

Coupe nationale para judo tableau de synthèse

A : Catégorie Orange-verte

Référentiels techniques : la nouvelle progression française

Handicaps Sensoriels	Epreuves Cotation /80	Contenus attendus	Référentiel
<p><i>Déficients visuels</i> (DV) Adaptations possibles aides à la locomotion</p> <p><i>Déficients auditifs</i> (DA) Adaptations possibles aides à la communication</p>	<p>Epreuve 1 sur 30 pts techniques imposées</p> <p>Temps 5mn maximum</p>	<p>Tirer au sort :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 situations d'études en tachi waza • 2 situations d'études en ne waza • 2 situations DEFENSE COLONNES A et B réponses libres <p>(Laisser le choix des techniques adaptées à ces situations par le candidat)</p>	<p style="text-align: center;">Situations</p> <p>TACHI WAZA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1/UKE avance en me poussant 2/UKE recule en me tirant 3/UKE se déplace sur le coté 4/ UKE se déplace autour de moi 5/ TORI tire et recule UKE le suit 6/ TORI déplace UKE en cercle 7/ TORI tire et recule UKE résiste <p>NEWAZA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1/ UKE en pos quadrupédique 2/ UKE à plat ventre 3/ UKE entre les jambes de TORI 4/ TORI entre les jambes de UKE 5/ UKE allongé sur le coté 6/ Je connais une sortie sur deux immobilisations
	<p>Epreuve 2 sur 20 pts Geiko Temps : 2 mn</p>	<p>YAKU SOKU GEIKO avec son partenaire</p>	
	<p>Epreuve 3 sur 30 pts Partie libre 3 à 5 mn</p>	<p>Soit présentation technique libre (judo, ju-jitsu ou self défense) Soit Kata : une série avec cérémonial si le Kata est choisi en tant que Tori</p>	

Handicaps physiques	Epreuves Cotation /80	Contenus attendus	Commentaires Décisions finalisations
<p>Marchants</p> <p>Adaptations en fonction des limitations fonctionnelles du candidat</p>	<p>Epreuve 1 sur 30 pts</p> <p>techniques imposées</p> <p>Temps 5mn maximum</p>	<p>Tirer au sort :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 situations d'études en tachi waza • 2 situations d'études en ne waza • 2 situations DEFENSE COLONNES A et B réponses libres <p>(Laisser le choix des techniques adaptées à ces situations par le candidat)</p>	<p>Situations</p> <p>TACHI WAZA</p> <p>1/UKE avance en me poussant</p> <p>2/UKE recule en me tirant</p> <p>3/UKE se déplace sur le coté</p> <p>4/ UKE se déplace autour de moi</p> <p>5/ TORI tire et recule UKE le suit</p> <p>6/ TORI déplace UKE en cercle</p> <p>7/ TORI tire et recule UKE résiste</p> <p>NEWAZA</p> <p>1/ UKE en pos quadrupédique</p> <p>2/ UKE à plat ventre</p> <p>3/ UKE entre les jambes de TORI</p> <p>4/ TORI entre les jambes de UKE</p> <p>5/ UKE allongé sur le coté</p> <p>6/ Je connais une sortie sur deux immobilisations</p>
	<p>Epreuve 2 sur 20 pts</p> <p>Geiko</p> <p>Temps : 2 mn</p>	<p>YAKU SOKU GEIKO avec son partenaire</p>	
	<p>Epreuve 3 sur 30 pts</p> <p>Partie libre</p> <p>3 à 5 mn</p>	<p>Soit présentation technique libre (judo, ju-jitsu ou self défense)</p> <p>Soit Kata : une série avec cérémonial si le Kata est choisi en tant que Tori</p>	

Handicaps physiques	Epreuves Cotation /80	Contenus attendus	Commentaires
---------------------	-----------------------	-------------------	--------------

<p>Non Marchants</p> <p>Travail nage waza impossible</p> <p>Possibilité de prestations au sol et/ou utilisation d'un fauteuil manuel</p>	<p>Epreuve 1</p> <p>sur 30 pts techniques imposées</p> <p>Temps 5mn maximum</p>	<p>Tirer au sort :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 situations d'études en ne waza • 2 situations DEFENSE (à définir) <p>(Laisser le choix des techniques adaptées à ces situations par le candidat)</p>	<p>Si utilisation d'un fauteuil :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fauteuil que pour tori • Chute du fauteuil interdite
	<p>Epreuve 2</p> <p>sur 20 pts</p> <p>Geiko</p> <p>Temps : 2 mn</p>	<p>YAKU SOKU GEIKO avec son partenaire</p>	
	<p>Epreuve 3 sur 30 pts</p> <p>Partie libre</p> <p>3 à 5 mn</p>	<p>Soit présentation technique libre (judo, ju-jitsu ou self défense)</p> <p>Soit Kata : une série avec cérémonial si le Kata est choisi en tant que Tori</p>	

B : Catégorie Bleu, Marron, Noire

Référentiels techniques : la nouvelle progression française et l'annexe des grades

Handicaps Sensoriels	Epreuves Cotation /100	Contenus attendus	Référentiel
<p><i>Déficients visuels</i> (DV) Adaptations possibles aides à la locomotion</p> <p><i>Déficients auditifs</i> (DA) Adaptations possibles aides à la communication</p>	<p>Epreuve 1 sur 40 pts techniques imposées</p> <p>Temps 5mn maximum</p>	<p>Tirer au sort :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 situations d'études en tachi waza • 3 situations d'études en ne waza • 2 situations DEFENSE COLONNES A et B réponses libres <p>(Laisser le choix des techniques adaptées à ces situations par le candidat)</p>	<p>Situations</p> <p>TACHI WAZA</p> <p>1/UKE avance en me poussant 2/UKE recule en me tirant 3/UKE se déplace sur le coté 4/ UKE se déplace autour de moi 5/ TORI tire et recule UKE le suit 6/ TORI déplace UKE en cercle 7/ TORI tire et recule UKE résiste</p> <p>NEWAZA</p> <p>1/ UKE en pos quadrupédique 2/ UKE à plat ventre 3/ UKE entre les jambes de TORI 4/ TORI entre les jambes de UKE 5/ UKE allongé sur le coté 6/ Je connais une sortie sur deux immobilisations</p>
	<p>Epreuve 2 sur 20 pts Geiko Temps : 2 mn</p>	<p>YAKU SOKU GEIKO avec son partenaire</p>	
	<p>Epreuve 3 sur 40 pts Partie libre 3 à 5 mn</p>	<p>Soit présentation technique libre (judo, ju-jitsu ou self défense) Soit Kata : une série avec cérémonial si le Kata est choisi en tant que Tori</p>	

Handicaps physiques	Epreuves Cotation /100	Contenus attendus	Commentaires Décisions finalisations
	Epreuve 1	Tirer au sort :	Situations

<p>Marchants</p> <p>Adaptations en fonction des limitations fonctionnelles du candidat</p>	<p>sur 40 pts</p> <p>techniques imposées</p> <p>Temps 5mn maximum</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 3 situations d'études en tachi waza • 3 situations d'études en ne waza • 2 situations DEFENSE COLONNES A et B réponses libres <p>(Laisser le choix des techniques adaptées à ces situations par le candidat)</p>	<p>TACHI WAZA</p> <p>1/UKE avance en me poussant</p> <p>2/UKE recule en me tirant</p> <p>3/UKE se déplace sur le coté</p> <p>4/ UKE se déplace autour de moi</p> <p>5/ TORI tire et recule UKE le suit</p> <p>6/ TORI déplace UKE en cercle</p> <p>7/ TORI tire et recule UKE résiste</p> <p>NEWAZA</p> <p>1/ UKE en pos quadrupédique</p> <p>2/ UKE à plat ventre</p> <p>3/ UKE entre les jambes de TORI</p> <p>4/ TORI entre les jambes de UKE</p> <p>5/ UKE allongé sur le coté</p> <p>6/ Je connais une sortie sur deux immobilisations</p>
	<p>Epreuve 2 sur 20 pts</p> <p>Geiko</p> <p>Temps : 2 mn</p>	<p>YAKU SOKU GEIKO avec son partenaire</p>	
	<p>Epreuve 3 sur 40 pts</p> <p>Partie libre</p> <p>3 à 5 mn</p>	<p>Soit présentation technique libre (judo, ju-jitsu ou self défense)</p> <p>Soit Kata : une série avec cérémonial si le Kata est choisi en tant que Tori</p>	

Handicaps physiques	Epreuves Cotation /100	Contenus attendus	Commentaires
<p>Non Marchants</p> <p>Travail nage waza impossible</p>	<p>Epreuve 1 sur 40 pts</p> <p>techniques imposées</p>	<p>Tirer au sort :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 6 situations d'études en ne waza • 2 situations DEFENSE (à définir) 	<p>Si utilisation d'un fauteuil :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fauteuil que pour tori • Chute du fauteuil interdite

Possibilité de prestations au sol et/ou utilisation d'un fauteuil manuel	Temps 5mn maximum	(Laisser le choix des techniques adaptées à ces situations par le candidat)	
	Epreuve 2 sur 20 pts Geiko Temps : 2 mn	YAKU SOKU GEIKO avec son partenaire	
	Epreuve 3 sur 40 pts Partie libre 3 à 5 mn	Soit présentation technique libre (judo, ju-jitsu ou self défense) Soit Kata : une série avec cérémonial si le Kata est choisi en tant que Tori	