

# Infos arbitrage

***Stage de rentrée 2025/2026***

1. [Présentation du règlement international avec les adaptations françaises](#)
2. [Rôle, droits et devoirs de l'accompagnant \(coach\)](#)
3. [Rôle, droits et devoirs du superviseur](#)
4. [Rôle, droits et devoirs de l'AFR](#)

5. Supports vidéo
  - a) [Ippon](#)
  - b) [Waza-ari](#)
  - c) [Yuko](#)
  - d) [Fausse attaque](#)
  - e) [Diving](#)
  - f) [Osaekomi](#)
  - g) [Ne waza – contrôle uniquement de la tête](#)







# RÈGLEMENT INTERNATIONAL

## Adaptations Pédagogiques Françaises

Application au 01 septembre 2025



Mise à jour Septembre 2025



***Les Adaptations Pédagogiques Françaises  
s'appliquent  
à toutes les manifestations, HORMIS :***

- ➡ Les championnats individuels Cadets, Juniors, Seniors **1<sup>ère</sup> division**
- ➡ Les championnats de France par équipes Cadets, Juniors, Seniors
- ➡ Le championnat de France Individuel Seniors **2<sup>ème</sup> division**
- ➡ Le championnat de France Vétérans
- ➡ Le championnat de France Toutes Catégories Seniors
- ➡ Les tournois Labellisés.





## ► Objectif

*“ L’esprit de l’activité doit l’emporter sur le règlement. ”*

**Valoriser la production du judo  
et la recherche du *ippon* !**



*Les fautes ponctuelles commises ne  
doivent pas pénaliser le judoka qui  
aura été le plus productif et efficace.*



© Photo : Stéphane BONNET

*“ Il est important de valoriser une démarche d’arbitrage pédagogique avec  
explication si l’on constate que le combattant ne comprend pas sa faute. ”*

## TEMPS DE COMBAT en compétition

	Individuel	En équipe
<b>SENIORS 1D / 2D</b>	4 minutes + GS	4 minutes + GS
<b>SENIORS 3D</b>	3 minutes	-
<b>JUNIORS</b>	4 minutes + GS	4 minutes
<b>CADET(TE)S 1D</b> <b>CADETS 2D &amp; ESPOIR</b>	4 minutes + GS 3 minutes	4 minutes
<b>MINIMES</b>	3 minutes	2 minutes
<b>BENJAMINS</b>	2 minutes <b>+ 1 mn Ne-Waza si égalité</b> <i>(à la discrétion des ETR)</i> 	Position de départ <i>(à la discrétion des ETR)</i>
<b>MINI-POUSSINS</b> <b>POUSSINS</b>	Randori arbitré 1,30 minutes <b>+ 1 mn Ne-Waza</b>  <i>(à la discrétion des départements)</i>	Position de départ <i>(à la discrétion des départements)</i>



# Adaptations pédagogiques Françaises pour les compétitions individuelles **sans Golden Score**

## Les critères de la victoire



© Photo Marianne VANWINGHE

- 1<sup>er</sup> Par Ippon
  - 2<sup>e</sup> Par un waza-ari d'écart
  - 3<sup>e</sup> Par un ou plusieurs **YUKO** d'écart !  
(annoncés et comptabilisés)
  - 4<sup>e</sup> En obtenant la **décision des arbitres** :  
*selon l'activité générée en tachi-waza et en ne-waza.*
- ! NB : Le Shido ne fait pas forcément gagner.  
Le shido n'a pas la priorité sur la décision  
des arbitres.**





# PROCÉDURE de la décision des arbitres



## ARBITRE SEUL

L'arbitre prend sa décision pour déclarer le vainqueur.



## 3 ARBITRES

L'arbitre central appelle ses deux juges et leur demande la couleur du combattant à déclarer comme vainqueur. L'arbitre central indique son choix en déclarant le vainqueur **lorsque les juges ont repris leur place assise.**



## JEUNE ARBITRE AU CENTRE

Avant de donner sa décision, il s'appuie **obligatoirement** sur un arbitre confirmé qui a suivi le combat.



© Photo Marianne VAINVINGHE



## Aspect Sécurité

“ **La perte de connaissance met fin à la compétition pour l'athlète concerné, dans toutes les catégories d'âge.** ”

La suspicion de **commotion cérébrale** est appliquée par l'arbitre en cas de besoin (*exemple de situation : un combattant qui se relève en titubant, etc*).

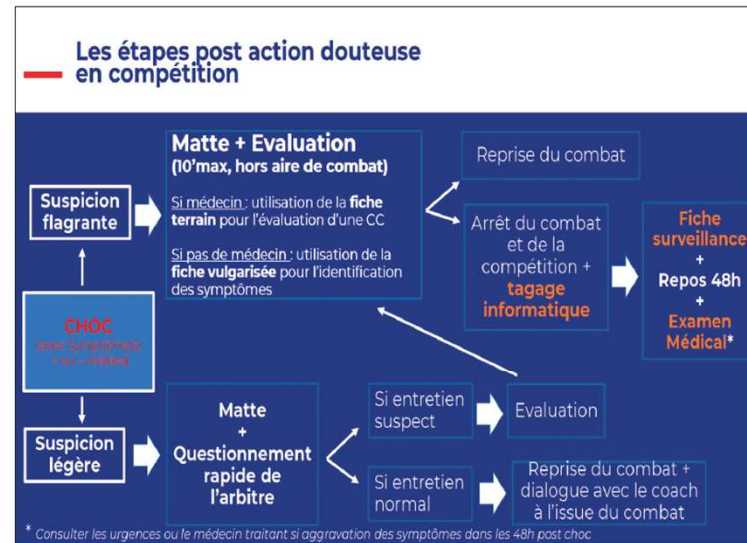
Les arbitres et commissaires sportifs sont vigilants et attentifs sur ces situations !



© Photo Marianne VANMINGHE

! Informations complémentaires, ici :

[https://www.ffjudo.com/resource-file/document/1696018510\\_aae1bd6751d2e2667a62.pdf](https://www.ffjudo.com/resource-file/document/1696018510_aae1bd6751d2e2667a62.pdf)



# ADAPTATIONS Championnats VÉTÉRANS

**Le règlement appliqué est le RÈGLEMENT INTERNATIONAL avec quelques particularités selon les catégories d'âge :**

- Catégories d'âge M1/F1 à M6/F6 (30 à 59 ans)  
Temps de combat de 3 min  
avec, si besoin, un golden score illimité qui mettra fin au combat.
- Catégories d'âge M7/F7 à M10/F10 (60 ans et +)  
Temps de combat de 2,30 min  
avec un golden score de 1 min et décision des arbitres en cas d'égalité.

❗ **Étranglement\* interdit** (\*Shime-waza).

F1 / M1	30 à 34 ans
F2 / M2	35 à 39 ans
F3 / M3	40 à 44 ans
F4 / M4	45 à 49 ans
F5 / M5	50 à 54 ans
F6 / M6	55 à 59 ans
F7 / M7	60 à 64 ans (shime-waza interdit)
F8 / M8	65 à 69 ans (shime-waza interdit)
F9 / M9	70 ans et + (shime-waza interdit)



© Photo : Philippe RABOUIL - Vétérans 2025





# SPÉCIFICITÉS CADETS

Championnat cadets 2D, 3D et Espoir



© Photo - Stéphane BOWNET

## Précisions :

- L'arbitre annoncera **Ippon** sur une **clé de bras** dont l'efficacité est avérée (signes de douleur,...) avant l'abandon du combattant. 
- La tête de **Tori** ne peut pas toucher le tapis **seule** lors d'une attaque. **Tori sera pénalisé par Hansokumake** si il le fait volontairement.
- La tête de **Uke** ne peut pas toucher le tapis **seule** lorsqu'il défend. **Uke sera pénalisé par hansokumake** si il le fait volontairement.







## SPÉCIFICITÉS MINIMES

### Kumi Kata :



- La garde à deux mains reste une priorité. 
- Pour toute phase d'attaque à 1 main qui aurait échouée, un retour à une garde à 2 mains est nécessaire.
- La garde croisée n'est pas autorisée. L'action doit être stoppée  immédiatement par Matte. Gratuite en première intention (si récidive = shido).
- La prise de l'ours n'est pas autorisée. Pas de sanction, matte sera donné.
- Pas de doigts dans la manche, ni dans le pantalon. Pas de sanction, matte sera donné.

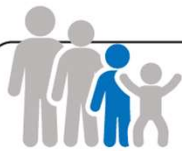


### Précisions :



- **Contraintes cervicales** en tachi-waza, ne-waza (*kata sankaku*) : celles-ci ne sont pas tolérées et doivent être stoppées immédiatement par Matte, puis explication de la faute et pas de sanction (si récidive = shido).
- Clés de bras et étranglements (*kansetsu waza* et *Shime waza*) : non autorisés.
- Retournement **Sankaku inversé** est interdit en première intention (si récidive = shido). **Sankaku gatame** autorisé en décroisant les jambes pour valider l'osaekomi.
- La tête de **Tori** ne peut pas toucher le tapis seule lors d'une attaque. **Tori sera pénalisé par Hansokumake**, si il le fait volontairement.
- La tête de **Uke** ne peut pas toucher le tapis seule lorsqu'il défend. **Uke sera pénalisé par hansokumake**, si il le fait volontairement.





# SPÉCIFICITÉS BENJAMINS

LES SPÉCIFICITÉS MINIMES S'APPLIQUENT AUX BENJAMINS

## Kumi Kata :



- Le combat démarre à distance et passe par une garde à 2 mains (*manche et revers*).

- **Encercler la tête avec contrainte cervicale n'est pas autorisé = Matte direct et rapide.**



- Pour toute phase d'attaque à 1 main qui aurait échouée, un retour à une garde à 2 mains est nécessaire.

- Ces formes de saisie sont interdites.



- **Pas de doigts dans la manche, ni dans le pantalon.**  
Pas de sanction, matte sera donné.

## Précisions :



- **Sutemi : non autorisés**, à l'exception des makikomi (*techniques d'enroulement*).

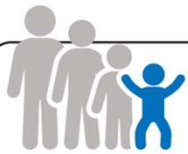
- **Attaques directes à 2 genoux : non autorisées ;**

**NB :** Une attaque qui démarre debout et se termine avec les genoux au sol doit être comptabilisée (*perte d'équilibre*).

- Toutes les 1<sup>ères</sup> fautes sont gratuites en première intention (*si récidive = shido*).








# PRÉCONISATIONS POUSSINS & MINI-POUSSINS

LES SPÉCIFICITÉS BENJAMINS S'APPLIQUENT AUX POUSSINS ET MINI-POUSSINS

*Faire des **randori arbitrés** = le chronomètre est déclenché au début du combat sans temps d'arrêt jusqu'à la fin du temps de combat (sauf nécessité).*

## Kumi Kata :



- Le combat démarre à distance et passe par une garde fondamentale à 2 mains
- La saisie est autorisée **pouce à l'intérieur du col** ; 
- **Encercler la tête n'est pas autorisé** ; !
- **Projection** valorisée uniquement du **côté de la manche tenue** !  
(o uchi gari possible en forme fondamentale) ;
- Pour toute phase d'attaque à 1 main qui aurait échouée, un retour à la garde à 2 mains est nécessaire.

## Précisions :

- **Attaques à genoux, sutemi et makikomi** : non autorisés pour cette tranche d'âge.
- **Hon gesa gatame** : éviter les contraintes cervicales, autorisé avec pouce dans le col ou main sur la cuisse. Si contraintes : utiliser Sonomama/yoshi pour replacer correctement.



## ADAPTATIONS Coupe de France par Équipes de Département Minimales

Les critères de la victoire



⇒ En cas d'égalité de score en fin de combat, l'arbitre annoncera HIKI WAKE.

⇒ En cas d'égalité de **victoires** et de points à l'issue de la rencontre, la victoire d'équipe est déterminée par le résultat de la prestation KATA.



# SPÉCIFICITÉS PARA JUDO



**Accueil**



**Bienveillance**



**Adaptabilité à leurs différences**

*Les personnes en situation de handicap sont accueillies dans le cadre des manifestations valides dans le respect des adaptations notées aux textes officiels page 19.*

- **Kumi Kata** : Le combat démarre garde installée pour les malvoyants et non voyants à l'exception des championnats de France 1<sup>ère</sup> division.
- **Jogaï** : L'arbitre annoncera Jogaï pour recentrer les combattants à l'approche des bordures.
- **Les accompagnants** : Autorisés à donner des consignes pendant tout le combat, mais uniquement sur les repères spatiaux et temporels.
- **Pour les déficients auditifs** : faire le geste des deux mains qui se rapprochent pour le Hajime. Pour le geste du matte, en ne-waza, si la personne ne voit pas le geste, taper 2 fois sur son dos pour le prévenir.

*Une formation aura lieu sur place par le responsable d'arbitrage.*





# DROITS ET DEVOIRS DES ACCOMPAGNANTS & COACHS

Pour la bonne organisation et tenue des compétitions, la Commission Nationale d'Arbitrage (CNA) met en place une charte concernant les droits et devoirs des accompagnants et coachs sur l'ensemble des compétitions nationales et régionales.

La méthode mise en place en cas de débordement(s) sera la suivante :

① -> Avertissement verbal    ② -> Carton jaune    ③ -> Carton rouge

Avertissement  
VERBAL

①



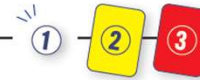
Carton  
JAUNE

Carton  
ROUGE



- L'**avertissement verbal** et le **carton jaune** seront donnés directement par l'arbitre central sur son propre jugement ou sur signalement d'un ou des arbitres ;
- Le **carton rouge** pourra être donné après concertation des trois arbitres. Il induira **une exclusion de la chaise** d'accompagnant ou de coach pour le combat en cours (sans remplacement possible) mais également **pour la totalité de la journée** de compétition.
- Le responsable d'arbitrage prendra note de l'identité de l'accompagnant ou coach concerné et ces informations seront notifiées dans le compte-rendu de manifestation.





# DROITS ET DEVOIRS DES ACCOMPAGNANTS & COACHS

## Rappel des droits des accompagnants et coachs :

- Encourager, guider et aider (techniquement, tactiquement ou psychologiquement) le judoka qu'il accompagne.

## Rappel des devoirs :

- Avoir une attitude, une gestuelle et des mots dignes et respectueux.
- **Ne pas filmer le combat** en étant assis sur la chaise dédiée au coaching.
- Ne pas interpellier ni essayer d'influencer les arbitres, l'autre coach, ni l'adversaire par des paroles ou des gestes.
- Ne pas s'exprimer avec une véhémence exacerbée ou agressive.
- Garder en permanence l'idée qu'une organisation réussie est celle où le bien-être de tous est respecté.



**Dans les départements**, il sera appliqué à la discrétion des présidents et responsables de compétitions et d'arbitrage.

**Précision faite que pour les jeunes arbitres, la procédure sera la suivante :**

« En cas de problème avec un coach au cours d'un combat arbitré par un jeune arbitre, celui-ci s'adressera à l'arbitre référent de sa table avant application des avertissements verbaux ou cartons jaune/rouge ».





# “ LE JUDO ÉDUQUE VOS ENFANTS ”

 **FRANCE  
JUDO**  
#FierdEtreJudoka

*Rappelez-vous en entrant dans cette salle*

1

**SE FAIRE PLAISIR  
DOIT ÊTRE LEUR  
SEUL OBJECTIF**

2

**VAINCRE UNE CHUTE  
C'EST SAVOIR  
SE RELEVER**

3

**L'ARBITRAGE  
EST UN JUGEMENT  
HUMAIN**

4

**SANS BÉNÉVOLES,  
PAS DE  
COMPÉTITIONS**

5

**LA TOLÉRANCE  
EST DE  
RIGUEUR**

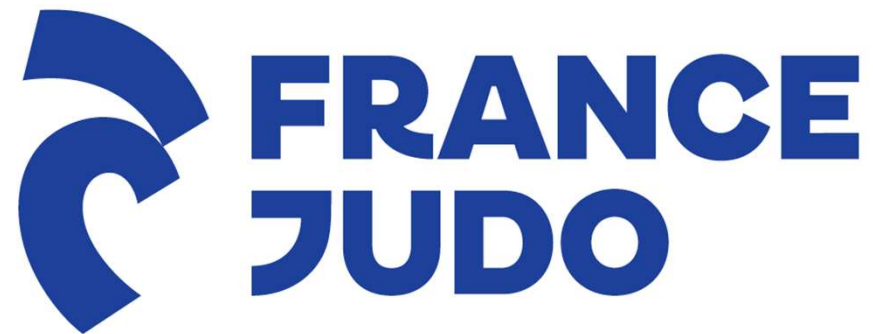
*Tous les participants doivent être encouragés !*



© France Judo - Stéphane Borne - Droits réservés








[www.ffjudo.com](http://www.ffjudo.com)

---

### CONTACT

**Commission Nationale d'Arbitrage - Secteur Formation**

[cna@ffjudo.com](mailto:cna@ffjudo.com)

 <https://www.facebook.com/groups/cnajudo/>



# Accompagnant (Coach)

## POSTURE, PRINCIPES & MISSIONS

### POSTURE ET PRINCIPES

#### L'Accompagnant :

- Est reconnu pour ses compétences et expériences par ses pairs en tant qu'animateur / éducateur en judo et son appétence à être pédagogique et expliquer et démontrer la pratique du judo ainsi que les règles d'arbitrage sur lesquelles il s'appuie ;
- Se doit d'avoir une tenue vestimentaire et un comportement exemplaire (altruiste, en maîtrise de ses émotions, respectueux des décisions prises par les arbitres et organisateurs) en toute circonstance lors des évènements pour lesquels il encadre un / des pratiquant(s) ;
- Est le garant de la bonne transmission et pratique du judo auprès du public qu'il encadre et accompagne ;
- Est le garant de la bonne conduite de ses élèves dans le respect des valeurs que le judo inculque ;
- Le cas échéant, a un rôle principal et essentiel dans la régulation du comportement de l'élève qu'il encadre si celui-ci a un comportement non respectueux lors d'un événement organisé / soutenu par France JUDO ;



## MISSIONS

**L'Accompagnant a, avant toute chose, un rôle pédagogique. Il accompagne et encadre les pratiquants de son association / structure.** Il guide ses élèves au fil des compétitions / animations et s'assure que ceux-ci ont une attitude respectueuse et une pratique du judo sécuritaire. Il est un relai des organisateurs d'évènements France JUDO auprès de ces élèves (pour transmettre les informations, réguler les comportements, échanger avec les membres de l'organisation si nécessaire) ;

### **L'Accompagnant :**

- **En amont de la compétition :**
  - S'informe et relit règlement d'arbitrage et les infos concernant l'organisation qui seront mis en œuvre lors de l'événement ;
  - Se met à jour des évolutions de règles, le cas échéant, à minima chaque saison sportive en s'appuyant sur les stages d'information / formation (Stages Nationaux de rentrée, stages enseignants et d'arbitrage organisés au niveau départemental / régional) et les documents mis à jour régulièrement sur le site fédéral – [Lien vers le site fédéral](#) ;
- **Le jour de la compétition :**
  - A en sa possession le règlement d'arbitrage appliqué ;
  - Participe au briefing des arbitres réalisé par le responsable d'arbitrage de la compétition ou son représentant ;
  - Informe ses élèves des éventuelles précisions réglementaires spécifiques à l'événement et précisées par l'organisateur ;
  - Accueille et donne le cadre de fonctionnement de l'événement à ses élèves ;
  - Accompagne et encadre ses élèves et répond aux interrogations des parents de ceux-ci (pour les mineurs) ;
  - Conseille ses élèves sur leur pratique du judo sur l'ensemble de la journée ;
  - Régule les relations entre son(ses) élève(s) et l'arbitre (le cas échéant) afin de préserver une pratique réalisée dans un cadre sécurisé, respectueux et serein ;
  - Fait appel, si besoin, au responsable d'arbitrage de la compétition ou responsable technique en cas de situation particulière (sur un combat).





# SUPERVISEUR

## *POSTURE, PRINCIPES & MISSIONS*

### POSTURE ET PRINCIPES

#### Le superviseur :

- Est reconnu pour ses compétences et expériences par ses pairs en tant qu'arbitre ;
- Se doit d'avoir une tenue vestimentaire et un comportement exemplaire (altruiste, en maîtrise de ses émotions) en toute circonstance lors des événements pour lesquels il est sollicité.
- Est le garant des bonnes décisions prises sur les combats observés en lien avec la triplète d'arbitres et l'AFR ;
- Si les 3 arbitres sont d'accord et que l'erreur n'est pas démontrable clairement avec la vidéo, ne change pas la décision prise initialement et ne sanctionne pas les arbitres ;
- Si pour prendre une décision doit visualiser 3 ou 4 fois une séquence qui s'avère difficile, ne devra pas compter une faute à l'arbitre central qui doit décider dans l'instant. Ni pour les juges ;
- S'assure qu'à minima l'AFR est présent le temps de son absence pour la pause déjeuner, et informe un autre superviseur de sa pause afin que les arbitres des tapis concernés puissent faire appel à un superviseur en cas de besoin.

### MISSIONS

**Le superviseur a avant toute chose un rôle d'évaluateur.**

Il peut cependant préciser son jugement et ses corrections au fil de la journée quand le déroulé de la compétition le permet. Dans la mesure du possible, le superviseur peut notifier le combat dont il s'agit (nom des combattants et catégorie de poids sur la feuille de note, ainsi l'arbitre pourra aller le revoir ultérieurement pour progresser) ;



**Le superviseur :**

- **En amont de la compétition :**
  - Relis le règlement d'arbitrage qui sera appliqué lors de l'événement ;
  - Se met à jour des évolutions de règles, le cas échéant, en prenant connaissance des rapports de compétition (internationaux, ...) et si besoin en prenant contact avec la CNA ;
- **Le jour de la compétition :**
  - A en sa possession le règlement d'arbitrage appliqué ;
  - Participe au briefing des arbitres réalisé par le responsable d'arbitrage de la compétition ;
  - Participe au briefing des superviseurs et AFR réalisé par le responsable d'arbitrage de la compétition ;
  - Récupère ses feuilles d'évaluation et le dispatching des arbitres / tapis ainsi que le nom de ceux qu'il doit évaluer ;
  - Évalue X combats / arbitre (selon la consigne donnée par le responsable d'arbitrage de la compétition ;
  - Peut évaluer un combat uniquement si celui-ci a été observé dans son intégralité ;
  - Comptabilise tous les points de fautes pour chaque combat dans son évaluation ;
  - Régule les relations avec les arbitres et l'AFR et / ou les coaches si nécessaire afin de préserver une ambiance studieuse et sereine tout au long de la journée de compétition ;
  - Fait appel, si besoin, à un autre superviseur ou au responsable d'arbitrage de la compétition en cas de situation particulière (sur un combat ou avec un coach)
- **A l'issue de la journée de compétition :**
  - Établit chaque jour un classement entre tous les arbitres qu'il a évalué (pas d'exæquo) et le communique au responsable d'arbitrage de la compétition ;
  - Transmets les notes attribuées à chaque arbitre au responsable d'arbitrage de la compétition et redonne individuellement la feuille d'évaluation à l'arbitre évalué.



# Arbitre Formateur Référent

## *POSTURE, PRINCIPES & MISSIONS*

### POSTURE ET PRINCIPES

#### L'AFR :

- Est reconnu pour ses compétences et expériences par ses pairs en tant qu'arbitre et son appétence à être pédagogique et expliquer ses décisions et les règles d'arbitrage sur lesquelles il s'appuie ;
- Se doit d'avoir une tenue vestimentaire et un comportement exemplaire (altruiste, en maîtrise de ses émotions) en toute circonstance lors des événements pour lesquels il est sollicité.
- Est le garant des bonnes décisions prises sur les combats qu'il observe en lien avec la triplète d'arbitres et le superviseur si celui-ci est présent ;
- Si les 3 arbitres sont d'accord et que l'erreur n'est pas démontrable clairement avec la vidéo, il ne change pas la décision prise initialement et ne sanctionne pas les arbitres ;
- Si pour prendre une décision, doit visualiser 3 ou 4 fois une séquence qui s'avère difficile, ne devra pas compter une faute à l'arbitre central, qui doit décider dans l'instant, s'est trompé. Ni pour les juges ;
- Informe à minima un superviseur et un AFR d'un tapis voisin lorsqu'il prend sa pause pour le déjeuner et s'assure qu'à minima un superviseur est présent le temps de son absence, afin que les arbitres des tapis concernés puissent faire appel à un superviseur en cas de besoin.





## MISSIONS

**L'AFR a, avant toute chose, un rôle d'arbitre et de formateur. Il évalue les arbitres de son tapis au fil de la journée et pose une note qui reflète le niveau de l'arbitre sur l'ensemble de la journée.** Il précise son jugement et ses corrections au fil de la journée quand le déroulé de la compétition le permet.


Il organise le travail de son équipe d'arbitres (tournus sur le tapis, tournus repas, ...) pour la journée de compétition en tenant compte des consignes reçues par le responsable d'arbitrage de la compétition.

### L'AFR :

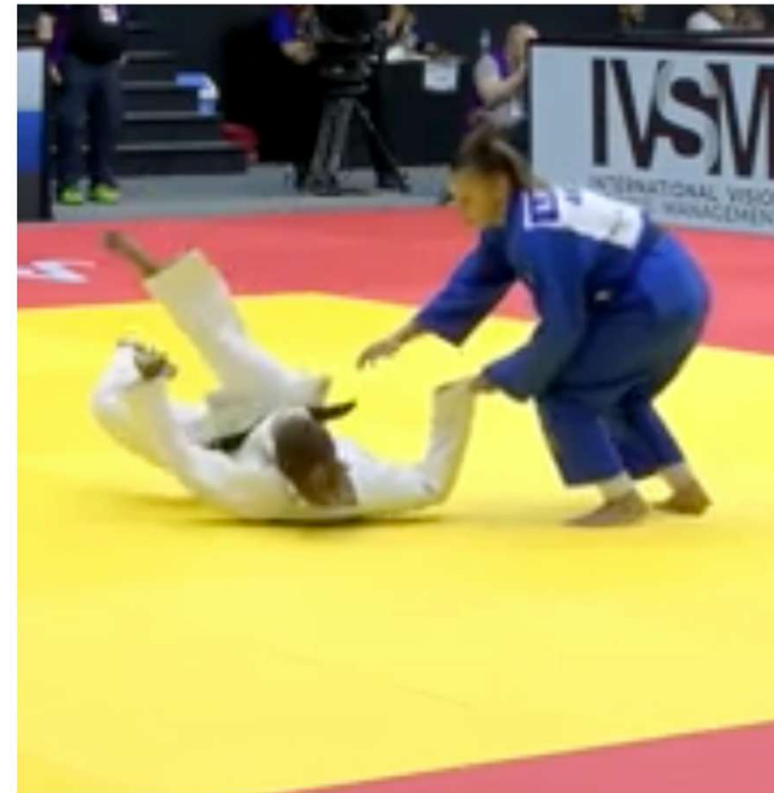
- **En amont de la compétition :**
  - Relis le règlement d'arbitrage qui sera appliqué lors de l'événement ;
  - Se met à jour des évolutions de règles, le cas échéant, en prenant contact avec son référent d'arbitrage (formateur) ;
- **Le jour de la compétition :**
  - A en sa possession le règlement d'arbitrage appliqué ;
  - Participe au briefing des arbitres réalisé par le responsable d'arbitrage de la compétition ;
  - Participe au briefing des superviseurs et AFR réalisé par le responsable d'arbitrage de la compétition ;
  - Récupère ses feuilles d'évaluation et le dispatching des arbitres / tapis ;
  - Accueille et donne le cadre de fonctionnement aux arbitres de son équipe : tournus tous les X combats / ordre de tournus sur le tapis / vérification du fonctionnement du matériel vidéo et explication de l'utilisation de celui-ci ;
  - Arbitre avec son équipe, conseille et évalue les arbitres de son tapis sur l'ensemble de la journée ;
  - Régule les relations entre les arbitres si nécessaire afin de préserver une ambiance studieuse et sereine ;
  - Fait appel, si besoin, à un superviseur ou au responsable d'arbitrage de la compétition en cas de situation particulière (sur un combat ou avec un coach)
- **A l'issue de la journée de compétition :**
  - Transmets la note attribuée et feuille à chaque arbitre après avoir communiquées celles-ci au responsable d'arbitrage de la compétition.



## a) Ippon

 **Le règlement** : pas de changement

Tout impact suite à l'application d'une technique réalisée avec force, vitesse, contrôle et impact largement sur le dos.



## b) Waza-ari

### Le règlement :

- ✓ impact à + de 90° sur l'axe de l'épaule, mais pas sur le dos ;
- ✓ Toutes les actions où il manque un élément pour le Ippon (manque de vitesse ou en 2 impacts, ...) ;
- ✓ **Impact sur haut des 2 épaules**

### Indicateur qui peut aider à valider un waza-ari :

- si la jambe de Uke va se poser en arrière pour arrêter l'impact ;
- Si un bout de dossard est masqué (sur le tapis).





## c) Yuko

### Le règlement :

- ✓ Impact à 90° ou presque 90° (= sur le côté avec le corps qui est tourné vers l'intérieur) ;
- ✓ Impact sur le côté de l'axe de l'épaule et sur le coude ;
- ✓ Impact sur ~~le haut des épaules~~ / la nuque / le cou ;
- ✓ Tomber sur les fesses (avec ou sans les mains sur le tapis) ;
- ✓ Si Osaekomi tenu de 5 à 9 secondes ;

### **Pas de yuko si l'impact est :**

- ! • **Sur une fesse ;**
- **Sur les fesses mais avec le haut du corps de Uke qui est orienté vers l'avant – vidéo 5 ;**
- **Ou si il est sur les genoux même si l'axe de l'épaule est sur le côté ! – vidéo 6 ;**
- **Ou si il est de face (ventre / hanche orienté vers le tapis) – vidéo 7.**



## d) Fausses Attaques

### Le règlement :

L'on considère qu'il y a fausse attaque quand :

- ✓ Tori n'a pas l'intention de faire tomber ;
- ✓ Tori attaque sans avoir de kumikata ou en le lâchant immédiatement ;
- ✓ Tori fait une fausse attaque ou plusieurs fausses attaques répétées qui n'ont pas mis en déséquilibre Uke ;
- ✓ Tori met sa jambe entre les jambes de uke pour l'empêcher d'attaquer ;
- ✓ Tori fait des attaques non réalistes. **L'observable c'est « est-ce qu'on peut faire Uchi-Komi comme cela ? »**

**La fausse attaque est pénalisée par shido.**

**Précision 1 :** Si lors d'une 1<sup>ère</sup> attaque (notamment en makikomi, sutemi, seoi... il y a une mise en déséquilibre de Uke mais + parce que Tori se jette de tout son poids (se suspend...) que par efficacité technique, l'arbitre peut ne pas sanctionner la 1<sup>ère</sup> fois. Mais si cela se reproduit il doit sanctionner car ce type d'action ne fera jamais tomber.

**Précision 2 :** Si Tori fait une fausse attaque mais se relève immédiatement, l'arbitre laisse continuer (pas de FA). la règle est + juste et utile pour les jeunes notamment.



## e) Diving

### Le règlement :

- ✓ Plonger la tête la première sur le tatami, se pencher vers l'avant et vers le bas pour faire une technique telles que Uchi-mata, Harai-goshi, Seoi-nage, Tai-otoshi, Kata-guruma, Tsurigoshi, Ura-nage ..., **est interdit et sanctionné par hansokumake ;**
- ✓ Faire un saut périlleux vers l'avant lorsque Uke est sur le dos / les épaules de Tori **est interdit et sanctionné par hansokumake.**





## f) Osaekomi

### Le règlement :

Il y a osaekomi lorsqu'il y a l'application d'une technique de judo (ou variante) faisant partie de la classification du Kodokan. Un score peut être donné quand la technique est appliquée suffisamment longtemps et que la position / contrôle est valable.

L'arbitre ne peut annoncer "osaekomi" que si une technique identifiée dans la classification du Kodokan (ou variante) est appliquée, et que la situation est fixée et contrôlée.



*Exemples pour illustrer – diapos suivantes*



# Osaekomi

Contrôle des jambes en triangle (forme sankaku) - Différentes situations :



Osaekomi car :

- Tori est perpendiculaire à Uke ;
- Contrôle le haut du corps de Uke avec une partie de son corps qui recouvre Uke ;
- Le corps de Tori est orienté vers le tapis ;
- **Tori contrôle l'autre bras de Uke (« en croix »),** ou une jambe ou le bassin.



# Osaekomi

Contrôle des jambes en triangle (forme sankaku) - Différentes situations :



Osaekomi car :

- Tori est perpendiculaire à Uke ;
- Contrôle le haut du corps de Uke avec une partie de son corps qui recouvre Uke ;
- Le corps de Tori est orienté vers le tapis ;
- **Tori contrôle l'autre bras de Uke (« en croix »)**, ou une jambe ou le bassin.

Zoom sur le contrôle du bras dans cette situation





## Osaekomi – exemple en vidéo

Contrôle des jambes en triangle (forme sankaku) - Différentes situations :



Osaekomi car :

- Tori est perpendiculaire à Uke ;
- Contrôle le haut du corps de Uke avec une partie de son corps qui recouvre Uke ;
- Le corps de Tori est orienté vers le tapis ;
- **Tori contrôle l'autre bras de Uke (« en croix »)**, ou une jambe ou le bassin.



## Osaekomi – exemple en vidéo

Contrôle des jambes en triangle (forme sankaku) - Différentes situations :



Osaekomi car :

- Tori est perpendiculaire à Uke ;
- Contrôle le haut du corps de Uke avec une partie de son corps qui recouvre Uke ;
- Le corps de Tori est orienté vers le tapis ;
- **Tori contrôle l'autre bras de Uke (« en croix »)**, ou une jambe ou le bassin.



# Osaekomi

Contrôle des jambes en triangle (forme sankaku) - Différentes situations :



Osaekomi car :

- Tori est perpendiculaire à Uke ;
- Contrôle le haut du corps de Uke avec une partie de son corps qui recouvre Uke ;
- Le corps de Tori est orienté vers le tapis ;
- Tori contrôle l'autre bras de Uke (« en croix »), **ou une jambe ou le bassin.**





# Osaekomi

Contrôle des jambes en triangle (forme sankaku) - Différentes situations :



Osaekomi car :

- Tori est perpendiculaire à Uke ;
- Contrôle le haut du corps de Uke avec une partie de son corps qui recouvre Uke ;
- Le corps de Tori est orienté vers le tapis ;
- Tori contrôle l'autre bras de Uke (« en croix »), **ou une jambe ou le bassin.**



# Osaekomi

Contrôle des jambes en triangle (forme sankaku) - Différentes situations :



## Osaekomi :

- Tori est perpendiculaire à Uke ;
- Contrôle le haut du corps de Uke avec une partie de son corps qui recouvre Uke ;
- Le corps de Tori est orienté vers le tapis ;
- ~~Tori contrôle l'autre bras de Uke~~ (« en croix »), ~~ou une jambe ou le bassin.~~



# Osaekomi

Contrôle des jambes en triangle (forme sankaku) - Différentes situations :



**Osaekomi :**

- Tori est perpendiculaire à Uke ;
- Contrôle le haut du corps de Uke avec une partie de son corps qui recouvre Uke ;
- Le corps de Tori est orienté vers le tapis ;
- ~~Tori contrôle l'autre bras de Uke~~ (« en croix »), ~~ou une jambe ou le bassin.~~



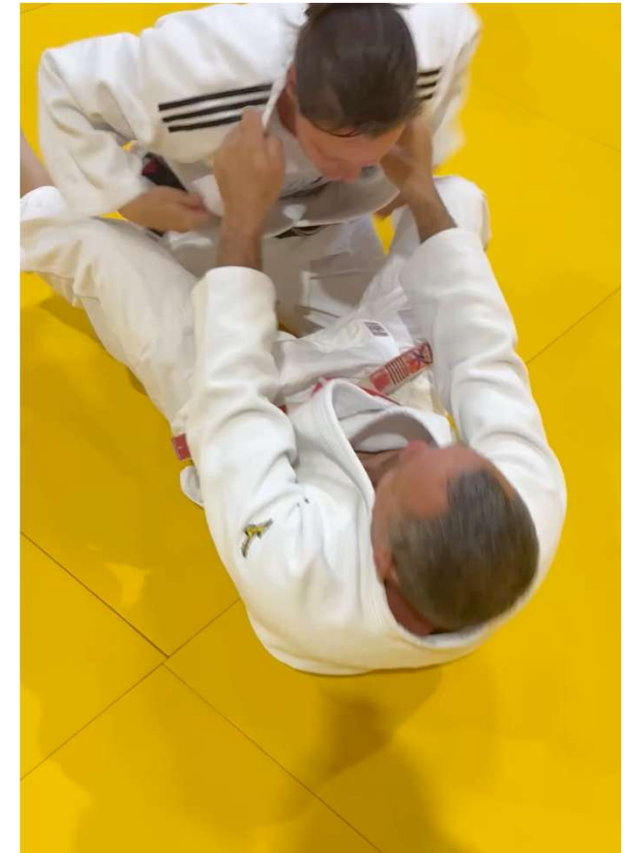


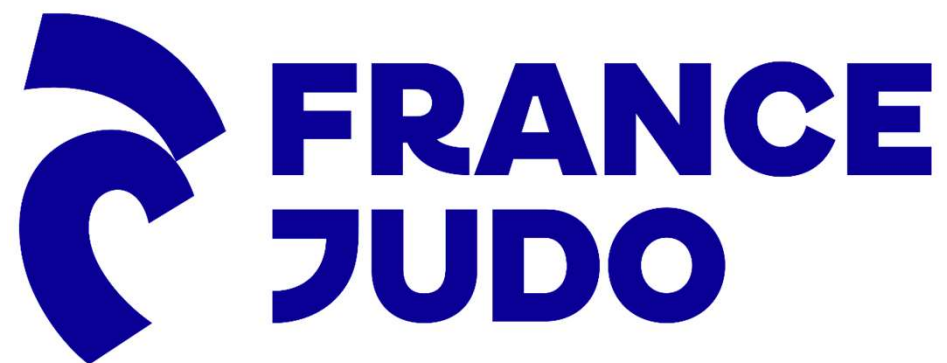
## g) Ne waza – contrôle uniquement de la tête



Un étranglement réalisé uniquement avec les mains autour de la tête et les jambes qui viennent aider pour bloquer Uke et réaliser l'étranglement est sanctionné par shido.

**shime-waza (ryote-jime avec tori Uke face à face, hadaka-jime avec tori sur le dos de uke ou une situation de contrôle du kumikata en forme de sankaku avec la saisie de la tête uniquement avec les jambes autour de la tête et en utilisant les jambes uniquement autour de la tête)) sans aucun contrôle du bras de uke est Mate et est Shido.**





[www.ffjudo.com](http://www.ffjudo.com)

---

**CONTACT**

**Secteur formation – Développement – Commission Nationale d'Arbitrage**

Mélanie PERCHERON

[melanie.percheron@ffjudo.com](mailto:melanie.percheron@ffjudo.com)