

# Réforme des Grades 2024

---

Tout savoir sur les conditions de passage de la ceinture noire de judo - ju-jitsu à partir du 1<sup>er</sup> septembre 2024



# *Deux dominantes*

- Dominante competition
- Dominante technique (après 18 ans)



# *Unités de valeurs*

- UV 1 : Kata
- UV 2 : Techniques
- UV 3 : Efficacité
- UV 4 : Engagement personnel



UV 1



# UV 1 1er Dan : Pas de changement

- Compétition : 3 premières series Nage No Kata en Tori et tout ou partie dans le role de Uke
- Technique : Nage No Kata ou Goshin Jitsu en **entier** et tout ou partie dans le role de Uke

Après 50 ans : uniquement Tori



# UV 1 2e Dan : Pas de changement

- Compétition : 5 premières series Nage No Kata en Tori et tout ou partie dans le role de Uke
- Technique : Nage No Kata ou Goshin Jitsu en **entier** et tout ou partie dans le role de Uke (Différent de celui du 1er Dan)

Après 50 ans : uniquement Tori



# Attente du jury

- Efficacité des déséquilibres Kuzushi
- Justesse des placements Tsukuri
- Contrôle des projections Kake
- Maîtrise des chutes pour Uke
- Ciblage des attaques



UV 2

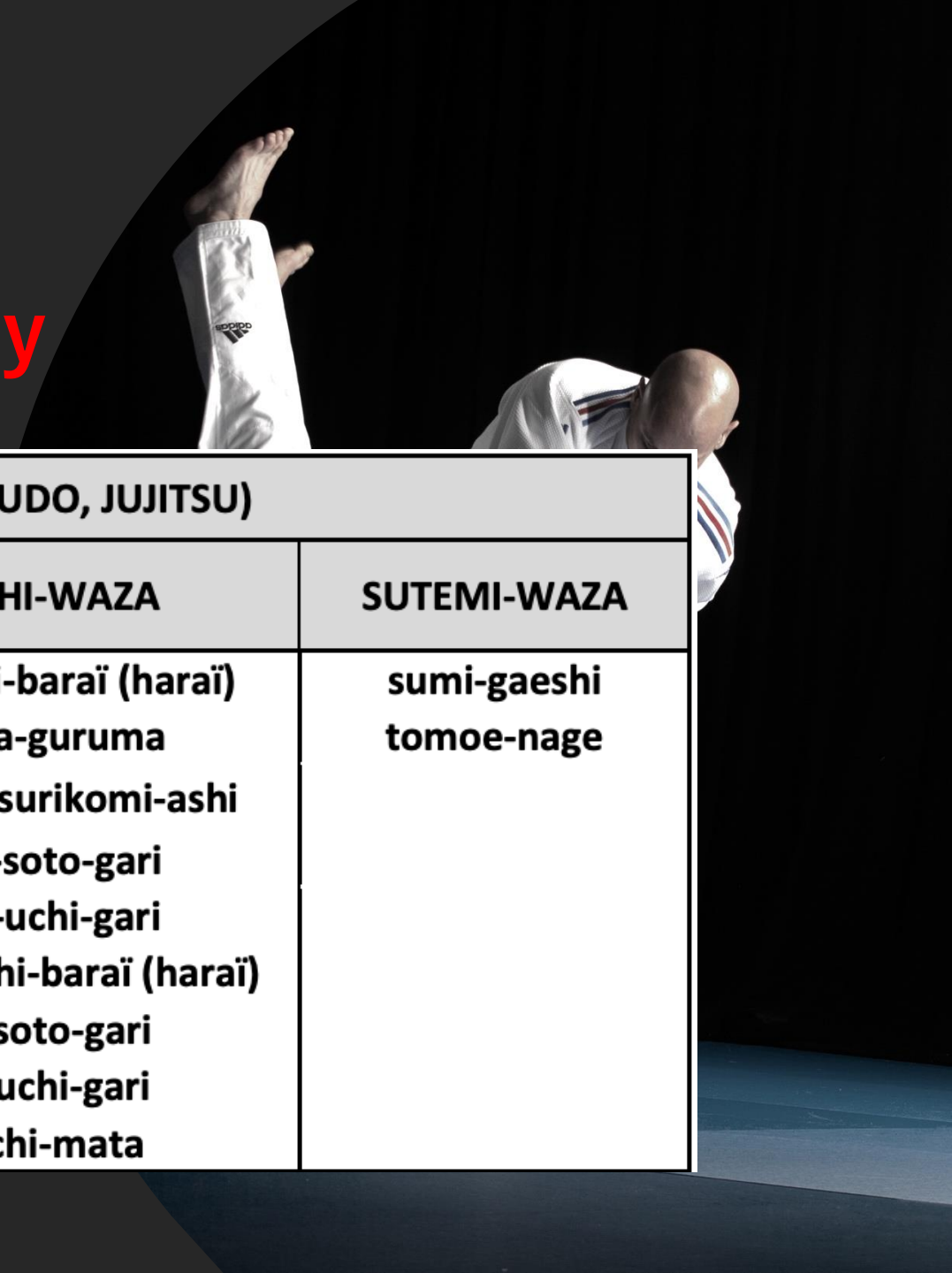




1<sup>er</sup> Dan



# UV 2 1er Dan (Nage Waza): Disparition des fiches 6 techniques au choix du jury



## TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA JUDO, JUJITSU)

Pour le grade de	KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
1 <sup>er</sup> dan	harai-goshi kubi-nage koshi-guruma o-goshi tsurikomi-goshi uchi-mata uki-goshi	ippon-seoi-nage kata-guruma uki-otoshi tai-otoshi morote-seoi-nage	de-ashi-barai (harai) hiza-guruma sasae-tsurikomi-ashi ko-soto-gari ko-uchi-gari okuri-ashi-barai (harai) o-soto-gari o-uchi-gari uchi-mata	sumi-gaeshi tomoe-nage

# UV 2 1er Dan (Ne Waza): Disparition des fiches 4 techniques au choix du jury

## TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

Pour le grade de	IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ETRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLES AUX COUDES KANSETSU-WAZA
1 dan	hon-gesa-gatame kami-shiho-gatame yoko-shiho-gatame tate-shiho-gatame ushiro-gesa-gatame	gyaku-juji-jime hadaka-jime kata-juji-jime nami-juji-jime okuri-eri-jime	ude-hishigi-juji-gatame ude-hishigi-ude-gatame ude-garami



# UV 2 1er Dan (Défense): Disparition des fiches 2 attaques au choix du candidat



## SÉRIE A SAISIE AVEC LES MAINS



## SÉRIE B SAISIE AVEC LES BRAS



Les attaques et les défenses seront différentes

# UV 2 dominante technique

## Exercices judo

- 1'30 Uchi-komi sur uke qui avance (au moins 2 techniques différentes)
- 1'30 Uchi-komi sur uke qui recule (au moins 2 techniques différentes)
- 2 x 2' kakari-geiko et/ou yaku-soku-geiko en respectant les consignes du jury



# Attente du jury

- La démonstration doit être réalisée en déplacement, sur opportunités, renversement,...
- Une erreur par famille tolérée (2 erreurs en Ne-Waza par exemple : refus)
- Points de vigilance : posture, déséquilibre, placement et contrôle.



# 2ème Dan



# Présentation technique

Démonstration dans un contexte dynamique (déplacements, enchaînements...). d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5 minutes maximum).





# UV 2 2eme Dan (Nage Waza): Disparition des fiches 6 techniques au choix du jury



2 <sup>e</sup> dan	<b>hane-goshi</b> <b>sode-tsurikomi-goshi</b> <b>tsuri-goshi</b>	<b>eri-seoi-nage</b> <b>te-guruma</b> <b>morote-gari</b> <b>kuchiki-taoshi</b>	<b>o-guruma</b> <b>ashi-guruma</b> <b>ko-soto-gake</b> <b>o-soto-otoshi</b> <b>tsubame-gaeshi</b>	<b>ura-nage</b> <b>tani-otoshi</b> <b>yoko-guruma</b> <b>yoko-gake</b> <b>Ko-uchi-makikomi</b> <b>yoko-tomoe-nage</b> <b>uki-waza</b>
--------------------	--	---	---	---

Au moins une par famille

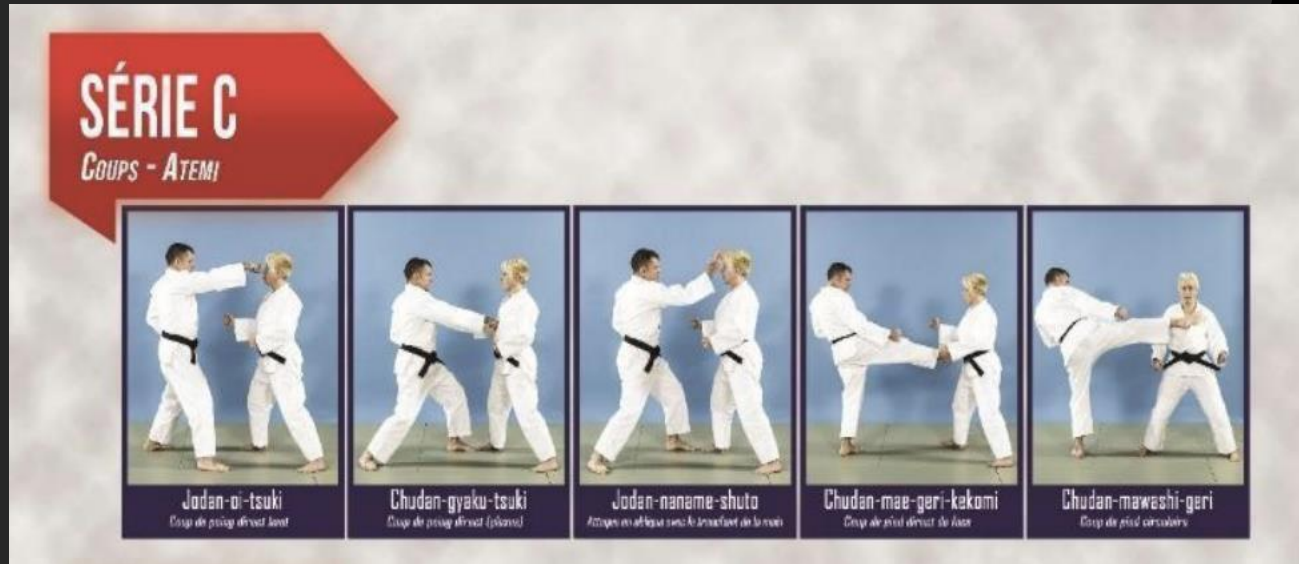
# UV 2 2eme Dan (Ne Waza): Disparition des fiches 4 techniques au choix du jury

2 dan	kuzure-kami-shiho-gatame kuzure-gesa-gatame kuzure-tate-shiho-gatame kuzure-yoko-shiho-gatame	sankaku-jime kata-ha-jime kata-te-jime sode-guruma-jime	ude-hishigi-hiza-gatame ude-hishigi-waki-gatame
-------	--	--	--

Au moins une par famille



# UV 2 2eme Dan (Défense): Disparition des fiches 2 attaques au choix du **candidat**



Les attaques et les défenses seront différentes

# UV 2 2eme Dan

## dominante technique

### Exercices judo

- 2x1'30 Uchi-komi avec déplacements variés (au moins 2 techniques différentes)
- 2x1'30 Nage-komi avec déplacements variés (au moins 2 techniques différentes)
- 1'30 Nage-komi en déplacement sur uke qui recule (au moins 2 techniques différentes)
- 2 x 2' kakari-geiko et/ou yaku-soku-geiko en respectant les consignes du jury



# Attente du jury

- Respect des consignes
- Aisance des déplacements
- Pertinence des opportunités
- Déséquilibre
- Forme de corps
- Précision
- Techniques adaptées au déplacement
- Placements
- Rythme



UV 3



# UV 3 Efficacité

- soit en shiai ou en relation grade-championnat judo-jujitsu, de 5 victoires consécutives par ippon ou waza-ari totalisant 44 points au minimum sur une épreuve
- soit de 100 points marqués en cumul sur plusieurs épreuves.
- Pour la dominante technique, 20 points uniquement (dispensés pour les plus de 40 ans)
- Ouverture de l'accès au Shiai à partir de cadets et de l'obtention de la ceinture marron



UV 4





# UV 4 Engagement 1er Dan

- Un stage de commissaire sportif d'une demi-journée (inscription extranet)
- 2 demi-journées de mise en situation : animations petits-tigres / petits kims ou sur une animation départementale (inscription extranet)

équivalence commissaire sportif départemental en activité



# UV 4 Engagement 2eme Dan

- Un stage d'arbitrage d'une demi-journée
- 2 demi-journées de mise en situation sur une animation départementale (inscription extranet)

équivalence arbitre départemental en activité



Questions ?

