

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 01/09/2020 au 31/08/2021	2006 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 1971 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 peuvent être démontrées, au choix du candidat, soit en statique, soit en déplacement.

Pour la partie techniques de défense, le candidat nommera les techniques qu'il a choisies et qui viennent en 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.

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 justifier de son implication personnelle dans le développement du judo-jujitsu à l'aide d'une attestation délivrée par son professeur.

Exemples d'implications :

Aide à l'enseignement, accompagnement d'équipes, aide à l'organisation d'évènements au sein du club, fonctions techniques ou électives au sein du club...

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 deux demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.

LA DOMINANTE TECHNIQUE

VOIE RESERVEE AUX CANDIDATS NE(E)S EN 2003 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 1971 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).

Pour la partie techniques de défense, le candidat nommera les techniques qu'il a choisies et qui viennent en 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**)

Durée : 5minutes

Une méconnaissance dans chacun des trois domaines sera acceptée.

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 1981 et avant, sont dispensés de l'UV 3.

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 son professeur.

Exemples d'implications :

Aide à l'enseignement, accompagnement d'équipes, aide à l'organisation d'événements au sein du club, fonctions techniques ou électives au sein du club.

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 deux demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.



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
- 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 (2 ^{ème} dan)
ANNÉE DE NAISSANCE : Période du 01/09/2020 au 31/08/2021	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).

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.

Pour la partie techniques de défense, le candidat nommera les techniques qu'il a choisies et qui viennent en 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.

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 justifier de son implication personnelle dans le développement du judo-jujitsu à l'aide d'une attestation délivrée par son professeur.

Exemples d'implications : Aide à l'enseignement, accompagnement d'équipes, aide à l'organisation d'événements au sein du club, fonctions techniques ou électives au sein du club...

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 deux demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.

LA DOMINANTE TECHNIQUE

VOIE RÉSERVÉE AUX CANDIDATS NE(E)S EN 2003 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 en réponse libre et adaptée aux attaques imposées des séries A, B et C)

Durée : 5' 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 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 1981 et avant, sont dispensés de l'UV 3.

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 son professeur.

Exemples d'implications :

Aide à l'enseignement, accompagnement d'équipes, aide à l'organisation d'événements au sein du club, fonctions techniques ou électives au sein du club.

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 deux demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.



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 01/09/2020 au 31/08/2021	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	3 ans de ceinture noire 2^{ème} dan

B. CONTENU DES ÉPREUVES

LA DOMINANTE COMPÉTITION

UV 1 KATA

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

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 2003 ET AVANT

UV 1 KATA

Le candidat présente, dans le rôle de tori, le katame-no-kata et soit le nage-no-kata, soit le Kodokan-goshin-jitsu.

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 1981 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.



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 01/09/2020 au 31/08/2021	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	4 ans de ceinture noire 3 ^{ème} dan

B. CONTENU DES ÉPREUVES

LA DOMINANTE COMPÉTITION

UV 1 KATA

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.

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, 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.

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 1981 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.





Textes officiels 2020/2021

EXAMENS NATIONAUX ACCÈS AU 5^{ème} ET AU 6^{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 le CORG doivent être envoyés par e-mail à l'adresse grade@ffjudo.com, avant le 1^{er} avril 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).

B. CRITÈRES DE PRÉSENTATION

Tous les candidats devront justifier d'un titre ou fonction, depuis le dernier grade dans les domaines de l'environnement spécifique technique de l'activité judo jujitsu suivants :

- être membre de commission technique départementale,
- être juge régional,
- être label enseignants niveau régional minimum ou attestations de participation aux stages de formation continue des enseignants,
- être membre de l'équipe technique régionale,
- être ou avoir été arbitre ou commissaire sportif régional minimum,
- justifier d'une fonction élective d'un OTD

Toutefois, les postulants ne remplissant pas les critères ci-dessus ont la possibilité de demander une équivalence attribuée par la CSDGE sur présentation d'un dossier.

L'âge plancher pour se présenter est de 29 ans et le délai dans le grade de 4^{ème} dan est de 5 ans minimum.

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.

JU-NO-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 (référéncés).
(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 ou sur clé usb) et en 2 exemplaires papier au service administratif des grades.

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. 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.

Si plus d'une partie est jugée insuffisante, le candidat devra représenter l'ensemble de la prestation.



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 le CORG doivent être envoyés par e-mail à l'adresse grade@ffjudo.com, avant le 1^{er} avril de l'année civile de l'examen (formulaires disponibles en ligne : <https://www.ffjudo.com/procedures-formulaires>).

Les 5^{èmes} dan répondant aux critères de présentation au 6^{ème} dan, devront faire acte de candidature auprès de la Commission spécialisée des dan et grades équivalents de la FFJDA après étude du dossier, la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA décide de l'acceptation ou du refus de celui-ci. Dans ce dernier cas, la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents de la FFJDA justifie son refus.

B. CRITÈRES DE PRÉSENTATION

Tous les candidats devront justifier de 25 ans de ceinture noire et justifier d'au moins deux titres ou fonctions, depuis le dernier grade dans les domaines de l'environnement spécifique technique de l'activité judo jujitsu suivants :

- être membre de commission technique départementale,
- être juge régional,
- être label enseignants niveau régional minimum ou attestations de participation aux stages de formation continue des enseignants,
- être membre de l'équipe technique régionale,
- être ou avoir été arbitre ou commissaire sportif régional minimum,
- justifier d'une fonction élective d'un OTD.

Toutefois, les postulants ne remplissant pas les critères ci-dessus ont la possibilité de demander une équivalence attribuée par la CSDGE sur présentation d'un dossier.

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. BONIFICATIONS

Pour les postulants titulaires d'une qualification d'enseignement (BEES ou diplôme équivalent option judo-jujitsu, CQP APAM et CQP MAM, BPJEPS, DEJEPS, DESJEPS), l'âge plancher est ramené à 45 ans et le délai dans le grade de 5^{ème} dan à 8 ans.

Pour les postulants ayant fait un podium aux Championnats de France 1^{ère} ou 2^{ème} division ou titulaires d'une qualification d'enseignement (BEES ou diplôme équivalent option judo- jujitsu, CQP APAM et CQP MAM, BPJEPS, DEJEPS, DESJEPS) et ayant participé à un championnat de France individuel seniors par catégorie de poids ou équivalent à la 1^{ère} ou 2^{ème} division actuelle, l'âge plancher est ramené à 40 ans et le délai dans le grade de 5^e dan à 8 ans.

Pour les hors classe C, le délai dans le grade de 5^{ème} dan est ramené à 6 ans.

La prestation pourra être aménagée en fonction du dossier médical soumis à la CSDGE de la FFJDA

D. L'ÉPREUVE

Prestation de 30 minutes.

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

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

- *koshiki-no-kata* « formes anciennes » avec respect du cérémonial et exécution en totalité dans le rôle de Tori.

Les candidats devront obligatoirement consacrer au minimum 5 minutes aux :

- *nage-waza* / travail debout
- *ne-waza* / travail au sol
- Jujitsu-self défense (les armes utilisées pour la prestation doivent être celles utilisées dans les *kata judo* référencés).

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 ou sur clé usb) et en 2 exemplaires papier au service administratif des grades.

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.

E. 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.

F. MENTIONS

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

- la mention «excellent» qui s'obtient par 5 appréciations «excellent»
- la mention «bien» qui s'obtient par quatre appréciations «excellent» et une «bien» ou trois appréciations «excellent» et deux «bien».

G. ÉCHEC À LA PRESTATION

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



6^{ème} DAN SECONDE VOIE

L'inscription est soumise à la validation de la CSDGE.

Examen ouvert à tous les 5^{èmes} dan ayant :

- 65 ans minimum dans l'année de l'examen
- 20 ans d'ancienneté dans le 5^{ème} dan

Dispositions particulières pour les judoka ayant obtenu le 5^{ème} dan à titre exceptionnel.

Il leur sera possible de candidater, à condition d'avoir 25 ans d'ancienneté dans le 5^{ème} dan. Les formulaires de candidature signés par le CORG doivent être envoyés par e-mail à l'adresse grade@ffjudo.com, avant le 1^{er} avril de l'année civile de l'examen (formulaires disponibles en ligne : [https://](https://www.ffjudo.com/procedures-formulaires)

www.ffjudo.com/procedures-formulaires). Remarque : une notice explicative précisant les différentes modalités d'accès et de dépôt des dossiers est à disposition sur le site Internet :

<https://www.ffjudo.com/uploads/elfinder/GRADE/Formulai-recandidature%206e%20dan%202nde%20voie.pdf>

La nomination finale fera suite à l'examen d'une contribution présentée et évaluée par un jury composé d'experts.

Ce dossier de contribution devra être envoyé numériquement (format PDF : par e-mail à grade@ffjudo.com ou sur clé usb) et en 2 exemplaires papier au service administratif des grades.

LES TRÈS HAUTS GRADES - 7^{ème} DAN ET PLUS CONDITIONS D'ACCÈS

1- MODALITÉS D'ACCÈS AU 7^{ème} DAN - nanadan

A partir du 7^{ème} dan, il existe deux voies d'accès distinctes : la première permet un accès à ce grade à l'issue d'une nomination, sur décision de la CSDGE ; la seconde est le résultat d'un examen.

Première voie :

Les postulants n'ont pas à faire acte de candidature : leur nomination fera suite à une étude précise de la CSDGE qui entérinera par une décision expresse celle-ci.

Modalités d'étude des dossiers :

- tous les dossiers des 6^{èmes} dan pouvant justifier de 10 ans d'ancienneté dans ce grade font l'objet d'une étude systématique par le Comité des Hauts Grades.
- le Comité des Hauts Grades propose chaque année à la CSDGE une liste annuelle de 6^{èmes} dan promouvables dans cette voie. La nomination définitive sera soumise à la présentation d'une contribution personnelle.
- La proposition du Comité des Hauts Grades sera débattue en CSDGE qui devra se prononcer à la majorité des deux tiers des membres présents pour valider définitivement cette nomination.

En plus des conditions précisées ci-dessus, les dossiers des candidats des catégories HC A, B, C seront étudiés prioritairement pour l'accès au 7^{ème} dan.

Seconde voie :

Il s'agit d'un examen ouvert pour les 6^{èmes} dan justifiant d'un minimum de 25 ans d'ancienneté dans ce grade.

Les formulaires de candidature signés par le CORG doivent être envoyés par e-mail à l'adresse grade@ffjudo.com, avant le 1^{er} avril de l'année civile de l'examen (formulaires disponibles en ligne : <https://www.ffjudo.com/procedures-formulaires>).

Remarque : une notice explicative précisant les différentes modalités d'accès et de dépôt des dossiers est à disposition sur le site Internet : <https://www.ffjudo.com/procedures-formulaires>

La nomination finale fera suite à l'examen d'une contribution présentée et évaluée par un jury composé d'experts.

Ce dossier de contribution devra être envoyé numériquement (format PDF : par e-mail à grade@ffjudo.com ou sur clé usb) et en 2 exemplaires papier au service administratif des grades.

2- MODALITÉS D'ACCÈS AU 8^{ème} DAN - hachidan

Modalités d'étude des dossiers :

Chaque année le Comité des Hauts Grades étudiera les dossiers des 7^{èmes} dan pouvant justifier d'au moins 10 années d'ancienneté dans le grade de 7^{ème} dan.

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

- de 10 ans d'ancienneté dans ce grade seront étudiés
- 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...*).

Le Comité des 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 Hauts Grades sera débattue en CSDGE qui devra se prononcer à la majorité des deux tiers des membres présents pour valider définitivement cette nomination.

En plus des conditions précisées ci-dessus, les dossiers des candidats faisant partie des catégories HC A, B, C, seront étudiés en priorité pour l'accès au 8^{ème} dan.

3- MODALITÉS D'ACCÈS AUX 9^{ème} ET 10^{ème} DAN

Le Comité des Hauts Grades étudiera les dossiers des 8^{èmes} dan et des 9^{èmes} dan au profil exceptionnel qui pourrait justifier l'accès à ces très hauts grades.

Pour être promouvables, les 8^{èmes} et 9^{èmes} dan devront, dans le déroulement de leur carrière pouvoir justifier d'une notoriété d'exception reconnue par tous comme éminente dans tous les secteurs (sur le plan sportif, pédagogique, l'engagement dans le développement de la discipline... sans que cette liste ne soit exhaustive). Cette promotion aux très hauts grades devra être validée au ¾ des voix des membres présents pour l'accès au 9^{ème} dan et à l'unanimité des membres présents de la CSDGE réunis en commission plénière pour l'accès au 10^{ème} dan.

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.

La contribution 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.

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 4^{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.

A partir du 5^{ème} dan, l'obtention d'un grade exceptionnel ne bloque pas la progression des candidats.

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 technique ou combat. Cette présentation ne peut intervenir qu'après un délai de quatre ans suivant l'obtention de cette partie des tests technique 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.

MODALITES D'ACCES

Les candidats à l'obtention d'un grade à titre exceptionnel devront présenter une contribution.

Du 1^{er} au 4^{ème} dan, les « contributions » seront de deux natures :

- Un dossier type Validation d'Acquis d'Expériences (parcours du judoka)
- Une participation complémentaire à l'organisation (arbitrage, commissaire sportif, encadrement, commission sportive, etc) de 4 manifestations au sein d'un OTD (Comité / Ligue).

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.

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

Pour le 5^{ème} dan, le formulaire de demande de grade à titre exceptionnel devra parvenir à la CSDGE avant le 1^{er} avril. La candidature sera soumise à approbation du Comité des Hauts Grades. Si un avis favorable est donné, il sera demandé au candidat de fournir une contribution qui sera le résultat de son engagement auprès de la fédération ou d'un OTD (Comité / Ligue).

PROCEDURE

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 précis datant de moins d'un an (enveloppe «secret médical»).

EXAMEN DU CORG :

PREALABLE NECESSAIRE A LA RECEVABILITE EN CSDGE

Le dossier et la contribution sont soumis pour examen au CORG (président de ligue, vice-président culture judo, cadre technique et secrétaire du CORG) et doit, après concertation de celui-ci, être transmis pour étude et décision en CSDGE.

Il devra faire figurer EXPRESSEMENT l'avis commenté et motivé du CORG : celui-ci étant retranscrit sur le dossier par le secrétaire de CORG. Il devra par ailleurs comporter la signature de chacun des membres du CORG et de deux haut gradés, confirmé par le cachet de la ligue.

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

EXAMEN DU CORG : PREALABLE NECESSAIRE A LA RECEVABILITE EN CSDGE

Le dossier est soumis pour examen au CORG (président de ligue, vice-président culture judo, cadre technique et secrétaire du CORG) et doit, après concertation de celui-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.

Il devra par ailleurs comporter la signature de chacun des membres du CORG et de deux haut gradés, confirmé par le cachet de la ligue.

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

DECISION 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

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.

2. MODALITÉS DE PASSAGE

A) HANDICAP PAR DÉFICIT SENSORIEL

SURDITÉ

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 hajime (une tape du plat de la main dans le dos) et pour le matte (2 tapes du plat de la main dans le dos).

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.

MALVOYANTS ET NON-VOYANTS

1/ UV2 : le judoka demandant à bénéficier de ces règles 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 20 (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.

Juïtsu

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 demandant à bénéficier de ces règles doit présenter :

- 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 20 (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

Passage compétition – Modalités d'arbitrage

L'arbitre, après en avoir informé les candidats de la poule ou du tableau, placera les combattants en garde installée (réglementation jeunes).

Les sorties de tapis ne seront pas comptabilisées.

B) HANDICAP 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) HANDICAP MENTAL

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.



RECONNAISSANCE DES GRADES DÉLIVRÉS À L'ÉTRANGER

HOMOLOGATION EN FRANCE DES GRADES DÉLIVRÉS À L'ÉTRANGER

La nature d'un grade dépend soit de sa reconnaissance soit de son homologation.

A – Reconnaissance

La reconnaissance d'un grade permet à son titulaire de s'en prévaloir légalement sur le territoire français bien qu'il n'ait pas été délivré par la CSDGE.

Un grade délivré à l'étranger par une Fédération affiliée à la Fédération Internationale de Judo Jujitsu (FIJ) peut faire l'objet d'une reconnaissance et dans certains cas d'une homologation par la CSDGE de la FFJDA.

Les étrangers, résidant en France et ayant obtenu leurs grades à l'étranger peuvent faire reconnaître leurs grades par la CSDGE. La reconnaissance sera automatique du 1er au 4e dan, s'il a été délivré par une fédération affiliée à la FIJ. À partir du 5e dan, une épreuve complémentaire pourra être demandée pour pouvoir valider le dan demandé.

B- Homologation

L'homologation est une authentification du grade étranger, par la CSDGE, à l'identique d'un grade français.

S'il est demandé une homologation d'un grade étranger, la CSDGE devra être saisie à cette fin. La CSDGE statuera sur chacun des cas.

C- Passage de grade à l'étranger

Un Français désirant passer des grades à l'étranger doit, au préalable, demander l'autorisation à la CSDGE de la FFJDA.

Un étranger résidant en France doit, pour passer ses grades à partir du 5ème dan en France, demander à sa Fédération nationale l'autorisation de passer le grade en France.

D- Progression dans les grades

Les étrangers qui souhaiteraient poursuivre leur accession dans les grades et qui n'ont pas été homologués en France pourront soit continuer leur progression dans leur pays d'origine soit continuer en France, dans ce cas ils devront repasser leur dernier grade obtenu dans leur pays d'origine et devront également satisfaire aux conditions réglementaires de l'examen. Pour ceux qui sont homologués par la CSDGE, ils passeront dans les mêmes conditions que les ressortissants français mais devront présenter une autorisation de leur Fédération nationale pour se présenter à l'examen à partir du 5ème dan.

E- Dépôt du dossier de demande de reconnaissance

(et le cas échéant homologation) de grade :

Le formulaire de demande de Reconnaissance de Grade Étranger devra être déposé à la ligue dans laquelle il est licencié pour avis accompagné de toutes les pièces justificatives des grades étrangers délivrés. Ces pièces seront soumises à la validation de la Fédération qui a délivré le grade dans le pays où l'examen a été passé.

Nota : Tout grade qui n'a pas fait l'objet d'une reconnaissance ou d'une homologation par la CSDGE de la FFJDA ne pourra permettre à son titulaire de s'en prévaloir sur le territoire français (conformément à l'art L212-5 du Code du sport : « Dans les disciplines sportives relevant des arts martiaux, nul ne peut se prévaloir d'un dan ou d'un grade équivalent sanctionnant les qualités sportives et les connaissances techniques et, le cas échéant, les performances en compétition s'il n'a pas été délivré par la commission spécialisée des dan et grades équivalents de la fédération délégataire ou, à défaut, de la fédération agréée consacrée exclusivement aux arts martiaux. »).

Textes officiels 2020/2021

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

GRADE	CONDITIONS DE PRÉSENTATION : du 01/09/2020 au 31/08/2021	CONTENU TECHNIQUE DE L'EXAMEN	UV1 : KATA
1 ^{er} DAN	ANNÉE DE NAISSANCE : 2006 ou avant DÉLAI MINIMUM GRADE PRÉCÉDENT : 1 an de ceinture marron CONDITIONS RÉGLEMENTAIRES : Ordre des épreuves libre MAIS seul 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 1971 et avant, uniquement dans le rôle de Tori)
		DOMINANTE TECHNIQUE voie réservée pour les judokas nés en 2003 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 1971 et avant, uniquement dans le rôle de Tori)
2 ^{ème} DAN	ANNÉE DE NAISSANCE : 15 ans révolus DÉLAI MINIMUM GRADE PRÉCÉDENT : présentation possible aux épreuves du 2e 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 2003 et avant	Nage no kata ou Kodokan goshin jitsu en entier dans le rôle de tori (Celui non présenté pour le 1er dan)
3 ^{ème} DAN	ANNÉE DE NAISSANCE : 17 ans révolus DÉLAI MINIMUM GRADE PRÉCÉDENT : présentation possible aux épreuves du 3e 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 2003 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 : présentation possible aux épreuves du 4e 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 PERSONNEL	HOMOLOGATION 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	Implication personnelle dans le développement du judo jujitsu validé par le professeur (A défaut, participer à l'encadrement d'une manifestation 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 1981 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	Implication personnelle dans le développement du judo jujitsu validé par le professeur (A défaut, participer à l'encadrement d'une manifestation 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 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 1981 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 + 3 ans 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 1981 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 + 4 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 1981 et avant, sont dispensés de l'UV3	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)	

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

RAPPELS DES DATES D'APPLICATION DES DISPOSITIONS RÉGLEMENTAIRES		
DEPUIS LE 01/01/2019	Fin de l'ancien dispositif réglementaire. Les judokas n'ayant pas terminé leurs épreuves pour l'accès au grade supérieur sous l'ancienne réglementation, pourront bénéficier des équivalences comme indiquées ci-après.	
GRADES CONCERNÉS	ANCIENNE RÉGLEMENTATION	ÉQUIVALENCE DANS LA NOUVELLE RÉGLEMENTATION
DU 1 ^{er} AU 4 ^{ème} DAN	UV1 : LE KATA	UV1 : LE KATA
	UV2 + UV3 + UV4	UV2 : TECHNIQUE
	REQUIS	UV4 : ENGAGEMENT PERSONNEL



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 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 - tate-shiho-gatame - ushiro-kesa-gatame - yoko-shiho-gatame - makura-gesa-gatame 	<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 	<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 - 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 - kibisu-gaeshi - kuchiki-taoshi - morote-gari - morote-seoi-nage - seoi-otoshi - tai-otoshi - sumi-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 OSA EKOMI-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)

Séries A, B et C des 20 imposées	<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 - kibisu-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><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

4) LES 20 ATTAQUES DÉFENSES IMPOSÉES JUJITSU

SÉRIE A
SAISIE AVEC LES MAINS

<i>Karaté-dori</i> Saisie du poignet à deux mains	<i>Eri-dori</i> Saisie croisée de revers	<i>Mae-kubi-dori</i> Saisie à deux mains au cou	<i>Yoko-kubi-dori</i> Saisie à deux mains de côté au cou	<i>Yoko-sode-dori</i> Saisie de la manche au cou

SÉRIE B
SAISIE AVEC LES BRAS

<i>Mae-dori</i> Saisie de face au coude avec les bras	<i>Yoko-dori</i> Saisie de côté au coude avec les bras	<i>Yoko-kubi-dori</i> Saisie de cou de côté	<i>Mae-kubi-dori</i> Saisie de cou de face	<i>Hadaka-jime</i> Étranglement par l'arrière

SÉRIE C
COUPS - ATEMI

<i>Jodan-oi-tsuki</i> Coup de poing direct haut	<i>Chudan-gyaku-tsuki</i> Coup de poing direct gauche	<i>Jodan-naname-abuta</i> Chaque est abattu avec le tronc de la main	<i>Chudan-mae-geri-kokomi</i> Coup de pied direct de face	<i>Chudan-mawashi-geri</i> Coup de pied circulaire

SÉRIE D
COUPS AVEC ARMES

<i>Naname-tsuki</i> Poigné de haut en face	<i>Chudan-tsukkomi</i> Poigné de face	<i>Naname-uchi</i> Poigné de haut en revers	<i>Eri-komi</i> Attaque de haut en face	<i>Yoko-uchi</i> Attaque efficace à la tête

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

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

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

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

IMMOBILISATIONS

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

ETRANGLEMENTS

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

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

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
CLÉS 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
CLÉS 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-barai ura-mawashi-barai	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

BLOCAGE

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.