



# ANIMATION « NAGE NO KATA » BENJAMINS & MINIMES

## 1 – DEFINITION :

En japonais, le mot « KATA » signifie : forme.

Le KATA du Judo Jujitsu, c'est la démonstration des principes de base d'attaque et de défense suivant une progression rigoureuse, résultat de l'expérience et de la réflexion des meilleurs et des plus anciens maîtres du Judo, Jujitsu. Le kata reflète le degré de connaissance et la maîtrise des exécutants.

C'est un puissant outil pédagogique qui permet à tout pratiquant de s'exprimer et de progresser dans la connaissance du judo.

L'épreuve est d'abord un moment de rencontre et d'échange, qui doit être empreint de convivialité et de respect.

L'expression personnelle et la recherche individuelle doivent primer sur la comparaison et le résultat.

## 2 – SEXE :

Les couples peuvent être masculins, féminins ou mixtes. Un seul classement sera effectué, quelle que soit la composition du couple : couple mixte, féminin ou masculin.

## 3 – ANNÉES DE NAISSANCE :

- Benjamins
- Minimés

*Voir textes officiels FFJDA.*

En cas de panachage benjamin/minime au sein d'un couple, le couple sera engagé dans la catégorie supérieure (minime).

## 4 – NATIONALITÉ :

Française et étrangère, telle que définie dans le code sportif.

## 5 – GRADES, LICENCE, PASSEPORT, CERTIFIANT MEDICAL :

Benjamins : Ceinture jaune minimum

Minimes : Ceinture orange minimum.

*Les organisateurs pourront établir des classements par grade.*

Deux années de licence FFJDA, dont celle de la saison en cours.

- Passeport de moins de 8 ans (une tolérance de validité jusqu'au 31 août de la saison est accordée).
- Certificat médical obligatoire mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique du judo, jujitsu.

## 6 – PARTICIPATION :

Les candidats s'inscrivent sur l'extranet fédéral via leur club.

Ouvert à tous les licenciés. Pas de droit d'inscription. Pas de frais de déplacement.

Les candidats peuvent être licenciés dans deux clubs distincts.

## 7 – EPREUVES :

- **Benjamins** : Le couple choisira 2 séries sur les 3 premières séries du NAGE NO KATA qu'il présentera au Jury.

- **Minimes** : Le couple présentera les 3 premières séries du NAGE NO KATA qu'il présentera au Jury

*Les rôles de UKE et TORI seront définis et présentés au Jury.*

*Les organisateurs pourront adapter le contenu des épreuves.*

## 8 – NIVEAU D'ORGANISATION :

Animation locale, à l'échelon départemental, interdépartemental, régional, mais sans qualification pour un niveau supérieur.

## 9 – FORMULE DE COMPÉTITION :

Les couples sont évalués par rencontres en poule ou sur un passage en poule suivi d'une finale pour les meilleurs couples de poule.

D'autres formules en tableau, concours parallèle... peuvent être mis en place à l'appréciation des organisateurs.

## 10 – JURY :

Chaque jury sera constitué par au moins trois juges d'expression technique.

## 11 – EVALUATION :

Au choix des organisateurs :

- Chaque juge attribuera une note de 0 à 10 par couple, la décision se faisant sur le total des points. En cas d'égalité, les couples représenteront 1 série, et ainsi de suite jusqu'à départage.

- Décision aux drapeaux rouge/blanc.

## 12 – CRITERES DE JUGEMENT :

- **Pour TORI comme pour UKE** : Présentation, cérémonial, respect de l'ordre des techniques, synergie entre les partenaires.

- **Pour le rôle de TORI** : Attitude, continuité dans l'action, déplacement, rythme, efficacité technique en termes de déséquilibre, placement et projection, Précision gestuelle contrôle, sécurité.

- **Pour le rôle de UKE** : Déplacement, attitude, sincérité, réactions, précision des attaques, chutes.

## 13 – RECOMPENSES :

Les trois premiers couples de chaque catégorie seront récompensés.