

KUMI KATA		1 ère Fois	2 ème Fois	3 ème Fois	4 ème Fois
		Shido 1	Shido 2	Shido 3	Hansoku Make
1	Dominer physiquement son adversaire au Kumi Kata sans aucune action d'attaque réelle	X	X	X	X
2	La garde installée en position unilatérale et la garde croisée sont autorisées s'il y a une attaque immédiate	X	X	X	X
3	De défaire intentionnellement son propre <i>Judogi</i> ou de dénouer ou renouer sa ceinture ou pantalon sans l'autorisation de l'Arbitre	X	X	X	X
4	Faire lâcher de façon répétée sur une forme autorisée	X	X	X	X
5	Rompre la saisie avec 2 mains sur la main, le poignet, l'avant bras ou la manche de l'adversaire	X	X	X	X
6	Rompre la saisie de la manche à l'aide de son propre genou (faire lâcher la saisie en bloquant sa propre main dans le creux de son genou)	X	X	X	X
7	Rompre la saisie en donnant un coup (faire lâcher la saisie en tapant avec la main sur l'avant bras de l'adversaire)	X	X	X	X
8	Saisir la ceinture sans attaque immédiate	X	X	X	X
9	En position debout, tenir continuellement les doigts entrelacés de l'une des deux mains de l'adversaire afin d'empêcher toute action dans le combat (généralement de 3 à 5 secondes)	X	X	X	X
10	Eviter et gêner les saisies de l'adversaire (ex : protection de son propre revers, repousser systématiquement les saisies, ne pas engager de Kumi Kata, fuir pour ne pas être saisi par l'adversaire etc ...)	X	X	X	X
11	En position debout, tenir continuellement le bout de la manche de l'adversaire dans un but défensif (généralement de 3 à 5 secondes) ou saisir la manche en la tordant	X	X	X	X
12	En position debout, avant ou après que le Kumi kata ait été établi, ne faire aucun mouvement d'attaque. (Non combativité)	X	X	X	X
13	Tenir le bout (s) de la manche de l'adversaire entre le pouce et les doigts en saisie dénommée (prise pistolet)	X	X	X	X
14	En Ne Waza Introduire le pied ou la jambe dans la ceinture, le col ou le revers de l'adversaire	X	X	X	X

KUMI KATA (suite)		1 ère Fois	2 ème Fois	3 ème Fois	4 ème Fois
		Shido 1	Shido 2	Shido 3	Hansoku Make
15	Enrouler l'extrémité de la ceinture ou de la veste autour de n'importe quelle partie du corps de l'adversaire	X	X	X	X
16	Introduire un ou plusieurs doigts dans la manche ou le bas du pantalon de l'adversaire ou de saisir en tordant sa manche	X	X	X	X
17	Prendre le judogi (TORI-UKE) dans sa bouche pour exécuter un retournement ou renversement	X	X	X	X
Techniques debout et Sol non autorisées		1 ère Fois	2 ème Fois	3 ème Fois	4 ème Fois
		Shido 1	Shido 2	Shido 3	Hansoku Make
18	En position TACHI-WAZA ou NE-WAZA, sortir intentionnellement de la surface de combat ou forcer l'adversaire à sortir de la surface de combat	X	X	X	X
19	Faire une fausse attaque (Makikomi, Sutemi etc...)	X	X	X	X
20	Ceinturer l'adversaire pour le projeter en saisie directe de face (prise de l'ours), sauf si Tori saisie avec une main le judogi de Uké	X	X	X	X
21	Adopter, en position debout, une posture défensive exagérée (généralement de 3 à 5 secondes)	X	X	X	X
22	Faire un ciseau de jambes (pieds croisés, jambes allongés) autour du tronc (DOJIME)	X	X	X	X
23	Tordre le ou les doigts de l'adversaire afin de l'obliger à lâcher sa saisie	X	X	X	X
24	Le passage volontaire de la tête sous le bras de Tori sans recherche de dynamique d'attaque	X	X	X	X
25	Faire la "cigogne Iranienne"	X	X	X	X
26	Faire une technique de SHIME-WAZA en utilisant le bas de sa veste, la ceinture ou seulement les doigts	X	X	X	X
27	Mettre une main, le bras, le pied ou la jambe sur le visage de l'adversaire	X	X	X	X

Actions et Saisies non conformes		1 ère Fois	2 ème Fois	3 ème Fois	4 ème Fois
		avertissement verbal	Shido 2	Shido 3	Hansoku Make
28	<b>Pour les SHIAIS :</b> Les saisies en dessous de la ceinture sont interdites en attaque directe, en enchaînement et en contre-prise <b>(repêchage possible)</b>	X			X
29	Les saisies en dessous de la ceinture sont interdites en attaque directe, en enchaînement et en contre-prise <b>(repêchage possible)</b>				X
30	Porter un objet métallique (qu'il soit couvert ou non) <b>(repêchage possible)</b>				X
Actions et Saisies non conformes		1 ère Fois	2 ème Fois	3 ème Fois	4 ème Fois
		Shido 1	Shido 2	Shido 3	Hansoku Make
31	Toutes les actions sur la tête « diving » <b>(repêchage possible)</b>				X
Actions non conformes et dangereuses		1 ère Fois	2 ème Fois	3 ème Fois	4 ème Fois
		Shido 1	Shido 2	Shido 3	Hansoku Make
32	Tous les mouvements dangereux, contraire à l'esprit du Judo (Kawazu Gaké – Kani Basami - fauchage de la jambe d'appui par l'intérieur, Kansetsu Waza ailleurs qu'à l'articulation du coude, se laisser tomber directement au sol en appliquant ou essayant des techniques telles qu'Ude Hishigi Waki Gatame, tomber intentionnellement en arrière quand l'autre combattant s'accroche à son dos et quand l'un ou l'autre combattant contrôle le mouvement de l'autre etc...) <b>(pas de repêchage possible)</b>				X
33	Attitude contraire à l'esprit du Judo <b>(pas de repêchage possible)</b>				X
Intervention du médecin		1 ère Fois	2 ème Fois	3 ème Fois	
		Autorisé	Autorisé	fin du combat Kiken Gaeshi	
34	Saignement du même membre (doigt, narine etc..)	X	X	X	
35	Dans le cas d'un ongle cassé, le médecin est autorisé à aider pour couper cet ongle	X	X	X	
36	Tori peut remettre seul son propre doigt démis (exemple index 2 fois et la 3 ème fois appeler le médecin)	X	X	X	

Intervention du médecin (suite)		1 ère Fois	2 ème Fois	3 ème Fois
		Autorisé	Autorisé	fin du combat Kiken Gaeshi
37	Le médecin peut aussi aider dans la récupération lors d'une blessure aux bourses (testicules)	X	X	X
38	L'Arbitre peut appeler le médecin pour examiner un combattant dans les cas où d'une blessure à la tête ou au rachis cervical (colonne vertébrale) survient suite à une chute brutale ou chaque fois que l'Arbitre a des doutes raisonnables quant à une possible blessure importante ou grave.	A l'appréciation du médecin pour la poursuite du combat ou de la compétition		
39	Vomissement sur le tapis			X
40	Perte de connaissance suite à un choc ou sur étranglement <b>(pas de repêchage possible)</b>			X
Accompagnant		1 ère Fois	2 ème Fois	
		avertissement verbal	Exclusion de l'accompagnant sur toute la compétition	
41	L'accompagnant pourra prodiguer des conseils techniques uniquement durant les « Matté ».	X	X	

### L'application de la sanction:

- ✓ Elle doit être rapide en cas de Judo Négatif.
- ✓ La pénalité doit être donnée au bon moment et illustrée avec le geste adéquat.
- ✓ Une sanction est faite pour pénaliser un combattant commettant une faute et ne devrait pas être donnée par le fait que son adversaire cherche à le « faire pénaliser ».

### HANSOKU MAKE:

**Attention: un passage furtif (« reflexe ») ne doit pas obligatoirement être sanctionné par Hansoku Make (mais 1 seule fois dans le combat si récidive appliquer le règlement).**

### Osaekomi:

#### Temps des immobilisations :

- ✓ 10 à 14 secondes : Yuko
- ✓ 15 à 19 secondes : Waza ari
- ✓ 20 secondes : Ippon



### Osaekomi en bordure, avec sortie de tapis:

- ✓ En cas d'Osaekomi annoncé en bordure, et qu'ensuite les 2 combattants sortent de la surface de combat, laisser continuer l'osaekomi jusqu'à Ippon ou Toketa (et Matté après le Toketa).
- ✓ Si Uké enroule une jambe de Tori par un croisement de ses jambes par-dessus annoncer Toketa (et Matté) ou à l'envers après (2 à 3 secondes), annoncer Toketa (et Matté).
- ✓ Lors d'une attaque comme O Soto Gari (l'attaque commençant à l'intérieur et que les deux combattants sortent de la surface de combat et qu'il y a un score de marqué ou un Kinza) Tori peut tenir en immobilisation et l'arbitre annoncera Osaekomi. De même pour un O Uchi Gari qui part de l'intérieur et qu'il y a un score de marqué ou un Kinza, si Tori tombe entre les jambes de Uke et qu'il se dégage techniquement (progression) de cette entrave l'arbitre annoncera Osaekomi le cas échéant ou Matté s'il n'y a plus de progression.
- ✓ De même pour un retournement commençant à l'intérieur et que les deux combattants sortent et qu'il y a une immobilisation, l'arbitre annoncera Osaekomi jusqu'à Ippon ou Toketa (et Matté après le Toketa).

### Résultat du combat :

#### Résultats prévus par le règlement :

- ✓ Le vainqueur sera celui qui aura marqué la valeur la plus élevée.
- ✓ Le combattant qui aura le moins de Shido au tableau.
- ✓ Avantage décisif : Temps illimité et arrêt du combat s'il y a un Shido ou une valeur de marqué.

### Golden score:

- ✓ Temps illimité et arrêt du combat s'il y a un Shido ou une valeur de marqué.

### Système «Pont»:

- ✓ Le but de donner Ippon est de protéger le combattant effectuant le « pont » risque de traumatisme sur le rachis (arrivée tête et jambes sur le tapis en même temps).

### Aspect tactique nouveau :

- ✓ Bien que Le but soit la recherche de l'Ippon, un combattant marquant Yuko en début de combat passera/ peut passer facilement en système passif sachant que les pénalités n'amènent pas de valeurs. Aussi le combattant pourra attendre 3 pénalités et gagner tout de même son combat.

### Fausse attaque:

- ✓ La sanction pour fausse attaque (Shido) doit être donnée pour tout combattant faisant une technique dans le but de « tricher » (fuite, éviter la non-combativité, éviter une sortie,...)

### Attaque ratée:

- ✓ Une attaque ratée ne doit pas être sanctionnée car il y a l'intention de projeter et donc une mise en place d'une dynamique de recherche de l'ippon. Elle est souvent le fruit d'une mauvaise préparation voire d'une maladresse dans le déplacement/placement/mise en déséquilibre/projection. Il subsiste malgré tout une mise en danger observable par la nécessité pour l'adversaire de mettre en place un système de défense.

### Non-combativité:

- ✓ La non-combativité est sanctionnée (Shido) mais la notion de temps est importante. Elle doit se traduire dans les faits par une attitude passive dans l'attaque mais qui ne nuit pas à la dynamique de l'adversaire.

### Défense exagérée:

- ✓ La défense exagérée doit être sanctionnée (Shido) rapidement car le but est de nuire à la dynamique de recherche de l'ippon de l'adversaire par une attitude et/ou posture démontrant la non-recherche de construction d'attaque.



FFJUDA

## *La commotion cérébrale*

Le texte de recommandation sur la commotion cérébrale figure à l'article 13 du règlement médical de la FFJDA (Annexe 6 du règlement intérieur fédéral).

Une commotion cérébrale est un traumatisme de la tête et du cou qui altère le fonctionnement du cerveau de façon immédiate et transitoire, avec ou sans perte de connaissance.

#### Commotion cérébrale et manifestation sportive FFJDA :

Toute suspicion de commotion cérébrale interdit au judoka la reprise du combat et de la compétition, de l'animation ou du passage de grade. En conséquence, l'arbitre prend la décision d'arrêter le combat en cours et la participation à la manifestation sportive pour le judoka concerné et la signifie à l'organisateur.

#### Information pour l'encadrement et le corps arbitral :

##### **Comment reconnaître la commotion cérébrale ?**

- Perte de connaissance, même de quelques secondes (le sportif est groggy, « sonné » ; il a un étourdissement)
- Crise convulsive
- Somnolence
- Confusion
- Ralentissement des idées ou propos incohérents ou comportement anormal
- Troubles de la mémoire et désorientation. Cela peut être dépisté par quelques questions simples pour lesquelles une seule réponse fausse traduit une commotion cérébrale  
**Par exemple :** Dans quelle salle êtes-vous ? Quelle est la date ? A quelle compétition participez-vous ? A quelle phase de la compétition est-on ? Qui mène le combat ?
- Troubles de l'équilibre, de la coordination ou impression d'être ivre
- Troubles de la vision (étoiles, vision trouble, vision double )
- Violent mal de tête
- Nausées