insuffisant.

Est déclaré admis(e) tout(e) candidat(e) obtenant après délibération du jury, quatre appréciations «bien» au minimum des cinq membres du jury.

E. MENTIONS

Il est créé deux mentions pour l'ensemble de l'épreuve :

- la mention «excellent» qui s'obtient par 5 appréciations «excellent»
- la mention «très bien» qui s'obtient par 4 appréciations «excellent» et une «bien» ou 3 appréciations «excellent» et 2 «bien».

F. ÉCHEC À LA PRESTATION

Le candidat refusé à la suite de sa prestation pourra se représenter à sa convenance et sans limite de présentation.

3. 7^{ÈME} DAN (NANADAN) ET PLUS LES TRÈS HAUTS GRADES

CONDITIONS D'ACCES

A- MODALITÉS D'ACCÈS A L'EXAMEN DU 7^{ÈME} DAN - Nanadan

Les formulaires de candidature signés par la Commission d'Organisation Départementale des Grades (CODG) et la CORG doivent être envoyés par e-mail à l'adresse grade@ffjudo.com, avant le 15 février de l'année civile de l'examen (formulaires disponibles en ligne : <https://www.ffjudo.com/procedures-formulaires>).

Le judoka candidat au 7^{ÈME} dan doit être une figure emblématique de sa région. Modalités d'étude des dossiers :

- 13 ans de 6^{ÈME} dan,
- âge plancher 53 ans dans l'année de l'examen,
- remplir les conditions de présentation (se référer page 64),

B. CRITÈRES DE PRÉSENTATION

- justifier d'un niveau sportif national judo-jujitsu séniors ou championnat équivalent (honneur, excellence, 1^{ÈRE} division, 2^E division, Championnat de France FFSU, Championnat de France Militaire, Championnat de France FSGT).
- être toujours impliqué.e dans le judo dans la durée (entraide et prospérité mutuelle, transmission) niveau régional minimum parmi les critères suivants :
 - justifier d'une expérience d'au moins une olympiade au niveau national en tant que :
 - arbitre,
 - élu au sein d'un organe dirigeant,
 - formateur,
 - entraîneur des équipes de France seniors,
 - cadre technique.

OU

- justifier d'au moins 3 expériences parmi celles visées à l'Article B/ CRITERES DE PRESENTATION du 6^{ÈME} dan.

Toutefois, les postulants ne remplissant pas les critères ci-dessus ont la possibilité de demander une équivalence auprès de la CSDGE.

Les examens peuvent être de deux natures :

- A) ITSUTSU NO KATA et examen écrit (sauf dossier médical contraire).
- B) ITSUTSU NO KATA et examen technique libre.

C- EPREUVE

1- La prestation écrite (durée 1h) il est possible d'avoir un support vidéo en fonction du thème.

- Une soutenance de mémoire suivie d'un entretien, d'une durée de 30 minutes pour la présentation du mémoire et de 30 minutes d'entretien avec le jury.

2- La prestation technique (durée totale comprise entre 30 et 40 minutes) Une prestation sur le tatami, suivie d'un entretien avec le jury.

Contenu de l'examen :

- Une partie technique libre, d'une durée comprise entre 15 et 20 minutes.
- Un entretien, d'une durée comprise entre 10 à 15 minutes avec le jury.

Précisions

Le candidat doit expliquer ses démonstrations.

Un document écrit relatant le détail de la prestation devra être adressé à la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA.

Ce dossier de prestation devra être envoyé numériquement (format PDF par e-mail à grade@ffjudo.com) 1 mois avant la date de l'examen.

2 exemplaires papier seront à remettre au jury le jour de l'examen.

Il devra inclure une présentation succincte du candidat (état civil, âge, région d'appartenance, activités et parcours en judo) et devra être placé en début de document. Ce document servira de guide et de support à l'entretien.

Les précisions concernant le contenu de l'examen sont dans le formulaire de candidature.

D. JUGEMENT

Chaque jury est composé de trois membres titulaires du 7^{ÈME} dan minimum.

Les membres du jury évaluent la prestation du candidat sur l'ensemble des épreuves, et donnent une des trois appréciations suivantes :

Excellent - Bien - Insuffisant.

Est déclaré admis(e) tout(e) candidat(e) obtenant après délibération du jury, 3 appréciations « bien » au minimum des 3 membres du jury.

E. MENTIONS

Il est créé deux mentions pour l'ensemble de l'épreuve :

- la mention «excellent» qui s'obtient par 3 appréciations «excellent»
- la mention «très bien» qui s'obtient par 2 appréciations «excellent» et 1 «bien»

F. ÉCHEC À LA PRESTATION

Le candidat refusé à la suite de sa prestation pourra se représenter à sa convenance et sans limite de présentation.

G- MODALITÉS D'ACCÈS AU 8^{ÈME} DAN - Hachidan

Modalités d'étude des dossiers :

Chaque année le Comité des Très Hauts Grades étudiera les dossiers des 7^{ÈMES} dan pouvant justifier d'au moins 13 années d'ancienneté dans le grade de 7^{ÈME} dan, en vue d'une nomination au 8^{ÈME} dan.

Tous les dossiers des 7^{ÈMES} dan pouvant justifier :

- de 13 ans d'ancienneté dans ce grade seront étudiés,
- l'âge plancher est de 66 ans,
- d'un rayonnement d'un niveau national dans le déroulement de la carrière du judoka (*carrière en général, ensemble du travail accompli, sur les services rendus pour la promotion du judo jujitsu, sur la valeur d'exemple, et sur les références connues depuis l'obtention du grade précédent, tant sur le tapis ou les autres activités judo jujitsu que dans la vie quotidienne, etc...*),
- remplir les conditions de présentation - cf. page 64,
- être toujours impliqué.e dans le judo (entraide et prospérité mutuelle, transmission) et bénéficier d'une aura nationale.

Le Comité des Très Hauts Grades propose alors à l'issue de cette étude une liste annuelle de 7^{ÈMES} dan promouvables dans cette voie. La nomination définitive sera soumise à la présentation d'une contribution personnelle.

La proposition du Comité des Très Hauts Grades sera débattue en CSDGE qui devra se prononcer au ¾ de ces membres présents pour valider définitivement cette nomination.

H-MODALITÉS D'ACCÈS AUX 9^{ÈME} ET 10^{ÈME} DAN

Le Comité des Très Hauts Grades étudiera les dossiers des 8^{ÈMES} Dan et des 9^{ÈMES} Dan aux profils exceptionnels qui pourraient justifier l'accès à ces très hauts grades. Pour être promus ils devront, dans le déroulement de leur carrière justifier d'une notoriété d'exception reconnue par tous comme éminente dans tous les secteurs (sur le plan sportif, pédagogique et éthique). Ces promotions devront être validées à l'unanimité des membres présents de la CSDGE réunis en commission plénière.

PRÉCISIONS SUR LES CONTRIBUTIONS

La contribution doit nécessairement être le résultat d'un travail personnel, qui est le reflet de l'expérience propre et acquise du judoka pressenti à ces hauts grades. Elle aura pour objectif de venir enrichir le patrimoine du judo français et pourra être mise au service des générations actuelles et futures.

La contribution doit être une production qualitative à la hauteur du grade postulé.

Elle est indispensable à l'obtention du grade.



DEMANDE DE GRADE À TITRE EXCEPTIONNEL

PRINCIPE

Le grade exceptionnel relève d'une mesure extrêmement rare pour des cas très particuliers.

Les personnes présentant des incapacités physiques les dispensant de toute épreuve pratique telle que demandée dans les différents tests d'accès au grade peuvent soumettre un dossier à la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA pour accéder au grade supérieur.

« Entraide et prospérité mutuelle » est un principe fondamental du judo. Pour respecter ce principe, il est important de demander une contribution pour l'obtention de tout grade et notamment à titre exceptionnel.

Du 1^{er} au 6^{ème} dan un seul grade peut être obtenu à titre exceptionnel. La personne pourra toutefois continuer sa progression dans la hiérarchie des grades, en retournant au système classique d'examen, et en passant le grade déjà obtenu à titre exceptionnel.

Aucun grade à titre honorifique et à titre posthume n'est attribué.

CRITERES DE PRESENTATION

Pour présenter une demande de grade à titre exceptionnel pour le 1^{er} dan, le postulant devra avoir obtenu au moins une partie des tests techniques ou combat et l'UV4. Cette présentation ne peut intervenir qu'après un délai de quatre ans suivant l'obtention de cette partie des tests techniques ou combat.

Pour les personnes en situation de handicap justifiant d'une carte mobilité inclusion, le délai pour le dépôt d'une telle demande sera réduit à un an.

Pour les autres Dan, le postulant devra pouvoir justifier au minimum du double de délai exigé entre les grades au moment du dépôt de la demande et l'UV4.

MODALITES D'ACCES

Nota : Les engagements actuels (ex: élus...) peuvent être pris en compte pour cette deuxième partie.

Pour le 5^{ème} dan et le 6^{ème} dan, le formulaire de demande de grade à titre exceptionnel devra parvenir à la CSDGE. La candidature sera soumise à approbation du Comité des Hauts Grades.

Si un avis favorable est donné, il sera demandé au candidat un entretien avec un dossier support portant sur son engagement auprès de la fédération ou d'un OTD (Comité / Ligue).

PROCÉDURE

La personne qui remplit les conditions réglementaires pour accéder au grade supérieur peut déposer un dossier qu'elle aura au préalable demandé auprès de la CSDGE de la FFJDA.

Les documents composant le dossier sont réunis par l'intéressé. La demande doit être argumentée et accompagnée d'un dossier médical complet datant de moins d'un an (enveloppe « secret médical »).

EXAMEN DE LA CORG : PREALABLE NECESSAIRE A LA RECEVABILITE EN CSDGE

Le dossier de candidature est soumis à l'avis de la CORG et doit, après concertation de celle-ci, être transmis pour étude et décision en CSDGE. Elle devra faire figurer impérativement l'avis commenté et motivé de la CORG.

Il devra par ailleurs comporter la signature de chacun des membres de la CORG et confirmé par le cachet de la ligue.

Ce n'est que sous réserve d'un dossier dûment motivé par la CORG et complété comme indiqué ci-dessus que le dossier pourra être présenté et étudié en Comité des Hauts Grades.

DECISION

Chaque cas sera étudié individuellement par la CSDGE qui reste souveraine dans sa prise de décision en veillant au maintien de la valeur pleine et entière du grade.

DEMANDE D'AMENAGEMENT DE GRADE

PRINCIPE

Dans le cadre de l'accession au grade supérieur, les personnes présentant des incapacités nécessitant une adaptation de la réglementation afin de pouvoir se présenter aux différentes épreuves pratiques des tests d'accès au grade peuvent soumettre un dossier à la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA.

PROCEDURE

La demande d'aménagement peut se poser sur deux niveaux :

1/ Si l'aménagement ne présente pas de modification sur la nature des épreuves telles que stipulées dans la réglementation générale, la demande pourra être étudiée et validée (sous couvert du certificat médical) par le CORG (exemple : temps de repos plus important, mode d'interrogation adapté aux difficultés du candidat, passage des épreuves fractionnées (Kata et techniques...))

2/ Si la demande d'aménagement modifie la nature des épreuves demandées pour le grade considéré (remplacement d'un Kata par un autre, allègement du programme technique, adaptation des techniques...), le dossier sera transmis par le CORG à la CSDGE qui statuera sur la recevabilité de l'aménagement demandé.

EXAMEN DE LA CORG : PREALABLE NECESSAIRE A LA RECEVABILITE EN CSDGE

Le dossier est soumis pour examen à la CORG et doit, après concertation de celle-ci, être transmis pour étude et décision en CSDGE, s'accompagner d'un seul et unique avis commenté et motivé retranscrit par le secrétaire de CORG.

Ce n'est que sous réserve d'un dossier dûment motivé par la CORG, comprenant les signatures demandées et accompagné si possible du programme technique d'aménagement, que le dossier pourra être présenté à la CSDGE.

DECISION

Chaque cas sera étudié individuellement par la CSDGE qui reste souveraine dans sa prise de décision en veillant au maintien de la valeur pleine et entière du grade.

CONDITIONS PARTICULIÈRES POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP (PARAJUDO SENSORIEL ET PHYSIQUE)

1. PRÉAMBULE

Comme il est précisé dans les principes d'attribution des grades de ce chapitre, la CSDGE de la FFJDA a comme préoccupation d'aménager, préciser, améliorer, compléter, en fonction des expériences, la présente réglementation.

Il faut rappeler que le grade de ceinture noire n'est pas une récompense. C'est le reflet de compétences dans les trois domaines shin, ghi, tai, qui en sont les composantes nécessaires.

Le jury fera la part du handicap dans chacune de ces trois composantes. A cet effet, chaque CORG qui aura un candidat handicapé inscrit pour un passage, devra faire appel aux avis d'un médecin ou du médecin de ligue et du responsable judo et personnes en situation de handicap de la ligue à défaut du médecin fédéral national.

Afin de réunir le jury en temps utile et d'avoir un premier avis, le dossier d'inscription du candidat mentionnera les difficultés de réalisation inhérentes au handicap.

Le dossier sera renseigné par le candidat ou l'enseignant et attesté par le médecin qui a rédigé le certificat médical de non contre-indication à la pratique du judo. Le candidat pourra s'il le désire, effectuer une demande au préalable afin de passer ses UV techniques en plusieurs fois.

L'UV sera acquise lorsque l'ensemble des parties la composant aura été validée. L'enseignant attestera d'une pratique intégrée ou au moins intermittente avec des judokas valides, dans une structure fédérale FFJDA attestée par le passeport judo.

2. MODALITÉS DE PASSAGE

A) PARAJUDO PAR DÉFICIT SENSORIEL

PARAJUDO AUDITIF

1/ **Passage technique** : interrogation imagée ou par écrit

Les judoka demandant à bénéficier de ces règles doivent présenter :

- un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du judo datant de moins d'un an au jour de l'examen.

Nota : le certificat n'est pas nécessaire si le judoka possède un certificat préalable de non contre-indication à la pratique de la compétition datant de moins d'un an au jour de l'examen.

- un certificat de l'oto-rhino-laryngologiste certifiant que le judoka a une audition diminuée d'au moins 55 db en moyenne sur l'ensemble des fréquences à chaque oreille et mentionnant l'absence de contre-indication d'ordre auditif à la pratique du judo.

2/ **Passage compétition**

Arbitrage permettant à l'arbitre de toucher le combattant sourd pour le matre (2 tapes du plat de la main dans le dos) dans le cas où le combattant ne pourrait pas voir l'arbitre. L'arbitre essaiera dans la mesure du possible de se tenir dans le champ de visio du combattant sourd. Le reste des règles de compétition sont les mêmes que celles de la FFJDA.

Les judoka demandant à bénéficier de ces règles doivent présenter :

- un certificat attestant l'absence de contre-indication à la pratique du Judo en compétition datant de moins d'un an au jour de l'examen,
- un certificat de l'oto-rhino-laryngologiste certifiant que le judoka a une audition diminuée d'au moins 55 db en moyenne sur l'ensemble des fréquences à chaque oreille et mentionnant l'absence de contre-indication d'ordre auditif à la pratique du judo en compétition.

PARAJUDO VISUEL

1/ **UV2** : le judoka demandant à bénéficier de ces règles adaptées doit présenter : un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du judo datant de moins d'un an au jour de l'examen,

- un certificat de l'ophtalmologiste certifiant qu'il a une acuité visuelle inférieure à 1/10^e au meilleur œil avec correction et/ ou un champ visuel inférieur à 40 (définition adoptée par la fédération handisport) et mentionnant l'absence de contre-indication d'ordre ophtalmologique à la pratique du judo.

Nota : le certificat n'est pas nécessaire si le judoka possède un certificat préalable de non contre-indication à la pratique de la compétition datant de moins d'un an au jour de l'examen.

Jujitsu

Le candidat démontrera seul, la gestuelle des atémis. Pour l'application avec un partenaire, elle se fera avec une saisie préalable.

2/ **Passage compétition** : Le judoka déficient visuel ou avec une déficience auditive associée demandant à bénéficier de ces règles adaptées doit présenter :

Cf. page 19 CODE SPORTIF arbitrage spécifique IBSA (ibsasports-judo)

- un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du judo en compétition datant de moins d'un an au jour de l'examen,
- un certificat de l'ophtalmologiste certifiant qu'il a une acuité visuelle inférieure à 1/10^e au meilleur œil avec correction et/ ou un champ visuel inférieur à 40 (définition adoptée par la Fédération handisport) et mentionnant l'absence de contre-indication d'ordre ophtalmologique à la pratique du judo en compétition.

Le port des lunettes est interdit pendant la pratique du judo.

Kata : 1^{er} dan et 2^{ème} dan

Nage-no-kata

Aménagement du nage-no-kata : du fait du handicap, les attaques sur coup peuvent être remplacées par les procédures suivantes qui conservent l'esprit du Kata : il est donc recommandé d'autoriser tori de prendre le kumi kata pour ippon seoi nage, uki goshi, ura nage, yoko guruma.

- 1^{ère} série pour IPPON SEOI NAGE
- S'exécutera avec saisie mutuelle sur trois pas en tsugi ashi.
- 2^{ème} série pour UKI GOSHI
- S'exécutera avec saisie mutuelle sur trois pas en tsugi ashi. Pour respecter l'opportunité de uki goshi, les techniques se feront d'abord à gauche puis à droite.
- tori et uke ne changeront que la garde, à gauche d'abord, puis garde à droite. Les déplacements en tsugi ashi restent les mêmes.
- 4^{ème} série pour URA NAGE
- Uke, au lieu d'attaquer du poing droit saisit tori en garde à droite et attaque en o soto gari à droite ou o uchi gari à droite. Tori contre en ura nage (l'inverse à gauche).
- 5^{ème} série pour YOKO GURUMA

Uke au lieu d'attaquer du poing droit saisit tori en garde à droite et attaque en ippon seoi nage ou Koshi Guruma.

Tori esquive et contre en yoKo Guruma (l'inverse à gauche)

Goshin-jitsu

7 premières techniques sans changement, mais pour les 5 atemis poings pieds, formes adaptées suivantes :

Naname Uchi

Uke tient le revers droit de tori avec sa main gauche. Il a le pied droit avancé. Il recule largement le pied droit pour armer son coup et frappe.

Tori exécute alors la défense du goshin-jitsu.



Ago Tsuki

Même saisie de uke au revers avec même préparation en reculant mais pour frapper en ago tsuki.

Ganmen Tsuki

Cette fois uke tient le revers gauche de tori avec sa main droite, il arme son poing gauche en reculant sa jambe gauche et attaque tori en ganmen tsuki en avançant cette jambe gauche, tout en lâchant le revers.

Mae Geri

uke tient le bout de manche droite de tori et recule largement la jambe droite pour armer son mae geri.

Yoko Geri

Même saisie de la manche droite de tori, uke fait un pas à l'oblique avant gauche pour armer son yoko geri.

3^{ème} DAN

Présentation d'un kata au choix parmi la liste suivante : katame no kata ou gonosen no kata.

4^{ème} DAN

Présentation du kata non réalisé pour le 3e dan parmi : katame no kata ou gonosen no kata et un kata au choix parmi ceux déjà réalisés dans les dans précédents.

5^{ème} DAN

Juno Kata dans le rôle de tori.

B) PARAJUDO PHYSIQUE

Pour cette catégorie, chaque cas doit être traité de façon individuelle. Les handicaps revêtant des champs très divers.

Le jury s'attachera à juger les techniques réalisées par le candidat, sans sanctionner ce qu'il ne peut pas faire à cause de son handicap.

C) PARAJUDO ADAPTE

Les judoka ayant une déficience mentale légère peuvent atteindre le niveau technique requis pour passer la ceinture noire. Parfois, la difficulté pour ces candidats est de comprendre les questions du jury.

Le stress de l'examen peut provoquer un blocage.

Une interrogation sous forme imagée facilitera grandement la compréhension de la question posée.

TABLEAU SYNOPTIQUE DU 1^{ER} AU 4^{ÈME} DAN

GRADE	CONDITIONS DE PRÉSENTATION : du 01/09/2021 au 31/08/2023	CONTENU TECHNIQUE DE L'EXAMEN	UV1 : KATA
1 ^{er} DAN	ANNÉE DE NAISSANCE : 2008 ou avant DÉLAI MINIMUM GRADE PRÉCÉDENT : 1 an de ceinture marron CONDITIONS RÉGLEMENTAIRES : Ordre des épreuves libre MAIS le kata doit être validé avant de se présenter au test shiai	DOMINANTE COMPÉTITION	3 premières séries du Nage No Kata en entier dans le rôle de Tori et tout ou partie dans le rôle de Uke (Pour les judokas né(e)s en 1973 et avant, uniquement dans le rôle de Tori)
		DOMINANTE TECHNIQUE voie réservée pour les judokas nés en 2005 et avant	Nage no kata ou Kodokan goshin jitsu en entier dans le rôle de Tori et tout ou partie dans le rôle de Uke (Pour les judokas né(e)s en 1973 et avant, uniquement dans le rôle de Tori)
2 ^{ème} DAN	ANNÉE DE NAISSANCE : 15 ans révolus DÉLAI MINIMUM GRADE PRÉCÉDENT : 1 an de 1 ^{er} dan et présentation possible aux épreuves du 2 ^e dan dès l'homologation du 1 ^{er} dan. CONDITIONS RÉGLEMENTAIRES : Ordre des épreuves libre	DOMINANTE COMPÉTITION	Nage no kata en entier dans le rôle de Tori
		DOMINANTE TECHNIQUE voie réservée pour les judokas nés en 2005 et avant	Nage no kata ou Kodokan goshin jitsu en entier dans le rôle de tori (Celui non présenté pour le 1 ^{er} dan)
3 ^{ème} DAN	ANNÉE DE NAISSANCE : 17 ans révolus DÉLAI MINIMUM GRADE PRÉCÉDENT : 1 an de 2 ^e dan et présentation possible aux épreuves du 3 ^e dan dès l'homologation du 2 ^e dan. CONDITIONS RÉGLEMENTAIRES : Ordre des épreuves libre	DOMINANTE COMPÉTITION	Katame no kata et Kodokan goshin jitsu en entier dans le rôle de tori
		DOMINANTE TECHNIQUE voie réservée pour les judokas nés en 2005 et avant	Katame no kata et soit le Nage no kata soit le Kodokan goshin jitsu dans le rôle de tori
4 ^{ème} DAN	ANNÉE DE NAISSANCE : 20 ans révolus DÉLAI MINIMUM GRADE PRÉCÉDENT : 2 ans de 3 ^e dan et présentation possible aux épreuves du 4 ^e dan dès l'homologation du 3 ^e dan. CONDITIONS RÉGLEMENTAIRES : Ordre des épreuves libre	DOMINANTE COMPÉTITION	Le candidat démontrera, dans le rôle de tori, le kime no kata et un autre kata en entier parmi le nage no, le katame no, le kodokan goshin jitsu et le gonosen.
		DOMINANTE TECHNIQUE	Le candidat démontrera, dans le rôle de tori, le kime no kata et un autre kata en entier parmi le nage no, le katame no, le kodokan goshin jitsu et le gonosen.

DOMINANTE COMPÉTITION ET DOMINANTE TECHNIQUE

UV2 : TECHNIQUE UV non FRACTIONNABLE	UV3 : EFFICACITÉ	UV4 : ENGAGEMENT NT PERSONNEL	HOMOLOGATION ON POSSIBLE DU GRADE
Démonstration après tirage au sort de 12 techniques issues de l'annexe 1 : 6 en nage waza, 4 en ne waza et 2 techniques de défense libre et adaptée (en réponse aux attaques imposées des séries A,B & C). 5' MAX. Une méconnaissance par secteur est admise	<u>Sur 1 manifestation</u> : justifier de 5 victoires consécutives (ippon ou waza-ari) totalisant 44 points au minimum. OU <u>Sur plusieurs manifestations</u> : justifier de 100 points. Shiai, RGC, jujitsu, ne waza	Participation à un stage commissaire sportif d'une demi-journée et à l'encadrement d'une compétition officielle se déroulant sur 2 demi-journées organisée par l'OTD	Au minimum à 15 ans révolus + 1 an de ceinture marron
A) Démonstration après tirage au sort de 12 techniques issues de l'annexe 1 : 6 nage waza, 4 ne waza et 2 techniques de défense libre et adaptée (en réponse aux attaques imposées des séries A,B & C). 5' MAX. Une méconnaissance par secteur est admise. B) Démonstration des acquis techniques dans des exercices d'application uchi komi avancée et recul 2 x 1'30 MAX et type kakari et/ou yaku de 2 x 2' MAX	20 points en compétition : shiai, RGC, Jujitsu, ne waza Les candidats né(e)s en 1983 et avant, sont dispensés de l'UV3		
A) Démonstration d'une technique en nage waza, 1 en ne waza et 1 de défense au choix dans un contexte dynamique 5' MAX. B) Après tirage au sort, démonstration de 2 techniques en nage waza, 2 en ne waza et 2 techniques de défense issues de l'annexe 1. 5' MAX. -> Techniques de défense libre et adaptée (en réponse aux attaques imposées des séries A, B & C)	<u>Sur 1 manifestation</u> : justifier de 5 victoires consécutives (ippon ou waza-ari) totalisant 44 points au minimum. OU <u>Sur plusieurs manifestations</u> : justifier de 100 points. Shiai, RGC, jujitsu, ne waza	Participation à un stage d'arbitrage d'une demi-journée et à l'encadrement d'une compétition officielle se déroulant sur 2 demi-journées organisée par l'OTD	Au minimum à 17 ans révolus + 1 an de ceinture noire 1 ^{er} dan
A) Démonstration d'1 technique en nage waza, 1 en ne waza et 1 de défense au choix dans un contexte dynamique 5' MAX. B) Après tirage au sort, démonstration de 2 techniques en nage waza, 2 en ne waza et 2 techniques de défense issues de l'annexe 1. 5' MAX. -> Techniques de défense libre et adaptée (en réponse aux attaques imposées des séries A, B & C) C) Démonstration des acquis techniques dans 4 exercices d'application uchi komi 2 x 1'30 MAX , nage komi 2 x 1'30 MAX et type kakari et/ou yaku de 2 x 2' MAX	20 points en compétition : shiai, RGC, Jujitsu, ne waza Les candidats né(e)s en 1983 et avant, sont dispensés de l'UV3		
A) 3 techniques au choix en nage waza dans 3 directions différentes et en dynamique 3' MINI + 2 techniques au choix en ne waza (en situation de combat) 3' MINI + des techniques de défense (saisies, coups & armes) 1' MINI - L'ensemble des 3 parties ne devra pas dépasser 9 mn. B) Après tirage au sort, démonstration de 2 techniques en nage waza, 2 en ne waza et 2 techniques de défense issues de l'annexe 1. 5' MAX. -> Techniques de défense libre et adaptée (en réponse aux attaques imposées des séries A, B, C & D)	<u>Sur 1 manifestation</u> : justifier de 5 victoires consécutives (ippon ou waza-ari) totalisant au minimum 44 points OU <u>Sur plusieurs manifestations</u> : justifier de 120 points. Shiai, RGC, jujitsu, ne waza	Implication personnelle dans le développement du judo jujitsu justifiée par le candidat par l'attestation CORG et attestant d'au moins 1 titre ou 1 fonction depuis son dernier grade parmi : Enseignant en exercice, Commissaire sportif dépt, Arbitre dépt, Juge, Elu au sein d'un club, Bénévole au sein d'un OTD. (A défaut, participer à l'encadrement d'une manifestation sur 4 demi-journées organisée par l'OTD)	Au minimum à 20 ans révolus + 1 an de ceinture noire 2 ^{ème} dan
A) 3 techniques au choix en nage waza dans 3 directions différentes et en dynamique 3' MINI + 2 techniques au choix en ne waza (en situation de combat) 3' MINI + des techniques de défense (saisies, coups et armes) 1' MINI - L'ensemble des 3 parties ne devra pas dépasser 9 mn. B) Après tirage au sort, démonstration de 2 techniques en nage waza, 2 en ne waza et 2 en défense issues de l'annexe 1. 5' MAX -> Techniques de défense libre et adaptée (en réponse aux attaques imposées des séries A, B, C & D) C) Démonstration des acquis techniques dans 4 exercices d'application uchi komi 3 x 1' MAX nage komi 2 x 1' MAX type kakari et/ou yaku de 2 x 2' MAX	20 points en compétition : shiai, RGC, Jujitsu, ne waza Les candidats né(e)s en 1983 et avant, sont dispensés de l'UV3		
Démonstration de ses tokui waza en nage waza 3' MINI , ne waza 2' MINI et techniques de défense 2' MINI La durée maximale de l'ensemble de la démonstration est 10 minutes.	<u>Sur 1 manifestation</u> : justifier de 5 victoires consécutives (ippon ou waza-ari) totalisant au minimum 44 points OU <u>Sur plusieurs manifestations</u> : justifier de 120 points. Shiai, RGC, jujitsu, ne waza	Implication personnelle dans le développement du judo jujitsu justifiée par le candidat par l'attestation CORG et attestant d'au moins 1 titre ou 1 fonction depuis son dernier grade parmi : Enseignant en exercice, Commissaire sportif dépt, Arbitre dépt, Juge, Elu au sein d'un club, Bénévole au sein d'un OTD. (A défaut, participer à l'encadrement d'une manifestation sur 4 demi-journées organisée par l'OTD)	Au minimum à 24 ans révolus + 2 ans de ceinture noire 3 ^{ème} dan
A) Démonstration de ses tokui waza en nage waza 3' MINI , ne waza 2' MINI et techniques de défense 2' MINI La durée maximale de l'ensemble de la démonstration est de 10 minutes B) Démonstration des acquis techniques dans 4 exercices d'application uchi komi, nage komi, type kakari et/ou yaku de 10' MAX	20 points en compétition : shiai, RGC, Jujitsu, ne waza Les candidats né(e)s en 1983 et avant, sont dispensés de l'UV3		



REGLES GENERAL ES
 COMPETITIONS SPORTIVES
 COMPETITIONS DE LOISIR
 ACTIVITES ENCADRE ES
 GRADE S
 DOJ O
 STATUTS FFJDA
 R.J FFJDA ET ANNEXES
 REGLEMENTS SPECIFIQUES
 LICENCE ASSURANCE AFFILIATION - OTD

SYSTÈME TRANSITOIRE ET ÉQUIVALENCES ANCIENNE RÉGLEMENTATION ET ATTENDUS DE LA CEINTURE NOIRE

RAPPELS DES DATES D'APPLICATION DES DISPOSITIONS RÉGLEMENTAIRES			
EPREUVES	avant 2003	2003 / 2008	après 2008
KATA	UV5	UV1	UV1
TECHNIQUE	UV2 (Nage-waza)	UV2	UV2
	UV3 (Ne-waza)		
	UV4 (méthode d'entraînement)	UV3	
	UV7 (Randori)		
	UV6 (défense)	UV4	
EFFICACITE	Points Shiai	Points Shiai	UV3
INVESTISSEMENT	UV1	Pré-requis	UV4

SYSTÈME D'ÉQUIVALENCES CHANGEMENT DE DOMINANTE

APPLICABLE DEPUIS LE 1 ^{er} JANVIER 2018		
du 1 ^{er} au 4 ^{ème} dan	UV1 KATA	<ul style="list-style-type: none"> - Transférable intégralement pour les 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} dan pour le passage de l'une à l'autre dominante - 1^{er} dan de la dominante technique à la dominante compétition : kata transférable intégralement - pour le passage de la dominante compétition à la dominante technique, dans le cas de l'UV 1 kata il n'est demandé que les parties manquantes (4^e et 5^e séries pour le nage -no-kata)
1 ^{er} et 4 ^{ème} dan	UV2 TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - de la dominante technique à la dominante compétition : transférable intégralement - de la dominante compétition à la dominante technique : on demande en plus de l'UV2 de réaliser le contenu technique B de l'UV2 dominante technique
2 ^{ème} et 3 ^{ème} dan	UV2 TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - de la dominante technique à la dominante compétition : transférable intégralement - de la dominante compétition à la dominante technique : on demande en plus de l'UV2 de réaliser le contenu technique C de l'UV2 dominante technique



ANNEXE 1

PROGRAMME TECHNIQUE

1) 1^{er} DAN : PROGRAMME TECHNIQUE (UV2)

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
<ul style="list-style-type: none"> - hane-goshi - harai-goshi - koshi-guruma - o-goshi - sode-tsurikomi-goshi - tsurikomi-goshi - uchi-mata - uki-goshi - ushiro-goshi - utsuri-goshi - kubi-nage 	<ul style="list-style-type: none"> - ippon-seoi-nage - kata-guruma - kibisu-gaeshi - kuchiki-taoshi - morote-gari - morote-seoi-nage - seoi-otoshi - tai-otoshi - te-guruma - uki-otoshi - eri-seoi-nage 	<ul style="list-style-type: none"> - ashi-guruma - de-ashi-barai (-harai) - harai-tsurikomi-ashi - hiza-guruma - ko-soto-gake - ko-soto-gari - ko-uchi-gari - okuri-ashi-barai (-harai) - o-soto-gari - o-soto-otoshi - o-uchi-gari - sasae-tsurikomi-ashi - uchi-mata 	<p>MA-SUTEMI-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - sumi-gaeshi - tomoe-nage - ura-nage <p>YOKO-SUTEMI-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - soto-makikomi - tani-otoshi - yoko-guruma

TECHNIQUES AU SOL (NE WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS	ÉTRANGLEMENTS	CLÉS AUX COUDES
<p>OSAEKOMI-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - hon-gesa-gatame - kami-shiho-gatame - kata-gatame - kuzure-gesa-gatame - kuzure-kami-shiho-gatame - tate-shiho-gatame - ushiro-kesa-gatame - yoko-shiho-gatame - makura-gesa-gatame 	<p>SHIME-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - gyaku-juji-jime - hadaka-jime - kata-ha-jime - kata-juji-jime - kata-te-jime - nami-juji-jime - okuri-eri-jime - sankaku-jime 	<p>KANSETSU-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - ude-hishigi-hara-gatame - ude-hishigi-hiza-gatame - ude-hishigi-juji-gatame - ude-hishigi-ude-gatame - ude-hishigi-waki-gatame - ude-garami

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO- JUJITSU)

<p>Séries A, B et C</p> <p>des 20 imposées</p>	<p><u>Défenses</u> :</p> <p>Réponses libres et adaptées à une situation d'agression</p>	<p>Le candidat doit montrer sa capacité à se défendre tout en respectant l'intégrité physique de son assaillant. Il doit faire preuve d'efficacité de contrôle de sobriété et de réalisme dans ses réponses à une situation d'agression.</p>
--	---	--

ANNEXE 1

PROGRAMME TECHNIQUE

2) 2^{ème} DAN : PROGRAMME TECHNIQUE (UV2)

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
<ul style="list-style-type: none"> - hane-goshi - harai-goshi - koshi-guruma - o-goshi - sode-tsurikomi-goshi - tsuru-goshi - tsurikomi-goshi - uchi-mata - uki-goshi - ushiro-goshi - utsuri-goshi - kubi-nage 	<ul style="list-style-type: none"> - ippon-seoi-nage - kata-guruma - kibisu-gaeshi - kuchiki-taoshi - morote-gari - morote-seoi-nage - seoi-otoshi - sumi-otoshi - tai-otoshi - te-guruma - uki-otoshi - eri-seoi-nage 	<ul style="list-style-type: none"> - ashi-guruma - de-ashi-barai (-harai) - harai-tsurikomi-ashi - hiza-guruma - ko-soto-gake - ko-soto-gari - ko-uchi-gari - o-guruma - okuri-ashi-barai (-harai) - o-soto-gaeshi - o-soto-gari - o soto-guruma - o-soto-otoshi - o-uchi-gari - sasae-tsurikomi-ashi - tsubame-gaeshi - uchi-mata 	<p>MA-SUTEMI-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - sumi-gaeshi - tomoe-nage - ura-nage <p>YOKO-SUTEMI-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - harai-makikomi - ko-uchi-makikomi - soto-makikomi - tani-otoshi - yoko-tomoe-nage - uki-waza - yoko-gake - yoko-guruma

TECHNIQUES AU SOL (NE WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
<ul style="list-style-type: none"> - hon-gesa-gatame - kami-shiho-gatame - kata-gatame - kuzure-gesa-gatame - kuzure-kami-shiho-gatame - kuzure-tate-shiho-gatame - kuzure-yoko-shiho-gatame - tate-shiho-gatame - ushiro-kesa-gatame - yoko-shiho-gatame - makura-gesa-gatame 	<ul style="list-style-type: none"> - ashi-gatame-jime - gyaku-juji-jime - hadaka-jime - kata-ha-jime - kata-juji-jime - kata-te-jime - morote-jime - nami-juji-jime - okuri-eri-jime - sankaku-jime - sode-guruma-jime 	<ul style="list-style-type: none"> - ude-hishigi-ashi-gatame - ude-hishigi-hara-gatame - ude-hishigi-hiza-gatame - ude-hishigi-juji-gatame - ude-hishigi-sankaku-gatame - ude-hishigi-ude-gatame - ude-hishigi-waki-gatame - ude-garami

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO- JUJITSU)

<p>Séries A, B et C des 20 imposées</p>	<p><u>Défenses</u> :</p> <p>Réponses libres et adaptées à une situation d'agression</p>	<p>Le candidat doit montrer sa capacité à se défendre tout en respectant l'intégrité physique de son assaillant. Il doit faire preuve d'efficacité de contrôle de sobriété et de réalisme dans ses réponses à une situation d'agression.</p>
---	---	--



ANNEXE 1

PROGRAMME TECHNIQUE

3) 3^{ème} DAN : PROGRAMME TECHNIQUE (UV2)

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
<ul style="list-style-type: none"> - hane-goshi - harai-goshi -koshi-guruma - o-goshi - sode-tsurikomi-goshi - tsuri-goshi - tsurikomi-goshi - uchi-mata - uki-goshi - ushiro-goshi - utsuri-goshi - kubi-nage 	<ul style="list-style-type: none"> - ippon-seoi-nage - kata-guruma - kibusu-gaeshi - kuchiki-taoshi - morote-gari - morote-seoi-nage - seoi-otoshi - sukui-nage - sumi-otoshi - tai-otoshi - te-guruma - uchi-mata-sukashi - uki-otoshi - yama-arashi - eri-seoi-nage 	<ul style="list-style-type: none"> - ashi-guruma - de-ashi-barai (-harai) - harai-tsurikomi-ashi - hiza-guruma - ko-soto-gake - ko-soto-gari - ko-uchi-gari - o-guruma - okuri-ashi-barai (-harai) - o-soto-gaeshi - o-soto-gari - o soto-guruma - o-soto-otoshi - o-uchi-gari - sasae-tsurikomi-ashi - tsubame-gaeshi - uchi-mata 	<p>MA-SUTEMI-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - sumi-gaeshi - tawara-gaeshi - tomoe-nage - ura-nage <p>YOKO-SUTEMI-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - daki-wakare - harai-makikomi - ko-uchi-makikomi - soto-makikomi - tani-otoshi - yoko-tomoe-nage - uki-waza - yoko-gake - yoko-guruma - yoko-otoshi - yoko-wakare

TECHNIQUES AU SOL (NE WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS	ÉTRANGLEMENTS	CLÉS AUX COUDES
<p>OSAEKOMI-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - hon-gesa-gatame - kami-shiho-gatame - kata-gatame - kuzure-gesa-gatame - kuzure-kami-shiho-gatame - kuzure-tate-shiho-gatame - kuzure-yoko-shiho-gatame - tate-shiho-gatame - ushiro-kesa-gatame - yoko-shiho-gatame - makura-gesa-gatame 	<p>SHIME-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - ashi-gatame-jime - gyaku-juji-jime - hadaka-jime - kata-ha-jime - kata-juji-jime - kata-te-jime - morote-jime - nami-juji-jime - okuri-eri-jime - ryo-te-jime - sankaku-jime - sode-guruma-jime - tsukkomi-jime 	<p>KANSETSU-WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> - ude-hishigi-ashi-gatame - ude-hishigi-hara-gatame - ude-hishigi-hiza-gatame - ude-hishigi-juji-gatame - ude-hishigi-sankaku-gatame - ude-hishigi-ude-gatame - ude-hishigi-waki-gatame - ude-garami

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO- JUJITSU)

<p>Séries A, B, C et D des 20 imposées</p>	<p>Défenses :</p> <p>Réponses libres et adaptées à une situation d'agression</p>	<p>Le candidat doit montrer sa capacité à se défendre tout en respectant l'intégrité physique de son assaillant. Il doit faire preuve d'efficacité de contrôle de sobriété et de réalisme dans ses réponses à une situation d'agression.</p>
--	--	--

ANNEXE 1 PROGRAMME TECHNIQUE

4) LES 20 ATTAQUES DÉFENSES IMPOSÉES JUJITSU

SÉRIE A

SAISIE AVEC LES MAINS



Katate-dori
Seize du poignet à deux mains

Eri-dori
Seize croisée de revers

Mae-kubi-dori
Seize à deux mains au cou

Yoko-kubi-dori
Seize à deux mains de côté au cou

Yoko-sode-dori
Seize de la manche de côté

SÉRIE B

SAISIE AVEC LES BRAS



Mae-dori
Seize de face en ceinturant sous les bras

Yoko-dori
Seize de côté en ceinturant les bras

Yoko-kubi-dori
Seize du cou de côté

Mae-kubi-dori
Seize du cou de face

Hadaka-jime
Étranglement par l'arrière

SÉRIE C

COUPS - ATEMI



Jodan-oi-tsuki
Coup de poing direct haut

Chudan-gyaku-tsuki
Coup de poing direct (plexus)

Jodan-naname-shuto
Attaque en oblique avec le tranchant de la main

Chudan-mae-geri-kekomi
Coup de pied direct de face

Chudan-mawashi-geri
Coup de pied circulaire

SÉRIE D

COUPS AVEC ARMES



Naname-tsuki
Piqué de haut en bas

Chudan-tsukkomi
Piqué de face

Naname-uchi
Piqué de bas en revers

Kiri-komi
Attaque de haut en bas

Yoko-uchi
Attaque oblique à la tête

Document communiqué FFJudo mai 2019. Tous droits réservés © FFJudo - Diffusé par France Judo - Paris 2023



RÉFÉRENTIEL DES TECHNIQUES JUDO-JUJITSU

KOSHI WAZA

- hane-goshi
- harai-goshi
- koshi-guruma
- o-goshi
- sode-tsurikomi-goshi
- tsuri-goshi
- tsurikomi-goshi
- uchi-mata
- uki-goshi
- ushiro-goshi
- utsuri-goshi
- kubi-nage

IMMOBILISATION

OSAEKOMI-

WAZA

- hon-gesa-gatame
- kami-shiho-gatame
- kata-gatame
- kesa-gatame
- kuzure-gesa-gatame
- kuzure-kami-shiho-gatame
- kuzure-tate-shiho-gatame
- kuzure-yoko-shiho-gatame
- tate-shiho-gatame
- ushiro-kesa-gatame
- yoko-shiho-gatame
- makura-gesa-gatame

TE-WAZA

- ippon-seoi-nage
- kata-guruma
- kibisu-gaeshi
- kuchiki-taoshi
- morote-gari
- obi-otoshi
- obitori-gaeshi
- morote-seoi-nage
- seoi-otoshi
- sukui-nage
- sumi-otoshi
- tai-otoshi
- te-guruma
- uchi-mata-sukashi
- uki-otoshi
- yama-arashi
- eri-seoi-nage

ETRANGLEMENT

TS SHIME-WAZA

- ashi-gatame-jime
- gyaku-juji-jime
- hadaka-jime
- kata-ha-jime
- kata-juji-jime
- kata-te-jime
- morote-jime
- nami-juji-jime
- okuri-eri-jime
- ryo-te-jime
- sankaku-jime
- sode-guruma-jime
- tsukkomi-jime

ASHI-WAZA

- ashi-guruma
- de-ashi-barai (-harai)
- hane-goshi-gaeshi
- harai-tsurikomi-ashi
- hiza-guruma
- ko-soto-gake
- ko-soto-gari
- ko-uchi-gaeshi
- ko-uchi-gari
- o-guruma
- okuri-ashi-barai (-harai)
- o-soto-gaeshi
- o-soto-gari
- o-soto-guruma
- o-soto-otoshi
- o-uchi-gaeshi
- o-uchi-gari
- sasae-tsurikomi-ashi
- tsubame-gaeshi
- uchi-mata

CLES AUX

COUDES

KANSETSU-WAZA

- ude-hishigi-ashi-gatame
- ude-hishigi-hara-gatame
- ude-hishigi-hiza-gatame
- ude-hishigi-juji-gatame
- ude-hishigi-sankaku-gatame
- ude-hishigi-ude-gatame
- ude-hishigi-waki-gatame
- ude-garami

SUTEMI

WAZA MA-SUTEMI-

WAZA

- hikikomi-gaeshi
- sumi-gaeshi
- tawara-gaeshi
- tomoe-nage
- ura-nage

YOKO-SUTEMI-WAZA

- daki-wakare
- hane-makikomi
- harai-makikomi
- ko-uchi-makikomi
- osoto-makikomi
- soto-makikomi
- tani-otoshi
- yoko-tomoe-nage
- uchi-makikomi
- uchi-mata-makikomi
- uki-waza
- yoko-gake
- yoko-guruma
- yoko-otoshi
- yoko-wakare

ENTREES

- tori est sur le dos, uke est entre ses jambes
- uke est sur le dos, tori est entre ses jambes
- uke est à quatre pattes, tori est de face
- uke est à quatre pattes, tori est à cheval
- uke est à quatre pattes, tori est sur le côté

LES DEGAGEMENTS DE JAMBE

RETOURNEMENTS

RÉFÉRENTIEL DES TECHNIQUES JUDO-JUJITSU (ATEMI-WAZA + CLÉS + TECHNIQUES DE PROJECTIONS SPÉCIFIQUES)

	NOMENCLATURE	TRADUCTION
BLOCAGES	jodan-age-uke gedan-barai uchi-uke soto-uke	Blocage haut en remontant avec l'avant bras Défense en balayant avec l'avant bras de l'intérieur vers l'extérieur d'une attaque partie basse Blocage de l'intérieur vers l'extérieur Blocage de l'extérieur vers l'intérieur
CLES DE CONTRÔLE	kote-mawashi kote-gaeshi tekubi-osae ou kote-osae kote-hineri ude-gatame waki-gatame hara-gatame ude-nobashi yubi-kansetsu yuki-chigae ude-osae	Luxation de poignet en flexion en rotation interne Luxation de poignet en flexion en rotation externe Luxation par pression du poignet en direction du coude Luxation de poignet en rotation interne Luxation du bras en hyper extension Clé sur le coude par l'aisselle Clé de coude par le ventre Luxation de neutralisation par étirement du bras et torsion du poignet Luxation des doigts en hyper extension Luxation par hyper pronation du poignet et appui sur le coude Luxation du bras par contrôle en appui au sol
CLES AVEC PROJECTION	shiho-nage kokyu-nage tenchi-nage irimi-nage ude-kime-nage kaiten-nage	Projection dans les 4 directions Projection par la respiration Projection par bras en extension Projection en entrant Projection en avant par blocage du coude Projection rotatoire
COUPS MEMBRES SUPÉRIEURS	tettsui-oroishi oi-tsuki haito-uchi yoko-uchi haishu shuto naname-tsuki mawashi-tsuki teisho-tsuki ura-uchi age-tsuki ago-tsuki gyaku-tsuki atama maete-tsuki shito hiji ou empi-uchi	Coup de poing du haut vers le bas frappé avec le poing fermé en marteau Coup de poing direct donné avec le poing situé du côté de l'appui avant Coup frappé avec le tranchant intérieur de la main Coup de poing de côté Coup frappé avec le revers de la main Coup frappé avec le tranchant extérieur de la main Coup circulaire avec le dessus du poing Coup de poing circulaire Coup donné avec la paume de la main Coup de poing de revers avec le dos de la main Coup de poing en remontant Coup de poing au menton Coup de poing direct donné avec le poing situé du côté de l'appui arrière Coup porté avec la tête Coup de poing rebondissant par man avant Coup donné avec la pointe des doigts, main tendue Coup frappé avec la pointe du coude
COUPS MEMBRES INFÉRIEURS	mae-geri yoko-geri mawashi-geri hiza-geri ura-mawashi-geri ushiro-geri mikazuki-geri ushiro-mawashi-geri kakato-geri teisoku-geri kin-geri fumi-komi-geri o-mawashi-geri	Coup de pied avant (fouetté = Keage) ou (Pénétrant = Kekomi) Coup de pied de côté Coup de pied circulaire avant Coup de genou Coup de pied circulaire arrière Coup de pied arrière (fouetté = Keage) ou (Pénétrant = Kekomi) Coup de pied en croissant porté avec l'intérieur du pied, dans un mouvement de l'extérieur vers l'intérieur Coup de pied en déplacement circulaire arrière Coup avec le talon Atemi avec le dessous du pied Atemi du pied aux parties génitales Coup de pied avec action écraser Projection par application de O-mawashi-geri sur la jambe avancée Projection par application de Ura-mawashi-geri sur la jambe avancée



ANNEXE 2

JUGES ET ARBITRES AUX EXAMENS DE GRADES

1 / LE JURY D'EXAMEN

A. Composition

Les membres du jury d'examen seront choisis par le Conseiller technique sportif pour tous les grades (du 1^{er} au 4^{ème} dan), parmi les juges figurant sur les listes, listes entérinées par le Président du CORG.

Les représentants des fédérations multisports, affinitaires scolaires, universitaires agréées peuvent se présenter dans les mêmes conditions que les experts fédéraux sur ces listes.

Pour les grades de 5^{ème} et 6^{ème} dan, les membres du jury seront choisis parmi les juges figurant sur la liste nationale établie puis officialisée par le Directeur Technique National après avoir été entérinée par le Président de la CSDGE.

Les membres du jury seront de grade supérieur ou exceptionnellement équivalent au grade postulé par le candidat.

B. Conditions d'accès

1) Requis

- être 3^{ème} dan minimum,
- avoir participé à un ou plusieurs stages régionaux de formation de juges (6 heures minimum dans la saison sportive),
- avoir été mis en situation de juge stagiaire sur au moins deux examens ,
- avoir été évalué favorablement à l'issue de la formation.

(Réf. Memento corps de juges pour les examens de grades)

2) Formation

Les postulants à la fonction de juge doivent participer à un ou plusieurs stages de formation spécifique organisé par le département enseignement, formation de la FFJDA à l'issue de ces stages, ils sont labellisés juges régionaux ou nationaux en fonction de leur grade et du niveau du stage.

À l'issue de chaque stage, les conseillers techniques et sportifs constituent les listes des juges régionaux.

Les juges sont nommés pour une olympiade selon les critères définis.

La liste des juges régionaux est actualisée chaque fin de saison sportive puis transmise au national pour officialisation.

Chaque juge doit justifier d'un volume horaire de formation continue de 12 heures minimum par saison sportive.

3) Déontologie

Un juge ne peut, lors d'un même examen, assurer sa mission de Jury et se présenter comme candidat ou comme partenaire.

2/ L'ARBITRAGE

Application des règles internationales, à l'exception des saisies de jambe, où un avertissement gratuit sera donné avant la pénalité.

L'arbitrage est assuré au minimum par un arbitre stagiaire départemental par tapis.

(Dimension minimum du tapis : 5x5 mètres avec 2 mètres de sécurité au minimum).

L'arbitrage peut être complété par les professeurs et les candidats passant leur épreuve UV4.

Le corps arbitral sera encadré par l'instructeur départemental d'arbitrage et des arbitres confirmés.

LEXIQUE

BLOPAGE

Action de défense « au contact » dans laquelle les combattants s'opposent force contre force.

CONFUSION

Simulation d'attaque ayant pour but de créer une réaction chez l'adversaire et permettant d'exécuter une technique initialement prévue.

CONTRE-PRISE

Séquence tactique dans laquelle celui qui fait la dernière action la réalise à partir d'une action déjà engagée par l'autre.

DÉFENSE

Séquence tactique qui annihile une attaque de l'adversaire.

ENCHAÎNEMENT OU COMBINAISON

Séquence tactique dans laquelle celui qui a engagé sincèrement la 1^{ère} technique, utilise la réaction de l'autre pour effectuer une nouvelle technique.

ESQUIVE

Action de défense dans laquelle l'attaqué se soustrait à l'action de l'attaquant par déplacement de tout ou partie de son corps en évitant d'opposer les forces.

KAKARI-GEIKO

Exercice d'entraînement où l'un des deux judoka joue le rôle de l'attaquant, alors que l'autre cultive l'esquive, la défense.

Exercice à thème dont les consignes peuvent varier selon les intentions pédagogiques.

KATA

Ce sont les « exercices de style » du Judo, Jujitsu. Ils doivent refléter le degré de connaissance et la maîtrise des exécutants.

En japonais, le mot « kata » signifie : forme fondamentale.

Le kata du judo, jujitsu c'est la démonstration des principes de base d'attaque et de défense suivant une progression rigoureuse, résultat de l'expérience et de la réflexion des meilleurs et des plus anciens maîtres du Judo, Jujitsu. Le kata est l'une des unités de valeurs nécessaire à l'obtention de la ceinture noire ou des dan.

OPPORTUNITÉ

Occasion favorable (offerte ou créée) à l'application d'une technique. Elle s'organise par exemple à partir de composantes comme : action de kumi Kata, déplacement, changements de postures, attaques, etc.

RANDORI

Exercice libre d'attaque et de défense où les partenaires s'orientent vers l'attaque en assurant conjointement leur sécurité.

Cet exercice d'entraînement est sans consigne et sans attachement au résultat. Il se déroule dans un contexte dynamique et souple, où les partenaires adaptent leur comportement à leur niveau respectif.

SÉQUENCE TACTIQUE

Phase d'opposition ou d'étude dans laquelle des actions d'attaque et de défense se succèdent.

SITUATION DE TRAVAIL

Position respective de tori et de uke qui précède l'application d'une technique.

YAKU SOKU GEIKO

Exercice d'entraînement à l'attaque. Les deux partenaires recherchent les opportunités, la vitesse, l'efficacité, etc. Ils peuvent insister sur tel ou tel point de leur entraînement réciproque en modifiant la convention de cet exercice.