



SPAY

DIMANCHE 11 JUIN 2017

GRAND PRIX RÉGIONAL

JUDO ADAPTE ET HANDISPORT

Animation FFJDA organisée par le Comité de Judo de la Sarthe

Présentation du lieu d'accueil



Complexe sportif Fernand TAVANO – Rue du 19 mars 1962 – 72700 SPAY

Programme prévisionnel

SPORT ADAPTE

10H00 – 10H30 :	Accueil parcours orienté
10H30 – 12H00 :	Parcours orienté
12H00 :	Récompenses
13h30 – 14h00 :	Accueil D1, D2, D3 combat et D3 technique
14H00 – 16H00 :	Rencontres
16H00 :	Récompenses

HANDISPORT

10H00 – 10H30 :	Accueil challenge technique
10H30 – 12H00 :	Challenge technique
12H00 :	Récompenses

Informations générales

- lieu de la manifestation

Les animations se dérouleront au gymnase Fernand TAVANO à SPAY (voir plan fourni)

- Restauration et buvette

Une buvette sera mise à disposition des participants et encadrants à l'entrée du complexe sportif.

- Inscriptions

8 jours avant l'animation, délai de rigueur

- Responsables

Délégué départemental, responsable de la manifestations

Jocelyne BESSON, responsable de la commission cohésion sociale du comite de Judo de la Sarthe

Responsable technique :

Philippe BESSON, référent Judo et personnes en situation de handicap, comite de Judo de la Sarthe

- contacts :

Comité de judo de la Sarthe - comite.judo.sarthe@gmail.com

Philippe BESSON référent JPSH – philippe.besson71@gmail.com

SPORT ADAPTE

Parcours orienté

Les parcours orientés sont destinés aux sportifs ne possédant pas les pré-requis techniques et tactiques nécessaires pour participer au secteur compétitif.

Ils donnent l'occasion à un grand nombre de sportifs d'entrer dans l'activité Judo par des formes de pratiques ludiques sans enjeux de compétition.

Tâche 1 :

Disposer ses pieds dans les cerceaux en effectuant un demi-tour (Taïsabaki).

Tâche 2 :

Effectuer une chute arrière.

Tâche 3 :

Se déplacer sur le dos à l'aide de ses membres puis s'arrêter à hauteur d'une limite.

Tâche 4 :

Disposer ses quatre membres sur les guides au sol puis effectuer une chute avant à droite.

Tâche 5 :

Disposer ses pieds dans les cerceaux, s'accroupir, prendre une balle dans sa main gauche et effectuer une chute avant à gauche.

Tâche 6 :

Pousser un partenaire et le repousser si celui-ci s'oppose.

Tâche 7 :

Avec un partenaire qui a un genou au sol, accrocher la jambe relevée et projeter au sol.

Tâche 8 :

Retourner un partenaire qui est en position quadrupédique, pour l'immobiliser sur le dos.

Notation du parcours

10 points : mouvement exécuté correctement par simple consigne verbale

7 points : mouvement exécuté correctement avec exemple

5 points : mouvement exécuté avec aide physique

3 points : mouvement exécuté partiellement

Grand Prix Judo Adapté

1 – Organisation

Chaque responsable de club devra adresser au club organisateur une fiche d'engagement (modèle joint) dûment remplie

au plus tard 8 jours avant la date du tournoi

Classification des participants en Divisions

Groupe de combat :

Division 1 (D1C) :

- ☐ Compréhension de la notion d'opposition
- ☐ Connaissance de la règle du judo : « pour gagner, je dois attaquer et savoir me défendre »
- ☐ Connaissance du statut de « Tori-Uke » avec passage de l'un à l'autre
- ☐ Réalisation de gestes techniques en déplacement
- ☐ Défense de la part de Uke
- ☐ Réalisation des liaisons debout-sol
- ☐ Connaissances des règles d'arbitrage simples
- ☐ Shiai : Minimes (règlement FSA) Cadets, juniors, seniors : Shime Waza autorisés Kansetsu Waza interdits Sutemi autorisés Compétitions en poules Pas de pénalités sauf si récidive intentionnelle

Division 2 (D2C) :

- ☐ Ebauche de notion d'opposition
- ☐ Connaissance du statut de « TORI » uniquement
- ☐ Réalisation des techniques primaires en déplacement
- ☐ Attaques directes en déséquilibre de la part de « Tori »
- ☐ Connaissance des règles simples d'arbitrage
- ☐ Shiai : Minimes (règlement FSA) Cadets, juniors, seniors Shime Waza interdits Kansetsu Waza interdits Sutemi interdits Attaques directes aux jambes interdites Compétitions en poules Pas de pénalités

Division 3 (D3C):

- ☐ Pas de notion d'opposition
- ☐ Pas de notion du but du Judo de combat
- ☐ Acquis ou début de l'acquisition de connaissances techniques debout ou au sol
- ☐ Acquis ou début d'acquisition de règles sociales
- ☐ Difficultés de déplacement à deux
- ☐ La notion d'enjeu doit être intégrée
- ☐ Epreuve : Randori au sol ou Randori éducatifs debout

Formules de Compétition : Poule ou tableau

Division 3 Technique Judo Adapté

a. Classification :

- Pas de notion d'opposition
- Début de la notion de performance
- Pas de notion de but du judo de combat
- Acquisition ou début d'acquisition de connaissances techniques debout et au sol
- Acquisition ou début d'acquisition de règles sociales
- Réalisation de gestes techniques primaires en statique
- Difficulté de déplacement à deux
- La notion d'enjeu doit être intégrée

b. Epreuve

Epreuves techniques avec un partenaire désigné ou avec le partenaire de son choix

☐ Atelier 1 :

Saluts : debout, à genoux

Chutes : Arrière, latérales (droite - gauche), avant (droite – gauche)

☐ Atelier 2 :

Techniques debout :

ashi-waza : 1 technique libre ; koshi-waza : 1 technique libre

☐ Atelier 3 :

Technique au sol : 1 entrée sur uke en position quadrupédique, puis 1 osaékomï qui peut être en lien avec l'entrée précédente

☐ Atelier 4 :

Travail en déplacement (Randori) : 1 minute (avec un partenaire désigné). En cas de danger arrêt immédiat.

c. Notation :

Epreuves techniques :

A : très bien réalisé (10 points);

B : bien réalisé (7 points);

C : à revoir (5 points);

D : non réalisé (0 point)

S'ils ne sont pas compris, les termes japonais peuvent être annoncés en français sans porter préjudice à la notation. Randori noté de 0 à 10 (observation des déplacements, des techniques réalisées, du contrôle, du niveau d'opposition)

A l'issue de l'exécution de chaque atelier, chaque juge attribuera à chaque exercice, une note (en référence au barème appliqué), les deux notes extrêmes (plus faible et plus forte) seront supprimées, la moyenne des notes restantes constituera la note finale.

d. Cette épreuve peut être mixte.

Challenge technique Handisport

Epreuve 1 : « Imposés et Connaissances »

Selon la nomenclature du programme technique fédéral judo jujitsu de l'expression technique du 1^{er} dan.

Debout : 1 technique dans les 4 familles (koshi waza, te waza, ashi waza, sutemi waza) ou 4 techniques dans une famille (selon le handicap et selon le grade).

Sol : 2 techniques (au total) dans les familles (osaekomi waza, shime waza, kansetsu waza) et 2 situations de travail (cf. nomenclature).

Généralités : règle d'arbitrage, historique...

Notation sur 80 pts

Tachi waza 40 pts

La base des techniques est la nomenclature du programme technique nage-waza judo jujitsu expression technique (programme technique officiel FFJ, cf. textes officiels).

Le candidat est libre du choix des techniques qu'il est capable de réaliser en fonction de son handicap et de son grade.

Ne-waza 40 pts

La base des techniques est la nomenclature du programme technique ne-waza judo jujitsu expression technique.

Le candidat est libre du choix des techniques qu'il est capable de réaliser en fonction de son handicap et de son grade.

Notation de la technique : très bien 10 – bien 7 – passable 5 – faible 3 – non réalisé 0

Notation sur 20 pts

Connaissance du judo et généralités (en fonction du grade et handicap)

Ukemi Avant, arrière, latérale judo ou jujitsu

Cérémonial Salut traditionnel ou de kata

Arbitrage Gestes ou valeurs des avantages Historique du judo jujitsu Fondateur du judo, président de la FFJDA, code moral

Epreuve 2 :« Libre »

Notation sur 50 pts

Durée 3 minutes

Dans le but aussi de vous préparer au passage de grade technique, nous vous conseillons d'organiser votre prestation autour d'une technique et de sa déclinaison.

Possibilité d'une présentation d'un kata (sans limite de temps sur demande) dans le cadre de la préparation au passage de grade.

Epreuve 3 : « Efficacité »

Randori avec partenaire (qu'il ne connaît pas)

Durée : 3 minutes

Notation sur 50 points

Randori avec un partenaire dans la même catégorie handicap ou avec un autre partenaire valide que le sien.

Expression technique en NE WAZA ET/OU NAGE WAZA en fonction des spécificités des candidats.

Expression technique en NE WAZA

Démonstration de 3 minutes par couple d'un travail « en boucle ». Chaque judoka s'exprime en intégrant à sa prestation un travail en position supérieure et un travail en position inférieure : suppression d'appuis, retournements, contrôles, dégagements de jambes...

Randori au sol avec position de départ : rouge sur le dos, le blanc entre les jambes et au bout de 1mn30, si le Ippon n'est pas marqué, inversion des rôles (si temps du Ippon inférieur à 1 mn30, changement de suite de position).

Expression technique NAGE WAZA

Démonstration sur 3 minutes par couple. Le couple se déplace de façon continue et en enchaînant les situations d'études en déplacement (avant, arrière, latéral, circulaire) afin de projeter dans toutes les directions. Le couple intègre à sa présentation au moins deux séquences tactiques : redoublement d'attaque après esquive, enchaînement, liaison debout-sol, etc... Les couples devront mettre en avant la notion de **YAKU SOKU GEIKO**