



柔道

Une pratique,
Un art de vie,
Un code moral...

Politesse
Le respect d'autrui

Courage
Faire ce qui est juste

Amitié
Le plus pur des sentiments humains

Contrôle de soi
Savoir se taire lorsque monte la colère

Sincérité
S'exprimer sans déguiser sa pensée

Modestie
Parler de soi-même sans orgueil

LIVRET DU « REQUIS »



TABLE DES MATIERES

Présentation du Requis

- Qui est concerné ?
- Comment s'inscrire ?
- Passeport
- Déroulement de la journée

Connaissances

- Appel des combattants
- Temps de combat / Golden Score
- Temps d'immobilisations
- Les gestes d'arbitrage
- Poules
- Tableaux
- Notations poules et tableaux

Présentation du Requis 1^{er} Dan

- Définition

Le Requis est une partie obligatoire pour l'obtention du 1^{er} Dan avec le Kata et l'obtention de 100 points.

Lors du passage de cet examen, il est nécessaire d'avoir des notions sur l'arbitrage et commissaire sportif ; c'est pour cette raison que nous avons décidé d'approfondir la préparation de cet examen grâce à ce livret.

Cet examen est destiné aux filles comme aux garçons étant minimum benjamin(e)s, ceinture jaune et détenant l'examen de commissaire sportif de club, **c'est-à-dire daté et signé dans le passeport (Page 29 passeport adulte, Page 61 passeport jeune)**. Sans ces éléments, le candidat ne pourra être accepté.

- Déroulement de l'inscription

Cet examen se passe lors d'une animation ou une manifestation départementale. La personne décidant de **passer son requis doit avant toute chose s'inscrire**. Sans cette inscription obligatoire, aucun candidat ne sera accepté le jour de la manifestation.

Cette inscription devra se faire par l'intermédiaire du professeur ou du président du club qui devra quant à lui contacter le responsable départemental des commissaires sportifs via les coordonnées suivantes une semaine au minimum avant la manifestation :

Mr MICHALAK Serge: commissairesportif57@gmail.com

Lors de l'envoi de votre mail, il sera nécessaire de stipuler à M. MICHALAK le nom de la personne, le prénom, le club, sa catégorie d'âge ainsi que son grade. M. MICHALAK vous indiquera lors de sa réponse par mail la date, le lieu et l'heure à laquelle le candidat devra être présent. Le requis se déroule sur une durée de 3h maximum qui pourra être soit le matin soit l'après-midi. Lors de la convocation de Mr MICHALAK, un mail de confirmation est demandé et si contretemps, il serait souhaitable de le prévenir le plus tôt possible.

- Passeport

Le candidat devra avoir son passeport à jour. En effet, le responsable de journée vérifiera si la **licence est bien à jour et le certificat médical soit en cours de validité** ; le **candidat détient bien le titre de commissaire sportif de club** (daté et signé par le professeur ou commissaire sportif officiel).

- Déroulement de la demi-journée

Le jour de la manifestation, le candidat devra se présenter à l'heure que le responsable départemental aura signifiée. Le candidat devra se munir d'un stylo, un crayon de papier et une gomme.

A son arrivée, le candidat devra se présenter à la table centrale accompagné de son passeport qu'il laissera au responsable de journée afin qu'il note la présence du candidat et qu'en fin de d'examen, il valide son requis.

A partir du moment où le candidat est présent à la manifestation, il fait parti du corps arbitral. Ce qui signifie qu'il devra avoir un comportement correct vis-à-vis des spectateurs et combattants (pas de portable, respect du code moral) et devra participer au briefing (présence du matin) ou débriefing (présence de l'après-midi).

Connaissances

- L'appel du combattant

⇒ Lors du premier combat, le commissaire sportif (c/s) appelle les premiers combattants qui montent sur le tapis:

« Tapis 1, Catégoriese présentent MARTIN, VINCENT ».

⇒ Lorsque les deux combattants sont montés sur le tapis, le c/s peut annoncer les combattants suivants :

« Se préparent ARTHUR, CLAUDE »

Dans les deux cas, le 1er appelé aura la **ceinture rouge**.

⇒ Il faut annoncer les combats importants (demi-finale, finale, place de 3^{ème})

« Tapis 1, Catégoriese présentent MARTIN, CLAUDE, pour la 1ère demi-finale ».

A la fin de chaque combat, il est important de vérifier l'identité du vainqueur.

Il est demandé que le vainqueur vienne donner son nom à la table, afin d'éviter toute erreur possible.

- Les temps

⇒ Temps de combat et golden score:

-

	Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors (M&F) / Seniors (F)	Seniors (M)
Temps de combat	2 min	3 min	4 min	4 min	5min
Golden Score	Aucun (décision obligatoire)	1 min (puis décision en cas d'égalité)	Illimité	Illimité	Illimité

⇒ Temps de repos : Lorsqu'un combat est terminé chaque combattant doit pouvoir se reposer durant un temps précis soit :

⇒

Catégorie	Temps de repos
Benjamins	4 minutes
Minimes	6 minutes
Cadets	10 minutes
Juniors (M&F) / Seniors (F)	10 minutes
Seniors (M)	10 minutes

Même si les deux combattants souhaitent commencer le combat avant la fin de leur temps de repos, c'est au commissaire sportif de faire respecter ce temps de repos.

⇒ Temps d'immobilisation :

Durée de l'immobilisation	Point accordé
0-10 secondes	0
10-14 secondes	Yuko
15-19 secondes	Waza-ari
20 secondes	Ippon

Si le combattant tenant en immobilisation a déjà 1 Waza-ari alors à 15 secondes il aura waza-ari awazate Ippon et le c/s notera **020/000**

- **Les gestes d'arbitrages**

Certaines annonces sont par ailleurs accompagnées de gestes qu'il est important de connaître dans le cas où le c/s n'entend pas ou mal l'arbitre. Ceci ne concerne pas directement le candidat au requis mais il s'avère important de connaître les gestes pour sa culture personnelle et de combattant. Il pourra donc aider le c/s qui est à l'ordinateur : c'est un travail d'équipe.

-Les gestes de l'arbitre



IPPON



WAZA-ARI



WAZA-ARI-AWASETE-IPPON



YUKO



HAJIME/SOREMADE



MATTE



ANNULATION



NON VALABLE



JUDOGI



PENALITE



NON COMBATIVITE



DEFENSE EXAGEREE



FAUSSE ATTAQUE



OSAE-KOMI



TOKETA



SONOMAMA/YOSHI



APPEL DU MEDECIN

• Notations Poule

Poule à lecture Diagonale

Nom Prenom Club		1	2	3	V	Pts	Cl
DUPONT Laurent	1 <i>Club 1</i>		100 010	X	1	10	1er
DURAND Pascal	2 <i>Club 2</i>	X		001 000.2	1	5	2ème
DUPUIS Charles	3 <i>Club 3</i>	001 001	X		1	0	3ème

ORDRE DES COMBATS

1x2

2x3

1x3

Reporter dans la case du vainqueur ce qui est indiqué au tableau d'affichage. Faire une croix dans la case du perdant. Le résultat du gagnant au dessus, celui du perdant en dessous.

Faire le total des valeurs et non le total du tableau d'affichage)

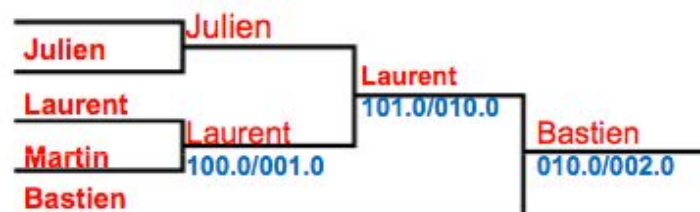
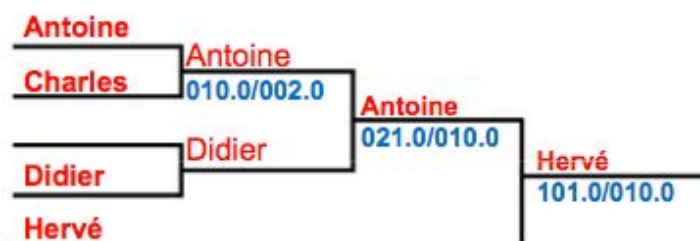
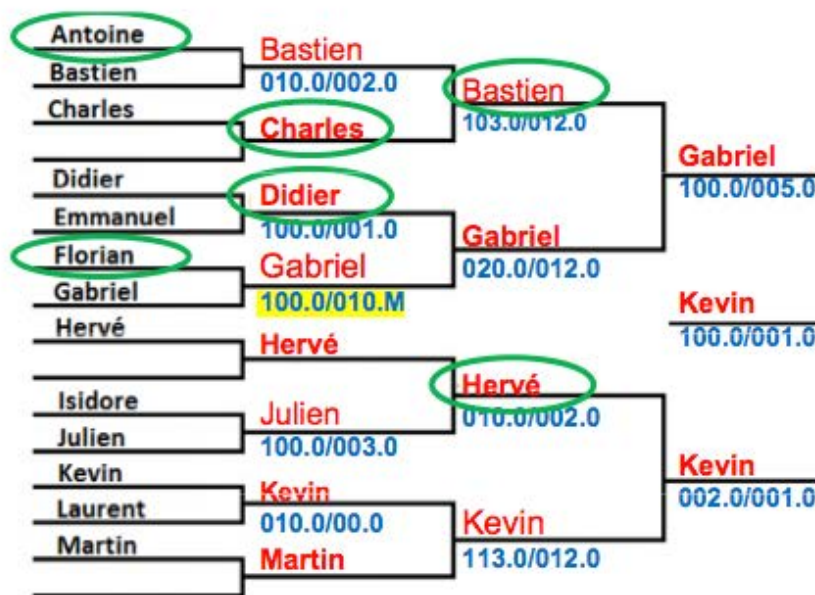
Toujours inscrire le classement final sur la feuille de poule...

⇒ Attribution des points :

Victoires par :	Notation sur la feuille de poule	Attribution des points en poule (points)
Yuko	001/000	5
Waza-ari	010/000	7
Waza-ari awazate ippon	020/000	10
Ippon	100/000	10
Shido(s)	000/000.1 ou.2 ou .3	1
Par disqualification	100/000.4 ou H, X, F, A, M *	10
En golden score	Noter le résultat du combat avant le démarrage du G.S	0

*(**H ou X**: Hansoku-Make ; **F** : Fusen-Gaeshi = Victoire par forfait ; **A ou M** : Kiken-Gaeshi= Victoire par Abandon)

- Notations Tableaux



Il existe 2 sortes de repêchages utilisés lors des compétitions :

- **Le double repêchage**, utilisé pour les compétitions de haut niveau ;
- **Le repêchage systématique**, utilisé pour les compétitions jeunes car il permet à tous les combattants de faire au minimum 2 combats.

Les principales règles de remplissage des tableaux sont données ci-après :

- Le score du combat est écrit en dessous du trait (sous le nom du vainqueur) en inscrivant toujours **le score du vainqueur/le score du perdant** ;
- Les demi-finalistes repêchent les adversaires qu'ils ont battus ;
- Les demi-finalistes perdants sont croisés dans le repêchage (pour la place de 3ème) ;
- Les repêchages sont faits par quart de tableau ;
- Le repêchage systématique permet, lui de repêcher tous les candidats mais le risque existe que 2 combattants se rencontrent 2 fois au cours de la même compétition ;
- Les combats du tableau principal portant alors tous un numéro, il suffit d'inscrire le perdant du combat en question dans le repêchage au niveau du trait portant le même numéro que celui du combat.
- Noter l'heure de fin de combat à côté de chaque combat terminé (temps de repos)
- Toujours inscrire le classement sur la feuille Nom, Prénom, Club **LISIBLEMENT**

ATTENTION : le repêchage est la partie la plus complexe du déroulement de la compétition, c'est pourquoi une règle d'or existe :

Toujours faire vérifier ses repêchages.

N'hésitez pas à demander de l'aide au responsable de la table ou de journée pour les repêchages.

A la fin de la demi-journée, le responsable des commissaires sportifs valide le requis et le candidat peut récupérer son passeport.

Contactez nous

Contactez-nous **quand** vous le souhaitez, **comme** vous le souhaitez...
par téléphone, par e-mail ou par courrier.

COMITE DE MOSELLE	12 route de Woippy 57050 METZ	
	Tél: 06 33 23 11 29 Fax : 09 81 38 33 36 Courriel: Comitemosellejudo@wanadoo.fr http://http://cd57judo.free.fr/	
JUDO - JUJITSU et D.A.		