

PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES EQUIVALENTS

1^{er} au 5^{ème} DAN

DU STYLE *KOBUDO D'OKINAWA

Partie technique

CSDGE du 24 Février 2011

Vous trouverez dans ce document uniquement la partie technique (Les épreuves du 1^{er} au 5^{ème} Dan) du programme du **style KOBUDO D'OKINAWA** ainsi qu'une annexe spécifique.

En ce qui concerne les règles communes à tous les candidats, vous pouvez consulter le règlement modifié en octobre 2010 de la CSDGE (Commission Spécialisée des Dan et Grades Equivalents) sur le site fédéral (Onglet grades).

TABLE DES MATIERES
Style KOBUDO D'OKINAWA

PREAMBULE	3
REGLES GENERALES	4
Article 401 – REGLES COMMUNES	4
Article 401-1 – Règles communes du 1 ^{er} au 3 ^{ème} DAN	4
Article 401-2 – Règles communes du 4 ^{ème} et 5 ^{ème} DAN.....	5
 PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES EQUIVALENTS DE KOBUDO D'OKINAWA	
Article 402 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 1 ^{er} DAN	6
Article 403 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 2 ^{ème} DAN	9
Article 404 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 3 ^{ème} DAN	12
Article 405 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 4 ^{ème} DAN	15
Article 406 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 5 ^{ème} DAN	18
Article 407 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6 ^{ème} DAN	21
 ANNEXES	
ANNEXE I –	23
ANNEXE II –	24
ANNEXE III –	27
ANNEXE IV –	30
ANNEXE V –	31
ANNEXE VI –	32

PREAMBULE

Les différents grades de Karaté et Disciplines Associées forment un ensemble dans la progression des connaissances en Karaté et Disciplines Associées. L'acquisition des valeurs morales, la progression technique et sportive sont l'aboutissement normal de l'enseignement du professeur et de l'entraînement. L'échelle des grades valide cette progression.

Nul ne peut participer à la délivrance des grades par l'intermédiaire de quelque organisme que ce soit autre que la commission spécialisée des Dan et grades équivalents et se prévaloir ou avoir accepté un grade qui n'aurait pas été délivré par la commission spécialisée des Dans et grades équivalents.

Conformément à l'article L. 212-5 du code du sport, dans les disciplines relevant des arts martiaux, nul ne peut se prévaloir d'un Dan ou d'un grade équivalent sanctionnant les qualités sportives et les connaissances techniques, et, le cas échéant, les performances en compétition s'il n'a pas été délivré par la commission spécialisée des Dans et grades équivalents de la fédération délégataire.

PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES EQUIVALENTS

Article 401 – REGLES GENERALES

Les candidats aux examens de grade doivent impérativement se présenter en Karaté-Gi ou Kobudo Gi (veste noire et pantalon blanc).

Le règlement et le contenu de l'examen sont identiques pour les hommes et les femmes.

Le jury doit tenir compte de l'âge du candidat dans l'évaluation de la prestation technique.

Le nombre d'années requis entre chaque grade est indiqué dans les articles 205 et 206 du présent règlement.

L'ensemble des examens se déroule sans public. Un seul enseignant par club, ayant un ou des candidat(s) inscrit(s), est admis.

Article 401-1 – Règles du 1^{er} au 3^{ème} DAN

La voie traditionnelle est composée de 6 épreuves, chacune notée sur 20.

Au premier passage, le candidat doit présenter toutes les UV.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale :

- Voie traditionnelle : sur 120 points, soit 60 sur 120 ;

Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à 10/20 restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées.

Le candidat est examiné pour les six épreuves par 1 jury composé de 3 juges.

Note éliminatoire

Si un candidat obtient une note éliminatoire inférieure ou égale à 5/20, l'examen n'est pas validé même si le candidat obtient plus que la moyenne. Dans ce cas, le candidat devra repasser l'épreuve pour laquelle il a eu une note éliminatoire, ainsi que les épreuves où il n'a pas obtenu la moyenne.

Article 401-2 – Règles du 4^{ème} et 5^{ème} DAN

Le passage du 4^{ème} et 5^{ème} Dan est composé de 4 épreuves.

Bien qu'indépendantes, ces épreuves forment un même examen, ce qui conduit aux situations suivantes :

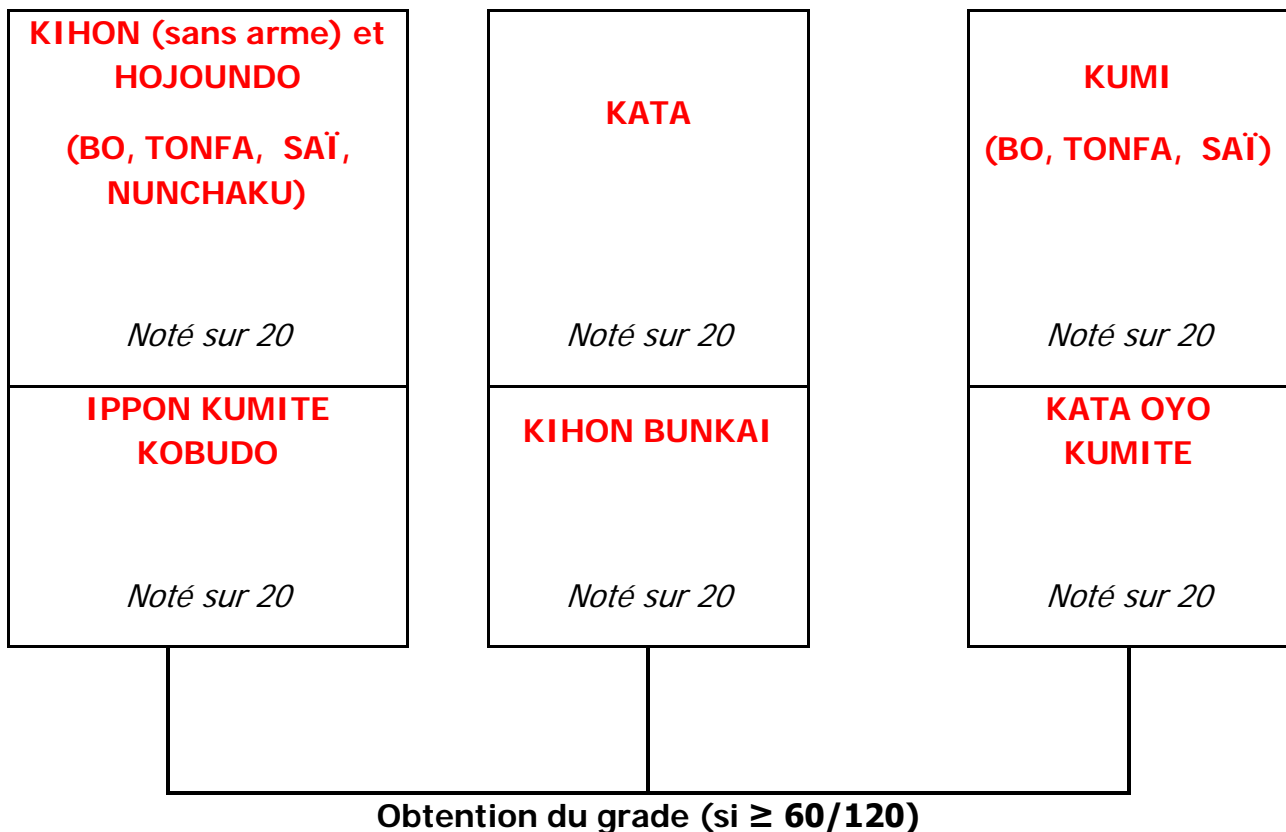
- au premier passage le candidat doit présenter toutes les épreuves.
- en cas d'échec total ou partiel, il doit présenter l'ensemble des épreuves qui lui manquent.

Le candidat est examiné pour les quatre épreuves par 1 jury composé de 3 juges.

***Pour le 6^{ème} Dan**, l'examen est constitué de 4 épreuves (soutenance de mémoire, kata, kihon, kumité). Pour obtenir le 6^{ème} Dan, il faut obtenir la note minimale requise dans chacune des 4 U.V.

Article 402 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 1^{er} DAN

Organigramme du passage de grade KOBUDO 1er DAN



L'examen du 1^{er} Dan est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.

Les épreuves sont :

- 1/ Kihon Hojoundo
- 2/ Ippon Kumité KOBUDO
- 3/ Kata
- 4/ Kihon Bunkai
- 5/ Kumi Bô, Kumi Tonfa, Kumi Sai
- 6/ Kata Oyo Kumite

Le candidat est examiné pour les six épreuves par 1 jury composé de 3 juges.

1/ Kihon Hojoundo

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois à l'épreuve du Kihon.

Le Kihon est composé de 3 parties sous une seule même note :

Partie 1 – Les candidats sont évalués sur des techniques simples de KARATE (Techniques de poings ou de pieds en avançant ou en reculant)

Partie 2 – Les candidats sont évalués sur des techniques simples d'utilisation d'armes (Techniques de BO, SAÏ, TONFA et NUNCHAKU)

Partie 3 – Le candidat est interrogé sur un enchaînement de quatre techniques au maximum sur place avec ou sans sursaut à droite puis à gauche et le candidat est interrogé sur un enchaînement de quatre techniques au maximum multi directionnel à droite puis à gauche.

2/ Ippon Kumité Kobudo

Il est composé de 5 attaques avec armes (BO, TONFA, SAÏ) :

Le choix des armes sera déterminé par les juges ou tiré au sort. Les candidats inverseront les rôles lorsque Tori aura réalisé toutes ses attaques.

Les candidats se saluent en MUSUBI DACHI et se présentent face à face en KAMAZE en avançant chacun le pied droit. Ce test s'effectuera sur 2 pas, avec un même niveau d'attaque (Au choix JODAN/CHUDAN/GEDAN).

TORI dispose de 5 attaques à effectuer sur le même axe (en avançant d'un pas à chaque fois) (JODAN SHOMEN UCHI/JODAN NANAME UCHI/YOKO CHUDAN UCHI/GEDAN UCHI (Hanches)/GEDAN UCHI (Genoux)/Pique JODAN ou CHUDAN

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche.

UKE recule d'un pas sur l'attaque puis bloque et contre attaque avant de revenir en garde.

L'exercice est effectué d'abord lentement et ensuite à vitesse réelle.

3/ Kata

Pour l'épreuve Kata, le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser un Kata libre. Il peut le choisir dans la liste des Katas de 1^{er} Dan de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 1^{er} Dan qui relèvent de tout autre style. Il doit enfin réaliser un kata imposé. Ce Kata est tiré au sort parmi la liste des Katas de 1^{er} Dan du style annoncé lors de son inscription.

4/ Kihon Bunkai

Le candidat est évalué avec un partenaire sur les différentes techniques ou séquences issues des kata de sa liste. Les techniques ou séquences seront déterminées par les membres du Jury formant la table d'examen.

Tori et Uke utilisent la même arme

5/ Kumi (Bô, Tonfa, Sai)

*Le choix des armes sera déterminé par les juges ou tiré au sort.

Les candidats se saluent en MUSUBI DACHI et se présentent face à face en KAMAZE en avançant chacun le pied droit.

Ce test s'effectuera sur 2 pas, avec un même niveau d'attaque (Au choix JODAN/CHUDAN/GEDAN).

TORI dispose de : 5 attaques à effectuer sur le même axe (JODAN SHOMEN UCHI/JODAN NANAME UCHI/YOKO CHUDAN UCHI/GEDAN UCHI (Hanches)/GEDAN UCHI (Genoux)/Pique JODAN ou CHUDAN

UKE : Recule d'un pas sur la première attaque puis bloque, recule d'un pas sur la seconde attaque puis bloque à nouveau et contre attaque.

L'exercice est effectué d'abord lentement et ensuite à vitesse réelle.

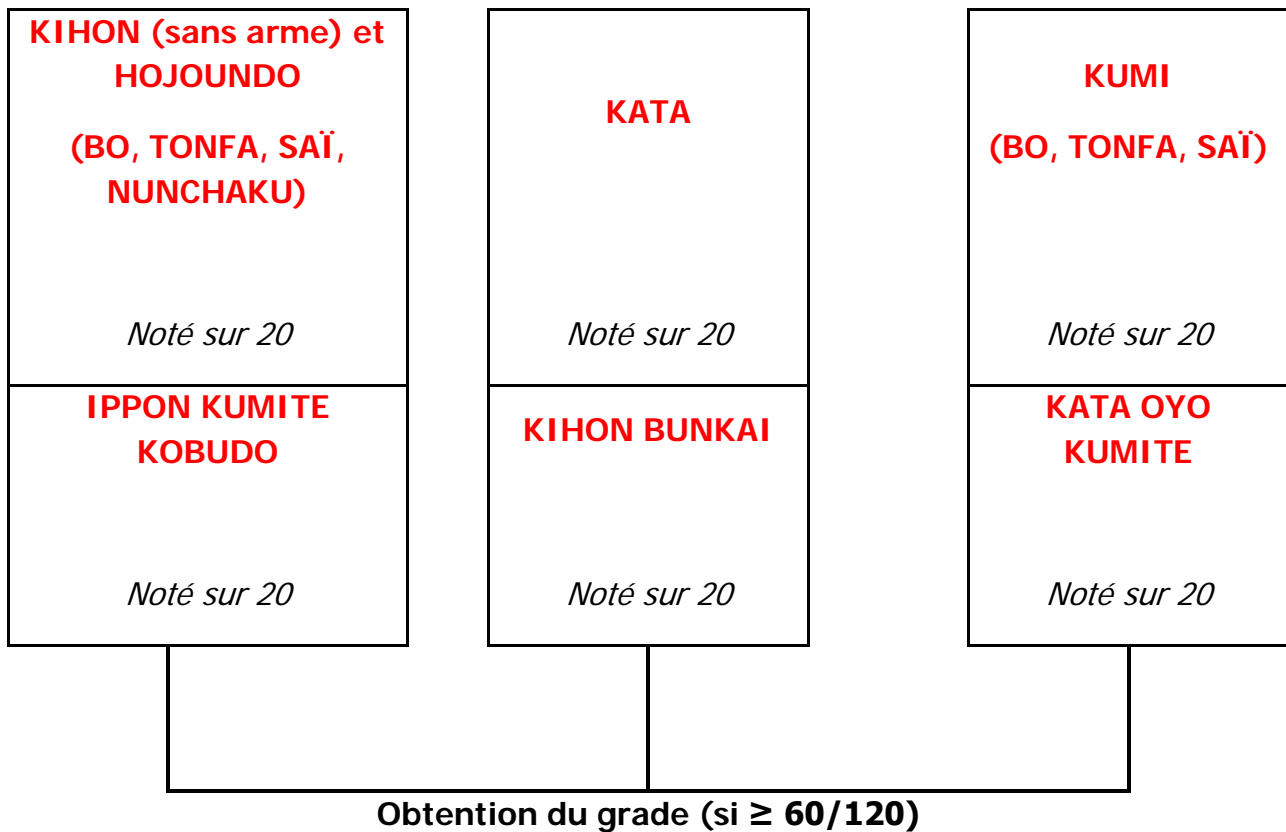
6/ Kata Oyo Kumité

Il est demandé une interprétation libre des techniques ou enchaînements du Kata.

Le candidat choisira une interprétation libre sur un des kata avec armes (sauf Nunchaku) de la liste du grade de 1^{er} Dan. Tori et Uke doivent utiliser la même arme.

Article 403 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 2^{ème} DAN

Organigramme du passage de grade KOBUDO 2^{ème} DAN



L'examen du 2^{ème} Dan est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.

Les épreuves sont :

- 1/ Kihon Hojoundo
- 2/ Ippon Kumité KOBUDO
- 3/ Kata
- 4/ Kihon Bunkai
- 5/ Kumi Bô, Kumi Tonfa, Kumi Sai
- 6/ Kata Oyo Kumite

Le candidat est examiné pour les six épreuves par 1 jury composé de 3 juges.

1/ Kihon Hojoundo

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois à l'épreuve du Kihon.

Le Kihon est composé de 3 parties sous une seule même note :

Partie 1 – les candidats sont évalués sur des techniques simples de karaté (techniques de poings et de pieds sur 3 pas en avançant ou en reculant)

Partie 2 – les candidats sont évalués sur des techniques simples d'armes de KOBUDO (BO de SAÏ de TONFA et NUNCHAKU).

Partie 3 – Cette épreuve est composée d'un enchaînement de trois techniques

Le candidat est interrogé sur un enchaînement de quatre techniques au maximum sur place avec ou sans sursaut à droit puis à gauche.

Le candidat est interrogé sur un enchaînement de quatre techniques au maximum multi directionnel (à droite puis à gauche).

2/ Ippon Kumité Kobudo

Il est composé de cinq attaques (armes:BO/SAÏ/TONFA)

- SHOMEN UCHI
- NANAME UCHI
- CHUDAN UCHI
- GEDAN UCHI
- TSUKI

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche

Les candidats inverseront les rôles lorsque Tori aura réalisé toutes ses attaques.

3/ Kata

Pour l'épreuve Kata, le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser un Kata libre. Il peut le choisir dans la liste des Katas de 2^{ème} Dan de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 2^{ème} Dan qui relèvent de tout autre style Il doit enfin réaliser un kata imposé. Ce Kata est tiré au sort parmi la liste des Katas de 2^{ème} Dan du style annoncé lors de son inscription.

4/ Kihon Bunkai

Le candidat est évalué avec un partenaire sur les différentes techniques ou séquences issues des kata de sa liste. Les techniques ou séquence seront déterminées par les membres du Jury formant la table d'examen.

Tori et Uke utilisent la même arme

5/ Kumi (Bô, Tonfa, Sai)

*Le choix des armes sera déterminé par les juges ou tiré au sort.

Les candidats se saluent en MUSUBI DACHI et se présentent face à face en KAMAZE en avançant chacun le pied droit.

Ce test s'effectuera sur 2 pas, avec un même niveau d'attaque (Au choix JODAN/CHUDAN/GEDAN).

TORI dispose de :

5 attaques à effectuer sur le même axe (JODAN SHOMEN UCHI/JODAN NANAME UCHI/YOKO CHUDAN UCHI/GEDAN UCHI (Hanches)/GEDAN UCHI (Genoux)/Pique JODAN ou CHUDAN

UKE :

Reculer d'un pas sur la première attaque puis bloquer, reculer d'un pas sur la seconde attaque puis bloquer à nouveau et contre-attaquer.

L'exercice est effectué d'abord lentement et ensuite à vitesse réelle.

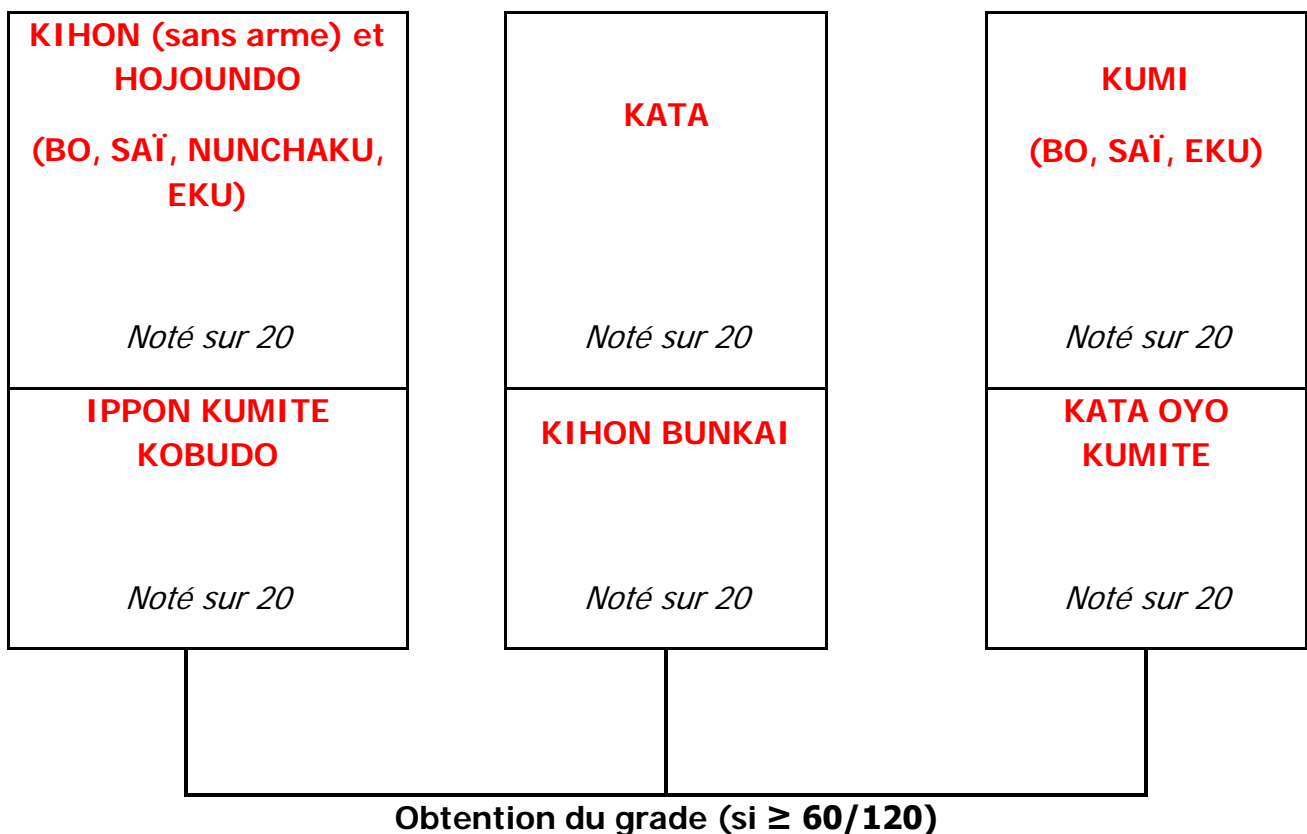
6/ Kata Oyo Kumité

Il est demandé une interprétation libre des techniques ou enchaînements du Kata.

Le candidat choisira une interprétation libre sur un des kata avec armes (sauf Nunchaku) de la liste du grade du 2^{ème} Dan Tori et Uke doivent utiliser la même arme

Article 404 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 3^{ème} DAN

Organigramme du passage de grade KOBUDO 3^{ème} DAN



L'examen du 3^{ème} Dan est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.

Les épreuves sont :

- 1/ Kihon Hojoundo (Bô, Saï, Nunchaku, Eku)
- 2/ Ippon Kumité KOBUDO
- 3/ Kata
- 4/ Kihon Bunkai
- 5/ Kumi Bô, Kumi Saï, Kumi Eku
- 6/ Kata Oyo Kumite

Le candidat est examiné pour les six épreuves par 1 jury composé de 3 juges.

1/ Kihon Hojoundo

Le Kihon est composé de 3 parties sous une seule même note :

Partie 1 – les candidats sont évalués sur des techniques simples de karate (techniques de poings et de pieds sur 3 pas en avançant ou en reculant)

Partie 2 – les candidats sont évalués sur des techniques simples d'armes de KOBUDO (BO, SAÏ, TONFA et NUNCHAKU)

Partie 3 – Cette épreuve est composée d'un enchaînement de quatre techniques au maximum

Le candidat est interrogé sur un enchaînement de quatre techniques au maximum sur place avec ou sans sursaut à droit puis à gauche.

Le candidat est interrogé sur un enchaînement de quatre techniques au maximum multi directionnel (à droite puis à gauche).

2/ Ippon Kumité Kobudo

Il est composé de cinq attaques (armes:BO/SAÏ/TONFA)

- SHOMEN UCHI
- NANAME UCHI
- CHUDAN UCHI
- GEDAN UCHI
- TSUKI

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche

Les candidats inverseront les rôles lorsque Tori aura réalisé toutes ses attaques.

3/ Kata

Pour l'épreuve Kata, le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser un Kata libre. Il peut le choisir dans la liste des Katas de 3^{ème} Dan de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 3^{ème} Dan qui relèvent de tout

autre style Il doit enfin réaliser un kata imposé. Ce Kata est tiré au sort parmi la liste des Katas de 3^{ème} Dan du style annoncé lors de son inscription.

4/ Kihon Bunkai

Le candidat est évalué avec un partenaire sur les différentes techniques ou séquences issues des kata de sa liste. Les techniques ou séquence seront déterminées par les membres du Jury formant la table d'examen.

Tori et Uke utilisent la même arme.

5/ Kumi (Bô, Sai, Eku)

*Le choix des armes sera déterminé par les juges ou tiré au sort.

Les candidats se saluent en MUSUBI DACHI et se présentent face à face en KAMAZE en avançant chacun le pied droit.

Ce test s'effectuera sur 2 pas, avec un même niveau d'attaque (Au choix JODAN/CHUDAN/GEDAN).

TORI dispose de :

5 attaques à effectuer sur le même axe (JODAN SHOMEN UCHI/JODAN NANAME UCHI/YOKO CHUDAN UCHI/GEDAN UCHI (Hanches)/GEDAN UCHI (Genoux)/Pique JODAN ou CHUDAN

UKE :

Reculé d'un pas sur la première attaque puis bloque, reculé d'un pas sur la seconde attaque puis bloque à nouveau et contre attaque.

L'exercice est effectué d'abord lentement et ensuite à vitesse réelle.

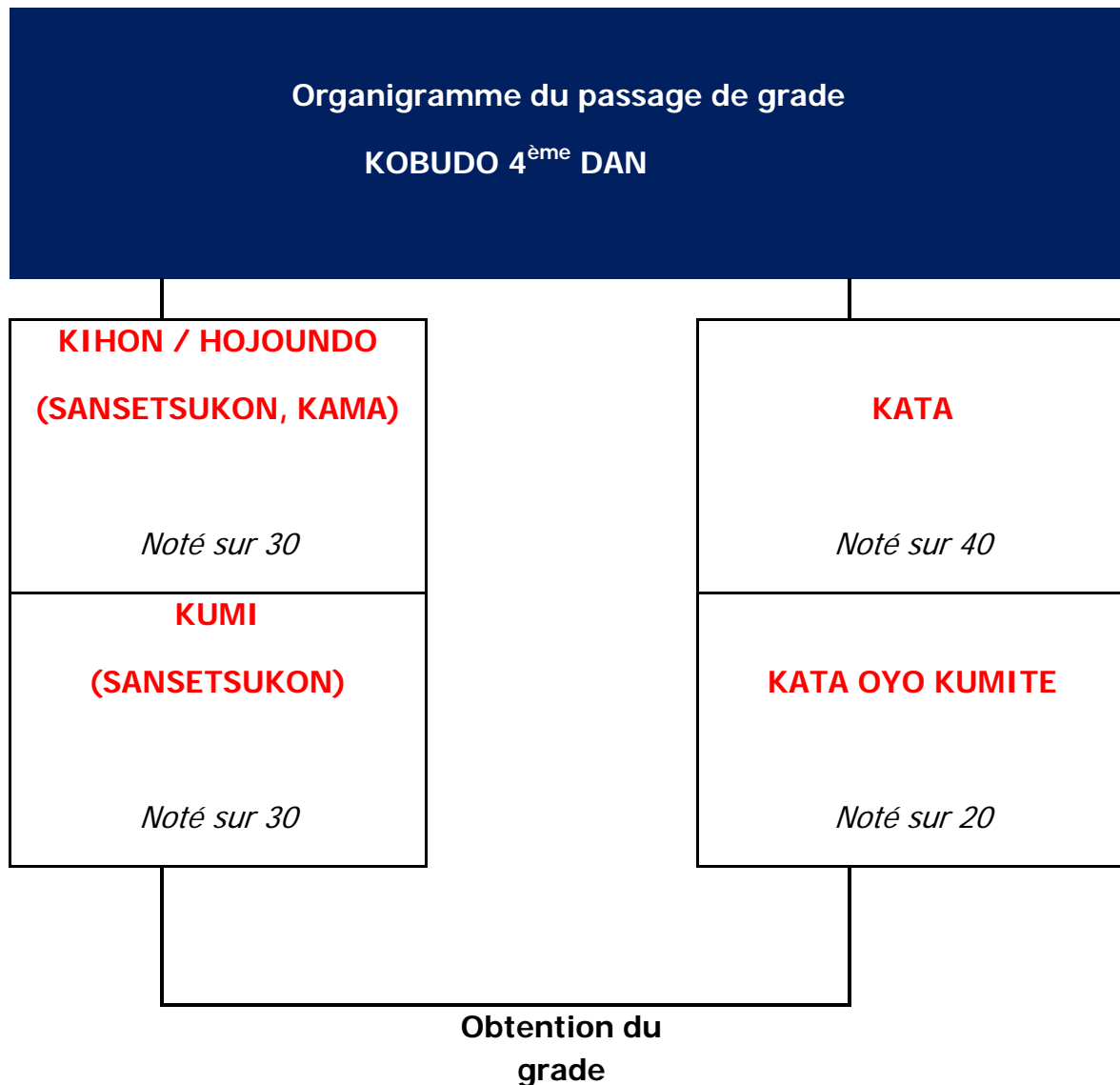
6/ Kata Oyo Kumité

Il est demandé une interprétation libre des techniques ou enchainements du KATA.

Le candidat choisira une interprétation libre sur un des kata avec armes de la liste du grade du 3^{ème} Dan.

Tori et Uke peuvent utiliser la même arme ou des armes différentes parmi la liste prévue au choix des candidats.

Article 405 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 4^{ème} DAN



L'examen pour l'obtention du 4^{ème} Dan est constitué de 4 épreuves : le kihon Hojoundo, le kumité (Sanstsukon), le kata et le Kata Oyo Kumite. Le candidat doit obtenir la note minimale requise dans chacune des quatre épreuves pour obtenir son grade.

Le candidat est examiné pour les 4 épreuves par 1 jury composé de 3 juges.

Epreuve 1 : Kihon Hojoundo (Sansetsukon, Kama)

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois à l'épreuve du Kihon Hojoundo.

Le Kihon est composé de 2 parties sous une seule même note :

1/ Techniques de poings ou de pieds en se déplaçant

2/ Hojoundo n°1 et n°2 (SANSETSU KON ou KAMA au choix du jury)

Ce test est noté sur 30.

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 15/30.

Le nombre et la diversité des techniques sont laissés à l'appréciation du Jury.

Le candidat doit démontrer qu'il maîtrise parfaitement l'ensemble des techniques, aussi bien dans leur forme de base que dans leurs autres adaptations. Il doit en outre être capable d'expliquer quelques techniques de base et de les appliquer en self- défense.

Epreuve 2 : Kumité KUMI SANTSETSU KON

Ce test en «Kumi Santsetsukon» est noté sur 30 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 15/30.

Le nombre d'attaques est fixé à 5 (au choix à droite ou à gauche).

Tori doit chercher à attaquer au moment opportun. Il doit effectuer un travail de recherche de distance afin de placer efficacement sa technique.

Pour Uke, la perception de l'attaque doit être particulièrement sensible et la contre-attaque judicieusement utilisée, avec des opportunités en Sen no Sen ou Go no Sen.

La notation prendra en compte le travail de Uke et celui de Tori, les candidats assurant tour à tour les deux rôles.

*Le choix des armes sera déterminé par les juges ou tiré au sort.

Les candidats se saluent en MUSUBI DACHI et se présentent face à face en KAMAZE en avançant chacun le pied droit.

Ce test s'effectuera sur 2 pas, avec un même niveau d'attaque (Au choix JODAN/CHUDAN/GEDAN).

TORI dispose de :

5 attaques à effectuer sur le même axe (JODAN SHOMEN UCHI/JODAN NANAME UCHI/YOKO CHUDAN UCHI/GEDAN UCHI (Hanches)/GEDAN UCHI (Genoux)/Pique JODAN ou CHUDAN

UKE :

Reculer d'un pas sur la première attaque puis bloquer, reculer d'un pas sur la seconde attaque puis bloquer à nouveau et contre-attaquer.

L'exercice est effectué d'abord lentement et ensuite à vitesse réelle.

Epreuve 3 : Kata

Ce test est noté sur 40 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 20/40.

Cette épreuve se compose de 2 notes distinctes:

Le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser un Kata libre noté sur 20. Il peut le choisir dans la liste des Katas de 4^{ème} Dan, qui relèvent de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 4^{ème} Dan qui relèvent de tout autre style.

Il doit enfin réaliser un Kata imposé, noté sur 20. Ce Kata est tiré au sort parmi la liste des Katas de 4^{ème} Dan du style annoncé lors de son inscription.

Epreuve 4 : Kata Oyo Kumite

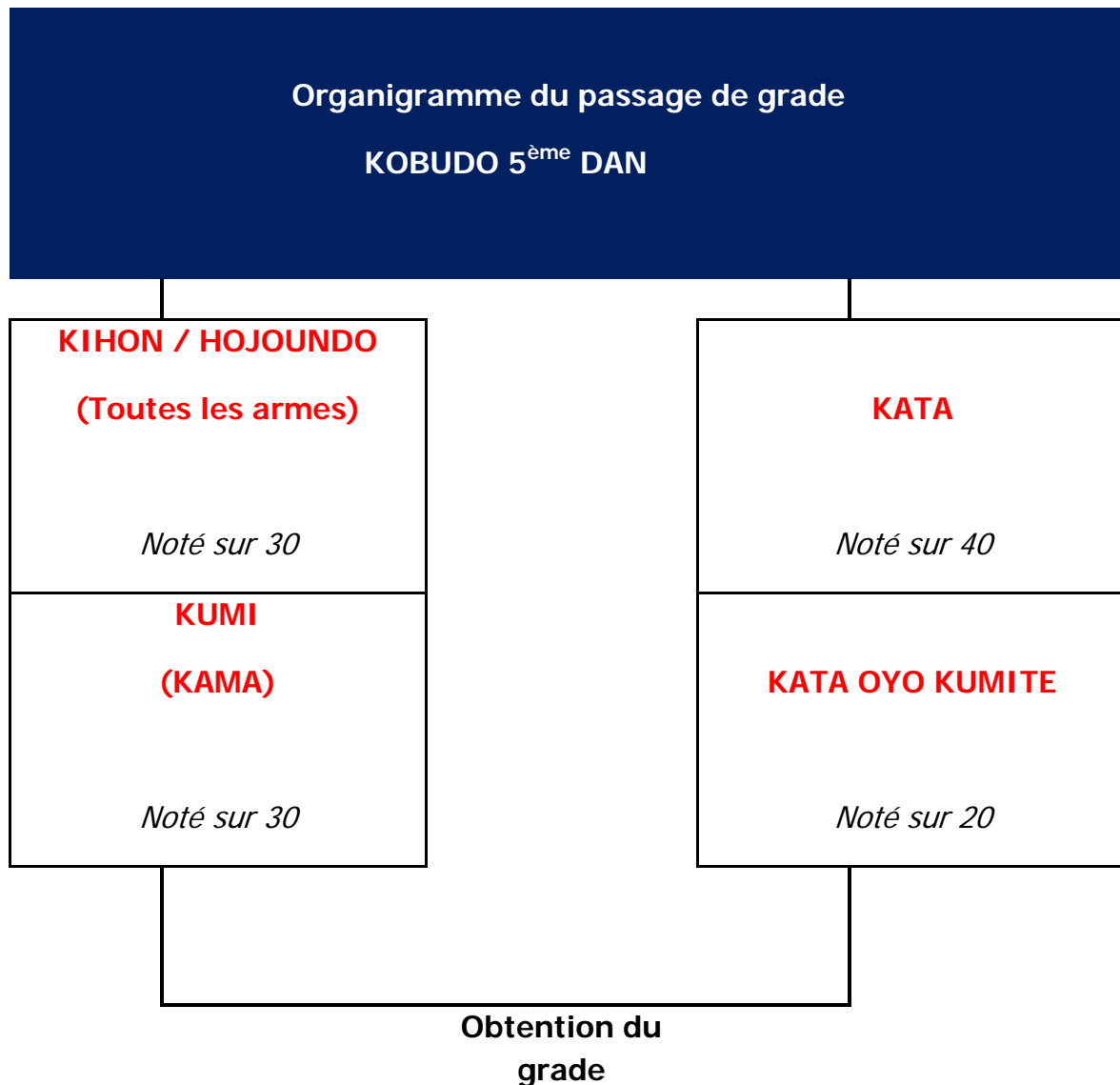
Le candidat doit réaliser un Kata Oyo Kumite noté sur 20 points

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20

Le candidat choisira une interprétation libre sur un des kata avec armes de la liste du grade du 4^{ème} Dan. Tori et Uke peuvent utiliser la même arme ou des armes différentes parmi la liste prévue au choix des candidats

Le candidat est interrogé avec un partenaire sur les techniques et séquences des Kata de sa liste. Le candidat doit pouvoir démontrer plusieurs applications. Les techniques et séquences seront déterminées par les membres du jury composant la table d'examen.

Article 406 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 5^{ème} DAN



L'examen pour l'obtention du 5^{ème} Dan est constitué de 4 épreuves : le kihon hojoundo, le kumité (Kumi Kama), le kata et le Kata Oyo Kumite. Le candidat doit obtenir la note minimale requise dans chacune des quatre épreuves pour obtenir son grade.

Le candidat est examiné pour les six 4 épreuves par 1 jury composé de 3 juges.

Epreuve 1 : Kihon Hojoundo (Toutes les armes)

Ce test est noté sur 30. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 15/30.

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois à l'épreuve du Kihon Hojoundo.

Le Kihon est composé de 2 parties sous une seule même note :

1/ Techniques de poings ou de pieds en se déplaçant

2/ Hojoundo : Le jury demandera 2 Hojoundo (enchaînements) différents avec 2 armes différentes.

Le nombre et la diversité des techniques sont laissés à l'appréciation du Jury.

Le candidat doit démontrer qu'il maîtrise parfaitement l'ensemble des techniques, aussi bien dans leur forme de base que dans leurs autres adaptations. Il doit en outre être capable d'expliquer quelques techniques de base et de les appliquer en self- défense.

Epreuve 2 : Kunité (Kama en bois)

Ce test en «Kunité (Kumi Kama)» est noté sur 30 points. Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 15/30.

Le nombre d'attaques est fixé à 5 (au choix à droite ou à gauche).

Tori doit chercher à attaquer au moment opportun. Il doit effectuer un travail de recherche de distance afin de placer efficacement sa technique.

Pour Uke, la perception de l'attaque doit être particulièrement sensible et la contre-attaque judicieusement utilisée, avec des opportunités en Sen no Sen ou Go no Sen.

La notation prendra en compte le travail de Uke et celui de Tori, les candidats assurant tour à tour les deux rôles.

*Le choix des armes sera déterminé par les juges ou tiré au sort.

Les candidats se saluent en MUSUBI DACHI et se présentent face à face en KAMAZE en avançant chacun le pied droit.

Ce test s'effectuera sur 2 pas, avec un même niveau d'attaque (Au choix JODAN/CHUDAN/GEDAN).

TORI dispose de :

5 attaques à effectuer sur le même axe (JODAN SHOMEN UCHI/JODAN NANAME UCHI/YOKO CHUDAN UCHI/GEDAN UCHI (Hanches)/GEDAN UCHI (Genoux)/Pique JODAN ou CHUDAN

UKE :

Reculer d'un pas sur la première attaque puis bloquer, reculer d'un pas sur la seconde attaque puis bloquer à nouveau et contre-attaquer.

L'exercice est effectué d'abord lentement et ensuite à vitesse réelle.

Epreuve 3 : Kata

Ce test est noté sur 40 points. Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 20/40. Cette épreuve se compose de 2 notes distinctes:

Le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser un Kata libre noté sur 20. Il peut le choisir dans la liste des Katas de 5^{ème} Dan, qui relèvent de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 5^{ème} Dan qui relèvent de tout autre style.

Il doit enfin réaliser un Kata imposé, noté sur 20. Ce Kata est tiré au sort parmi la liste des Katas de 5^{ème} Dan du style annoncé lors de son inscription.

Epreuve 4 : Kata Oyo Kumite

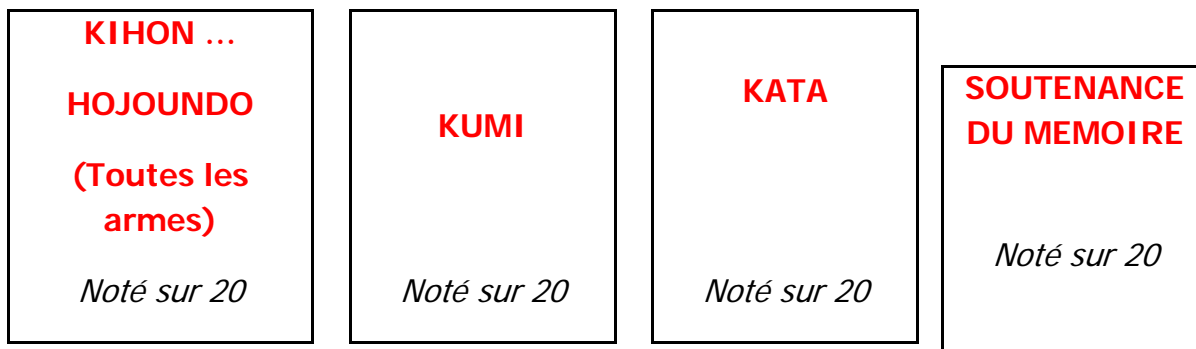
Le candidat doit réaliser un Kata Oyo Kumite noté sur 20 points. Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20

Le candidat choisira une interprétation libre sur un des kata avec armes de la liste du grade du 5^{ème} Dan. Tori et Uke peuvent utiliser la même arme ou des armes différentes parmi la liste prévue au choix des candidats

Le candidat est interrogé avec un partenaire sur les techniques et séquences des Kata de sa liste. Le candidat doit pouvoir démontrer plusieurs applications. Les techniques et séquences seront déterminées par les membres du jury composant la table d'examen.

Article 407 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6^{ème} DAN

Organigramme du passage de grade 6^{ème} DAN



L'examen comporte la soutenance d'un mémoire ainsi que 3 parties basées sur la connaissance technique du KOBUDO. Pour réussir son examen, le candidat doit obtenir la note minimale de 10 sur 20 dans chacune des épreuves.

Le candidat ne pourra se présenter plus d'une fois par saison sportive à cet examen.

Article 407-1 - Soutenance du mémoire

Le mémoire est noté sur 20.

Le candidat soutiendra son mémoire devant le jury avant de réaliser sa prestation technique. La durée de la soutenance de mémoire ne peut excéder 20 minutes. La soutenance pourra éventuellement être effectuée en présence du directeur de mémoire.

A l'issue de la soutenance du mémoire, les membres du jury interrogent le candidat sur le contenu de son exposé.

Article 407-2 - Test Technique

A. **KIHON HOJOUNDO (Toutes les armes)**

Ce test est noté sur 20 points.

Exécution, explication et justification d'une prestation personnelle (durée : 10 mn maximum) sur un thème au choix du candidat se rapportant à la technique du Karaté.

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix.

B. **KUMITE**

Ce test est noté sur 20 points.

Exécution, explication et justification d'une prestation personnelle basée sur les formes d'assauts conventionnelles (durée maximum 10mn).

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dan minimum.

C. **KATA**

Ce test est noté sur 20 points.

Le candidat doit présenter deux Kata. Ces katas sont choisis dans la liste officielle des katas fixée en annexe du présent règlement.

Il doit expliquer et démontrer les différentes techniques ou séquences de ces Kata (Bunkai) avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dan minimum.

Remarques : Les prestations techniques sont suivies d'un entretien avec le jury au cours duquel le candidat doit justifier et expliquer sa prestation sous l'aspect technique et pédagogique.

ANNEXES

ANNEXE I – KIHON : LA TECHNIQUE DE BASE

Le candidat est interrogé sur tout le programme technique de sa discipline. En karaté, les techniques demandées sont choisies parmi celles de la progression officielle. Le jury emploiera la terminologie officielle énoncée en japonais et traduite en français (indépendante des différentes spécificités terminologiques des styles). Le jury peut interroger les candidats sur quelques spécificités techniques de leur style.

Le Kihon comporte :

- Des coups de poing, des coups de pied, des blocages et différentes techniques de percussion des membres supérieurs et inférieurs,
- Différentes positions de base,
- Différentes formes de déplacement,
- Différentes techniques de défense,
- Quelques enchaînements simples.

Remarque : Les enchaînements ne doivent pas comporter plus de 3 techniques.

Les candidats sont évalués d'après les critères suivants :

- Puissance et vitesse d'exécution,
- Aisance des déplacements,
- Équilibre et stabilité,
- Bonne attitude corporelle,
- Détermination.

ANNEXE II – PROGRAMME TECHNIQUE OFFICIEL

Les démonstrations techniques du Kihon sont choisies parmi le programme technique suivant :

POSITIONS : DACHI	
HEISOKU DACHI	Debout les pieds l'un contre l'autre
MUSUBI DACHI	Debout, talons joints, pointe des pieds écartés
REINOJI DACHI	Debout un pied devant l'autre formant un L
TEĪJI DACHI	Debout un pied devant l'autre formant un T
HEIKO DACHI	Debout pieds écartés et parallèles
HACHIJI DACHI	Debout pieds pointés vers l'extérieur écartés de la largeur des hanches
ZENKUTSU DACHI	Fente avant : jambe avant fléchie, jambe arrière tendue
KOKUTSU DACHI ou HANMI NO NEKO ASHI DACHI	Fente arrière 70% du poids du corps sur la jambe arrière
SHIKO DACHI	Position du sumotori
FUDO DACHI	Position équilibrée de combat (entre Zenkutsu et Kokutsu)
NEKO ASHI DACHI	Position du chat
KOSA DACHI ou KAKE DACHI	Position pieds croisés
MOTO DACHI	Position fondamentale (petit Zenkutsu)
TSURU ASHI DACHI ou SAGI ASHI DACHI	Debout sur une jambe

DEPLACEMENTS : UNSOKU	
AYUMI ASCHI ou DE ASCHI	Avancer d'un pas
HIKI ASHI	Reculer d'un pas
YORI ASHI	Pas glissé
TSUGI ASHI	Pas chassé
OKURI ASHI	Double pas
MAWARI ASHI	Déplacement tournant autour du pied avant
USHIRO MAWARI ASHI	Déplacement tournant autour du pied arrière

TECHNIQUES DE DEFENSE : UKE WAZA	
GEDAN BARAI	Défense basse par un mouvement de balayage avec le bras
JODAN AGE UKE	Défense haute par un mouvement remontant avec le bras
SOTO UDE UKE	Défense avec le bras dans un mouvement de l'extérieur vers l'intérieur
UCHI UDE UKE	Défense avec le bras dans un mouvement de l'intérieur vers l'extérieur

ATTAQUES DIRECTES DE POING : TSUKI WAZA	
CHOKU ZUKI	Coup de poing fondamental
GYAKU ZUKI	Coup de poing avec le bras inverse à la jambe avant
OÏ ZUKI ou JUN ZUKI	Coup de poing en poursuite avec un pas
MAETE ZUKI	Coup de poing avec le poing avant

TECHNIQUES DE PERCUSSION : UCHI WAZA	
SHUTO UCHI	Attaque circulaire avec le tranchant de la main
HAÏTO UCHI	Attaque avec le tranchant interne de la main (Côté pouce)
TEISHO UCHI	Attaque avec la paume

ATTAQUES DE PIEDS : KERI WAZA	
MAE GERI	Coup de pied de face
MAWASHI GERI	Coup de pied circulaire (fouetté)
YOKO KEKOMI	Coup de pied latéral défonçant (Chassé)

ANNEXE III - KATA : FORME FONDAMENTALE OU CONVENTIONNELLE

Le mot Kata, traduit littéralement, signifie forme. En Kobudo, on le traduit par forme fondamentale ou conventionnelle.

Il est primordial de ne jamais oublier qu'un Kata n'est pas un simple exercice de style. Il représente un combat dans ce qu'il y a de plus pur et de plus extrême et, à ce titre, il possède, comme ce dernier, un rythme propre. Ce n'est ni une course de vitesse ni un travail en lenteur. L'expression "vivre son Kata" traduit mieux que toute autre cette capacité que doit posséder le pratiquant, de contrôler tous les paramètres de son exécution, de telle sorte que le jury ressente cette impression de combat au travers de la démonstration qui lui est faite.

Tout comme en Kihon, la "beauté" n'est pas un critère essentiel, mais l'efficacité est incontournable.

✓ CRITERES DE NOTATION DU KATA

- La présentation

La tenue et le comportement du candidat doivent être impeccables : Kimono propre, ceinture correctement nouée, comportement et attitude générale irréprochable.

- Le cérémonial et l'étiquette

Le cérémonial (salut, prise de position, présentation) doit être scrupuleusement respecté. Le Kata est annoncé à haute voix, il commence et se termine par le salut.

- La concentration

Dans sa démonstration, le candidat doit dégager une impression d'unité corps/esprit.

- L'équilibre et la stabilité

Les positions doivent être bien marquées. La position du bassin, de la colonne vertébrale, de la nuque et des épaules bien contrôlée. La maîtrise des déplacements est essentielle et toute perte d'équilibre, glissade ou chute doit être sanctionnée.

- Le rythme et le tempo

Les techniques enchaînées, les mouvements lents (s'ils existent dans le Kata présenté), les temps morts doivent être placés de manière judicieuse tandis que les Kiaï devront être placés selon les normes communément acceptées.

- La puissance

Les techniques doivent dégager une impression d'efficacité.

- Le regard

Le regard doit être empreint de toute la détermination du candidat. Il doit suivre la direction dans laquelle les techniques ou enchaînements sont utilisés.

- La respiration et le Kiaï

La respiration est le support de l'énergie, elle conditionne les moments de force et de faiblesse de notre organisme.

Elle doit être correctement synchronisée avec les techniques.

- Le respect des techniques et du diagramme original du Kata

Le Kata est exécuté dans sa forme originale, c'est-à-dire en respectant les positions, les techniques et les directions préconisées par le style ou l'école auquel se réfère le candidat.

Pour le premier et le deuxième Dan de kobudo, les candidats doivent se référer aux Kata officiels retenus au sein du présent règlement. Pour les autres grades, seules les variations très minimales sont tolérées, le jury se réservant le droit d'interroger le candidat sur l'origine de la variante. Les autres interprétations seront considérées comme des erreurs.

En kobudo, pour l'ensemble des grades, seules des variantes très minimales des katas de style ou d'école sont tolérées. Le jury se réservera le droit d'interroger le candidat sur l'origine de la variante. Les autres interprétations seront considérées comme des erreurs.

✓ CRITERES DE NOTATION DES KIHON BUNKAI (Application des techniques ou séquences du Kata).

La connaissance des Kata impose leur parfaite maîtrise technique et la connaissance des applications sur un adversaire des techniques ou séquences de combat contenues dans le Kata (Bunkai).

Le candidat est évalué avec un partenaire sur les différentes techniques ou séquences issues des kata de sa liste. Les techniques ou séquence seront déterminées par les membres du Jury formant la table d'examen.

Le candidat doit parfaitement connaître les explications techniques et les applications se rattachant aux différents Kata de la liste correspondante au Dan présenté. A partir de l'examen de 3ème Dan et au-dessus, un manque à ce niveau sera considéré comme une erreur grave.

ANNEXE IV - PROGRAMME KATA

	BÔ	SAÏ	TONFA	NUNCHAKU	EKUDI	SANSETSUK ON	KAMA NUTI	NUNTI BÔ	TIMBE	KUWA
1^{er} Dan	SHUSHINOKON CHOUNOKON	MATAYOSHI NO SAÏ DAI ICHI	MATAYOSHI NO TONFA DAÏ ICHI	MATAYOSHI NO NUNCHAKU DAÏ ICHI						
2^{ème} Dan	CHOUNOKON SAKUWA NO KON	MATAYOSHI NO SAÏ DAI NI	MATAYOSHI NO TONFA DAÏ NI	MATAYOSHI NO NUNCHAKU DAÏ NI						
3^{ème} Dan	CHOUNOKON SAKUWA NO KON CHIKIN BÔ	CHINBARU NO SAÏ			CHIKIN AKACHU NO EKUDI					
4^{ème} Dan	CHOUNOKON SAKUWA NO KON CHIKIN BÔ SHISHI NO KON					HAKUHO	KAMA NUTI	NUNTI NO KATA		
5^{ème} Dan	Liste complète du 1 ^{er} au 4 ^{ème} Dan pour le BÔ								TIMBE NO KATA	KUWA NO KATA

ANNEXE V - PROGRAMME IMPOSE

HOJOUNDO (Par Dan et par armes)

	BÔ	TONFA	SAÏ	NUNCHAKU	EKU	SANSETSU KON	KAMA
1^{er} Dan	H1	H1	H1	H1			
2^{ème} Dan	H2	H2	H2	H2			
3^{ème} Dan	H3		H3	H3	H1		
4^{ème} Dan						H1/H2	H1/H2
5^{ème} Dan			Révision générale				

*Le choix des armes et des séries sera déterminé par les juges en fonction des grades et les déplacements s'effectueront sur 3 pas.

ANNEXE VI - KUMITE

(Par Dan et par armes)

	KUMI BÔ	KUMI TONFA	KUMI SAÏ	KUMI EKU	KUMI SANSETSUKON	KUMI KAMA
1^{er} Dan	K1	K1	K1			
2^{ème} Dan	K2	K2	K2			
3^{ème} Dan	K3		K3	K1		
4^{ème} Dan				K1	K1	
5^{ème} Dan						K1/K2