

Règlement passage de grade enfant

5 - 11 ans

Obtention de la ceinture :

Objectifs :

- L'objectif est de mettre en valeur les apprentissages de l'année. Source de stress, il forge l'enfant dans la confiance en ses capacités à franchir une étape grâce à son travail.
- La note générale est le fruit de la moyenne de l'ensemble des unités de valeurs. 6 épreuves sont demandées aux enfants.

Philosophie :

- Les passages de grade forgent la confiance de l'enfant dans sa progression. Cela est une valorisation de son travail et non une sanction.
- Sauf rares cas, ils seront tous en capacités d'obtenir leur demi-ceinture.
- Les passages du club sont organisés pour permettre dans le futur l'obtention de la ceinture noire. Pour cela les unités de valeurs sont proches de l'examen du 1^{er} dan (premier niveau de ceinture noire).

Critère d'attribution :

- **La note est comprise entre 0 et 11**
 - Nous estimons que les bases ne sont pas assez bonnes pour obtenir une nouvelle ceinture. Et surtout cela ne serait pas juste pour les autres élèves. L'enfant pourra obtenir sa nouvelle ceinture au prochain passage de grade.
- **La note est comprise entre 12 et 16**
 - L'enfant progresse à rythme régulier et logique. Une demi-ceinture lui sera accordée.
- **La note est comprise entre 17 et 20**
 - L'enfant présente de très bonne disposition et a su lors du passage faire preuve de compréhension et de maîtrise. Il obtiendra une ceinture entière (2 demi-ceintures).

Les épreuves :

1. Kihon (exécution des techniques de base) :

Objectifs :

- Savoir si l'enfant est attentif et s'il est réactif.
- Vérifier que l'enfant connaît quelques noms de techniques
- Vérifier la bonne forme des techniques

Exercices :

- Techniques exécutées sur place.
- Techniques exécutées en déplacement.

Système de notation :

Une note sur 20 sera attribuée selon les critères suivants.

- Bonne forme
- Concentration
- Bonne position
- Précision
- Équilibre.

Kihon sur cible (exécution des techniques de base en visant une cible) :

Objectifs :

- Savoir si l'enfant est capable de viser, avec une exécution technique correcte.
- Vérifier que l'enfant maîtrise ses gestes et sa force.

Exercices :

- Techniques effectués sur cible.
- Il faut toucher sans heurter violemment l'objectif.

Système de notation :

Une note sur 20 sera attribuée selon les critères suivants.

- Bonne forme
- Concentration
- Bonne position
- Précision
- Maîtrise de la force appliquée.

2. Ippon kumité (travail 2 par 2 fixes) :

Objectifs :

- Savoir attaquer et se défendre avec un partenaire.
- Montrer les techniques acquises pendant les entraînements.
- Bonne forme et vitesse

Exercices :

- Un des partenaires attaque en distance avec des techniques prédéfinies et annoncées.
- L'autre partenaire doit bloquer la technique et répliquer avec la technique de son choix.

Système de notation :

Une note sur 20 sera attribuée selon les critères suivants.

- Gestion de la distance
- Bonne forme
- Variété du travail.
- Respect du protocole.

3. Kata (enchaînement de techniques prédéfinies) :

Objectifs :

- Si l'enfant arrive à se repérer dans l'espace.
- La bonne forme des techniques
- La capacité de concentration

Exercices :

- Les katas sont en fonction des couleurs préparées.

Système de notation :

Une note sur 20 sera attribuée selon les critères suivants.

- Bonne forme
- Concentration
- Bonne position
- Chemin du kata (embusen)
- Tenue du corps.

4. Bunkai (mise en application des techniques du kata) :

Objectifs :

- Reconnaître et mettre 2 par 2 les techniques du kata.
- Bonne forme et vitesse

Exercices :

- Le jury demandera de mettre en application 3 parties des mouvements du kata

Système de notation :

Une note sur 20 sera attribuée selon les critères suivants.

- Bonne utilisation des techniques
- Bonne forme
- Interprétation de l'enchaînement.

5. Self Défense

Objectifs :

- Connaitre les bases de l'auto-défense.
- Savoir maîtriser ses gestes et la distance face au partenaire.
- Avoir la capacité de faire un enchaînement logique.

Exercices :

- Le jury demandera 2 attaques, parmi les 4 possible (coup de poing direct ; crochet ; attaque verticale ; coupe de pied face.)

Système de notation :

Une note sur 20 sera attribuée selon les critères suivants.

- Bonne utilisation des techniques
- Respect des 3 étapes (protection, déstabilisation, immobilisation)
- Interprétation de l'enchaînement.

6. Kunité (combat) :

Objectifs :

- Voir la capacité à se déplacer face à un partenaire.
- Travailler et s'exprimer en combat
- Bonne forme et vitesse
- Maîtrise de sa force.

Exercices :

- Échange libre

Système de notation :

Une note sur 20 sera attribuée selon les critères suivants.

- Gestion de la distance
- Bonne forme
- Déplacement.
- Organisation du travail.