

JUDO : FICHE D'EVALUATION DE LA MAÎTRISE

NIVEAUX	DEBOUT (NAGE WAZA)	LIAISON DEBOUT / SOL	SOL (NE WAZA)
NIVEAU 1 De 0 à 1,5 pts	possède une attaque et essaie de l'utiliser dans les opportunités fournies par l'adversaire. KUMI KATA : pas structuré. Déplacements : aucun, statique. Attaque : directe.	pas de liaison debout/sol ou absence de continuité dans l'enchaînement des deux phases.	pas de travail au sol. immobilisation mal fixée d'ou sortie.
NIVEAU 2 de 1,5 pt à 3 pt	provoque et utilise la force de l'adversaire. Utilise avec efficacité le système d'action / réaction KUMI KATA : posé. Déplacements : subis. Attaque : avant / arrière et vis versa.	fréquente mais pas systématique sans rupture du contact du contrôle en OSAE WAZA.	peu de travail au sol. ne saisit pas toutes les opportunités. fixe l'immobilisation. peu de tentative en SHIME WAZA. ou en KANSETSU WAZA.
NIVEAU 3 de 3 pt à 4,5 pt	provoque et utilise la force de l'adversaire pour se créer des opportunités et attaquer dans différentes directions. KUMI KATA : préparatoire à l'attaque. Déplacements : est à l'origine des déplacements. Attaque : construites autour du spécial.	systématique sans rupture du contact	travail construit au sol. arrive en immobilisation à partir d'une situation en supériorité. enchaînement des immobilisations en fonction de l'action de l'adversaire. travail sur KANSETSU et SHIME WAZA.
NIVEAU 4 de 4,5 pt à 6 pt	travail construit structuré autour d'un schéma d'attaque. KUMI KATA : imposé et dominant. Déplacements : impose les déplacements. Attaque : autour d'un ou plusieurs spéciaux, élaboré en schéma d'attaque (contre, feinte.).	anticipée par le travail debout en adaptant la finalité par rapport à un schéma d'attaque au sol.	travail élaboré au sol. enchaîne les différentes possibilités de conclure au sol. Arrive à conclure en OSAE WAZA, SHIME WAZA ou KANSETSU WAZA à partir de différentes postures (inférieures ou supérieures).

Les rôles d'arbitre et de juge seront évalués sur trois niveaux

Observables / niveaux	NIVEAU 1	NIVEAU 2	NIVEAU 3
VOIX	INAUDIBLE	HESITANTE	CLAIRE et DETERMINEE
GESTES	ABSENT OU FAUX	AMBIGÜS ou IMPRECIS	FERMES ET MAINTENUS
PRECISION DES CHOIX	ERREURS DE CHOIX	QUELQUES ERREURS ou FAUTES D'INTERPRETATION	CONNAISSANCE PRECISE des REGLES D'ARBITRAGE

FICHE EVALUATION OPTION BACCALAUREAT JUDO

NOM de l' ELEVE OBSERVE :

NIVEAU de PRATIQUE ATTESTE :

SYSTEME D'ATTAQUE

NIVEAUX	TRAVAIL DEBOUT (tachi waza)	LIAISON DEBOUT / SOL	TRAVAIL AU SOL (ne waza)
Niveau 1 De 0 à 1.5 pts	<i>Possède UNE attaque et essaie de l'utiliser dans des opportunités fournies par l'adversaire.</i> <u>Kumi kata</u> : pas structuré. <u>Déplacement</u> : aucun, statique. <u>Attaques</u> : directe.	<i>Pas de liaison debout / sol ou absence de continuité dans l'enchaînement des deux phases</i>	<i>Pas de travail au sol</i> Immobilisation mal fixée d'ou sortie de UKE.
Niveau 2 De 1.5 pts à 3 pts	<i>Provoque et utilise la force de l'adversaire par ACTION / REACTION.</i> <u>Kumi kata</u> : posé. <u>Déplacements</u> : subis. <u>Attaques</u> : avant arrière et vis versa.	<i>Fréquente mais pas systématique sans rupture du contrôle en OSAE WAZA</i>	<i>Peu de travail au sol</i> Ne saisit pas toutes les opportunités . Fixe les immobilisations. Peu de tentative en SHIME WAZA ou KANSETSU WAZA.
Niveau 3 De 3 à 4.5 pts	<i>Provoque et utilise la force de l'adversaire pour se créer des opportunités et attaquer dans différentes directions.</i> <u>Kumi kata</u> : préparatoire à l'attaque. <u>Déplacements</u> : en est à l'origine. <u>Attaques</u> : construites autour du spécial par enchaînements, contres.	<i>Systématique sans rupture du contact avec UKE en variant la finalité en OSAE WAZA SHIME WAZA KANSESTU WAZA</i>	<i>Travail construit au sol</i> Arrive en immobilisation à partir d'une situation en supériorité. Enchaîne les immobilisations en fonction des actions de UKE Travail en KANSETSU et SHIME WAZA.
Niveau 4 De 4.5 pts à 6 pts	<i>Travail construit, structuré autour d'un schéma d'attaque.</i> <u>Kumi kata</u> : imposé et dominant. <u>Déplacements</u> : impose les déplacements. <u>Attaques</u> : autour des spéciaux par contres, feints ou confusions.	<i>Anticipée par le travail debout en adaptant la finalité par rapport à un schéma d'attaque au sol</i>	<i>Travail élaboré au sol</i> Enchaîne les différentes possibilités de conclure au sol. Arrive à conclure en OSAE WAZA, SHIME WAZA, KANSETSU WAZA à partir de différentes postures (inférieures ou supérieures).
NOTE SUR 6 POINTS : / 6			

GAIN DES COMBATS

<u>NIVEAUX / nb de combats gagnés</u>	<u>0 combat gagné</u>	<u>1 combat gagné</u>	<u>2 combats gagnés</u>	<u>3 combats gagnés</u>
NIVEAU 1 NON ATTEINT	0 / 6	1 / 6	1.5 / 6	2.5 / 6
NIVEAU 1	2 / 6	3 / 6	3.5 / 6	4.5 / 6
NIVEAU 2	4 / 6	5 / 6	5.5 / 6	6 / 6
NOTE SUR 6 POINTS : / 6				

ARBITRAGE

<u>OBSERVABLES / NIVEAUX</u>	<u>NIVEAU 1 non atteint : 1</u> <u>/ 3 pts</u>	<u>NIVEAU 1 : 2 / 3 pts</u>	<u>NIVEAU 2 : 3 / 3</u> <u>pts</u>
<u>VOIX</u>	INAUDIBLE	HESITANTE	CLAIRE & DETERMINEE
<u>GESTES</u>	ABSENTS ou FAUX	AMBIGUS ou IMPRECIS	FERMES & MAINTENUS
<u>PRECISION DES CHOIX</u>	ERREURS DE CHOIX	QUELQUES ERREURS ou FAUTES D'INTERPRETATION	CONNAISSANCE PRECISE des REGLES D'ARBITRAGE
NOTE SUR 3 POINTS : /3			

<u>RECAPITULATIF des</u> <u>NOTES</u>	SYSTEME D'ATTAQUE	EFFICACITE / GAIN des COMBATS	ARBITRAGE
NOTE ORALE / 5 points	/ 6 points	/ 6 points	/ 3 points

NOTE sur	/ 20 POINTS
-----------------	--------------------

VALEURS MARQUEES	Nombre de YUKO 3 points	Nombre de WAZA ARI 7 points	Nombre de IPPON 15 points	RESULTATS Vainqueur / perdant
<u>1^{er} COMBAT</u>				
<u>2^{ème} COMBAT</u>				
<u>3^{ème} COMBAT</u>				

SERA DECLARE VAINQUEUR LE COMBATTANT AYANT MARQUE LE PLUS GRAND NOMBRE DE VALEURS DANS L'ORDRE HIERARCHIQUE FEDERAL :

YUKO / WAZA ARI / IPPON

A NOMBRE DE IPPON EGAL, LE NOMBRE DE WAZA ARI DETERMINERA LE VAINQUEUR

A NOMBRE DE WAZA ARI EGAL, LE NOMBRE DE YUKO DETERMINERA LE VAINQUEUR

A NOMBRE DE YUKO EGAL, LE NOMBRE DE KINZA DETERMINERA LE VAINQUEUR



ENTOURER LA VALEUR SI ELLE RESULTE D'UN TRAVAIL EN OSAE WAZA

1. **ARBITRAGE** : référence www.ffjda.com
Rubrique ARBITRAGE, fiches à télécharger

2. ASPECT TECHNIQUE DU JUDO :

CLASSIFICATION DES MOUVEMENTS DE JUDO PAR FAMILLE :

TACHI WAZA : Projection par la position debout.

TE WAZA Techniques de bras ou d'épaule :

TAI OTOSHI	Renversement du corps par barrage
MOROTE OTOSHI	avec barrage Projection d'épaule à deux mains
IPPON SEOI NAGE	Projection par une épaule
MOROTE SEOI NAGE	Projection d'épaule à deux mains
ERI SEOI NAGE	Mouvement d'épaule par le col
TE GURUMA	Enroulement par les mains
KATA GURUMA	Roue autour des épaules
MOROTE GARI	Ramassement de jambes
SUKUI NAGE	

KOSHI WAZA Techniques de hanche :

KUBI NAGE	Projection par le cou
UKI GOSHI	Tour de hanche simple
O GOSHI	Grande bascule de hanche
KOSHI GURUMA	Enroulement de la hanche
HARAI GOSHI	Hanche fauchée
TSURI KOMI GOSHI	Hanche pêchée
SODE TSURI KOMI GOSHI	Hanche pêchée
UCHI MATA	Fauchage interne
USHIRO GOSHI	Contre de hanche arrière
HANE GOSHI	Hanche percutée
UTSURI GOSHI	Contre de hanche avant

ASHI WAZA Techniques de jambe :

HIZA GURUMA	Roue autour du genou
SASAE TSURI KOMI ASHI	Blocage du pied en pêchant
O SOTO GARI	Grand fauchage extérieur
KO SOTO GARI	Petit fauchage extérieur
O UCHI GARI	Grand fauchage intérieur
KO UCHI GARI	Petit fauchage intérieur
ASHI GURUMA	Roue autour de la jambe
OKURI ASHI BARAI	Balayage des deux pieds
DE ASHI BARAI	Balayage du pied qui avance
UCHI MATA	Fauchage interne

O SOTO OTOSHI
KO SOTO GAKE
HARAI TSURI KOMI ASHI
O GURUMA

Grand renversement extérieur
Petit accrochage extérieur
Balayage du pied en pêchant
Grand enroulement

SUTEMI WAZA : Projection par sacrifice :

MAE SUTEMI WAZA Techniques de sutemi sur le dos :

TOMOE NAGE
SUMI GAESHI
URA NAGE
TAWARA GAESHI

Sutemi en cercle
Renversement dans l'angle
Projection arrière

YOKO SUTEMI WAZA Techniques de sutemi sur le côté :

TANI OTOSHI
YOKO TOMOE NAGE
SOTO MAKI KOMI
YOKO GURUMA
YOKO GAKE
UKI WAZA

Chute dans la vallée
Projection en cercle de côté
Enroulement extérieur
Sutemi enroulé par l'extérieur

sutemi latéral

NE WAZA

OSAE-KOMI-WAZA : Les techniques d'immobilisations

hon-gesa-gatame	kata-gatame	kami-shio-gatame
tate-shio-gatame	yoko-shio-gatame	makura-gesa-gatame
ushiro-gesa-gatame	kuzure-gesa-gatame	kuzure-kami-shio-gatame
kuzure-tate-shio-gatame	kuzure-yoko-shio-gatame	

SHIME-WAZA : Les techniques de strangulation

kata-juji-jime	gyaku-juji-jime	nami-juji-jime
ashi-gatame-jime	hadaka-jime	kata-ha-jime
morote-jime	okuri-eri-jime	

KWANSETSU-WAZA : Les techniques de clés

ude-garami	ude-gatame	juji-gatame
ashi-gatame	hara-gatame	waki-gatame

3. HISTORIQUE

JIGORO KANO vit le jour en octobre de la première année de l'ère MANNEN, c'est-à-dire en 1860 dans le département de HYOGO à MIKAGE.

Il était le troisième fils de JIROSAKU MARESHIBA KANO, attaché militaire au gouvernement. Enfant, on l'appelait petit NABUNOSUKE parce qu'il était frêle et délicat et en souvenir d'un guerrier célèbre et de petite taille dont le courage permit l'installation de l'Empereur. Sa famille, à MIKAGE, était connue pour sa fabrication du sake dont les secrets délicats se transmettaient de père en fils depuis plus de 100 ans.

Le petit JIGORO KANO était considéré comme un enfant prodige. Il remportait succès sur succès à l'école mais il n'était pas brillant en sport. Il était vraiment de très petite taille, un des plus petits de sa classe et avait peu de force.

Ses camarades, jaloux de ses succès scolaires, se vengeaient en le taquinant sans cesse. « Que tu es faible, petit KANO ! » ou encore « si tu veux te battre, viens ici, couard de KANO ». Mais JIGORO KANO avait toujours l'intelligence de ne pas répondre.

C'est vers la 6^{ème} année de l'ère MAIJI, c'est à dire 1873 que JIGORO KANO quitte son pays natal pour entrer en pension dans une école privée des études britanniques de la capitale. C'est à cette époque qu'il songea à faire du JUJITSU, mais il ne trouva pas de professeur. Le jujitsu n'était pas très considéré à cette époque. « De plus, KANO, mon fils, tu dois poursuivre tes études sérieusement. Il est anormal qu'un futur intellectuel perde son temps à pratiquer un art révolu et vulgaire » lui disait son père...

En fait, c'est à cette époque qu'il commença la pratique du JUJITSU avec un ami.

En 1877, JIGORO KANO entra à la faculté des lettres de la nouvelle université de TOKYO. Il était excellent en anglais et étudia aussi le chinois avec succès. Il continuait à travailler chaque soir avec son fidèle élève-domestique TSUNEJIRO TOMITA.

Le maître FUKUDA était âgé de 47 ou 48 ans. Il était encore en pleine force. Il n'expliquait que très succinctement les mouvements et les élèves s'entraînaient sans autre explication. JIGORO KANO allait au dojo tous les jours : rien ne pu l'en empêcher. Lorsque l'entraînement était supprimé en raison de maladie dont souffrait maître FUKUDA, JIGORO s'entraînait avec TSUNEJIRO.

Ce qui ennuyait JIGORO KANO, c'était son supérieur qui allait au même dojo et qui s'appelait KENKICHI FUKUSHIMA. Ce dernier pesait plus de 90 kg. KENKICHI était excellent en JUJITSU de telle sorte qu'il enseignait parfois à la place de Maître. Sa force était d'ailleurs très grande.

JIGORO KANO ne pesait que 50 kg environ. Il était toujours à sa merci et ne trouvait aucun moyen pour le vaincre.

JIGORO KANO se mit à étudier des manuels d'éducation physique européens. Il songea aussi aux techniques de SUMO, lutte japonaise traditionnelle. Ses études allèrent même jusqu'à la boxe et à la gymnastique européenne.

Ce genre de recherche était très difficile à l'époque car il n'était pas possible de se documenter sur l'éducation physique comme cela est possible aujourd'hui.

Acharné, JIGORO KANO faisait venir des livres en anglais et poursuivait ses recherches tout en s'entraînant quotidiennement. Un jour, il fut convaincu d'avoir trouvé la solution.

JIGIRO KANO, assis dans un coin du dojo, regarda attentivement l'entraînement de KENKISHI sans rien perdre de ses mouvements et des attitudes de ce dernier. Son JUJITSU fut étudié et classé à fond.

Puis JIGORO, en tenue d'entraînement, alla saluer respectueusement FUKUSHIMA.

- pouvez-vous faire une rencontre avec moi si vous n'êtes pas trop fatigué ?

- avec plaisir , dit KENKICHI en se levant après avoir salué à genoux.

JIGORO KANO qui essayait habituellement de tenir le col de son adversaire resta à une distance de deux mètres.

- Qu'est ce que vous avez ? dit KENKICHI en s'avançant de deux pas.

- Je vous attends répondit JIGORO KANO.

Cette réponse irrita KENKICHI. Quelle impudence ! Ce n'était pourtant pas ainsi qu'on devait l'aborder, lui, l'élève le plus fort du dojo.

KENKICHI fonça alors sur JIGORO KANO.

La chute fut brutale. Il tomba sur le dos. Il grimaça et s'assit lentement sur les tatamis.

-Quel est ce mouvement ?

-Je pense l'appeler KATA GURUMA.

C'est également à cette époque qu'on recommença à pratiquer le KEN-JUTSU.

Le vêtement d'entraînement à cette époque, le KEIKOGI comportait des manches courtes, il était très court. Comme JIGORO KANO s'entraînait sérieusement chaque jour avec cette sorte de vêtement court, il avait toujours des égratignures sur tout le corps. Il collait sur les parties écorchées des emplâtres et ses camarades de dortoir à l'université le surnommaient : JIGORO KANO « colle d'emplâtre » avec une note de mépris et de raillerie.

JOGORO KANO développa sa réflexion sur les recherches en éducation physique et en JUJITSU en particulier en héritant des dossiers secrets de Maître FUKUDA et d'autres Maîtres d'autres écoles ou JOGORO KANO allait se perfectionner :

Maître TSUNETOSHI IKUBO di KYTORYU. Il enseignait aussi certains mouvements des écoles SHIBUKAWARYU , TENSHI-SHINYO-RUY, TODARYU, SEIKIGUSHI-RUY et KITO RYU.

JOGORO KANO, après de longues années de réflexion approfondie, fit la synthèse de ses connaissances et créa le JUDO-KODOKAN.

La création de cette école remonte au 5 juin 1882. Pour s'y inscrire, il fallait poser sa signature avec son sang sur le livre des serments. Le premier à le signer fut TOMITA TSUNEJIRO et le second fut SAIGO HIGOSHI.

Le serment était le suivant :

- 1) Maintenant je deviens disciple du JUDO. Je jure de ne pas en cesser la pratique sans raison plausible.
- 2) Je jure de ne rien faire qui puisse déshonorer votre dojo.
- 3) Je jure de ne pas dévoiler les secrets sans votre permission.
- 4) Je jure de ne pas enseigner le JUDO sans votre autorisation.
- 5) Je jure de suivre toutes les règles de votre dojo, pendant mon apprentissage et même après lorsque j'enseignerai le JUDO.

En 1886, sous les auspices du chef de la police métropolitaine, un grand tournoi fut organisé entre la plus fameuse école de JUJITSU, l'école TOTSUKA et le KODOKAN. C'était une bataille décisive pour l'avenir.

Une défaite aurait été fatale au KODOKAN. Dans ce tournoi chaque équipe était composée de quinze combattants. Parmi les principaux représentants de KODOKAN, on comptait les plus fameux combattants héroïques du JUDO :

YAMASHITA, SAIGO, YOKOYAMA, TOMITA.

La rencontre YOKOYAMA fut intéressante et il remporta la victoire grâce à son HARAI-GOSHI.

SAIGO le plus petit, rencontra le fameux géant KOCHI doué d'une force extraordinaire. Après un long combat, SHIRO SAIGO réussit à porter une prise extraordinaire : YAMA-ARASHI.

Enfin YAMASHITA, le plus fort du KODOKAN rencontra le Maître NAKAMURA le plus réputé de la préfecture de police. La victoire fut irréfutable.

Le score final fut de 13 victoires pour le KODOKAN et de deux matches nuls.

A partir de ce jour, le JUDO-KODOKAN tint une toute première place au JAPON et connut le développement qu'on lui connaît aujourd'hui.

JIGORO KANO pratiquait chaque jour les KATAS.

En 1887, il inventa le JU-NO-KATA.

Le professeur KANO effectua alors de très nombreux voyages afin de promouvoir le JUDO. En 1938, il représente le JAPON à la conférence du CAIRE. Cette conférence désignera la ville de TOKYO comme site de la 12^{ème} olympiade. Il mourut sur le bateau lors de son retour atteint d'une pneumonie.