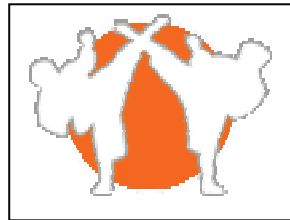




**UNSS**  
UNION NATIONALE  
DU SPORT SCOLAIRE

# CHARTRE DU PRATIQUANT

LE COMBAT J'AIME ...



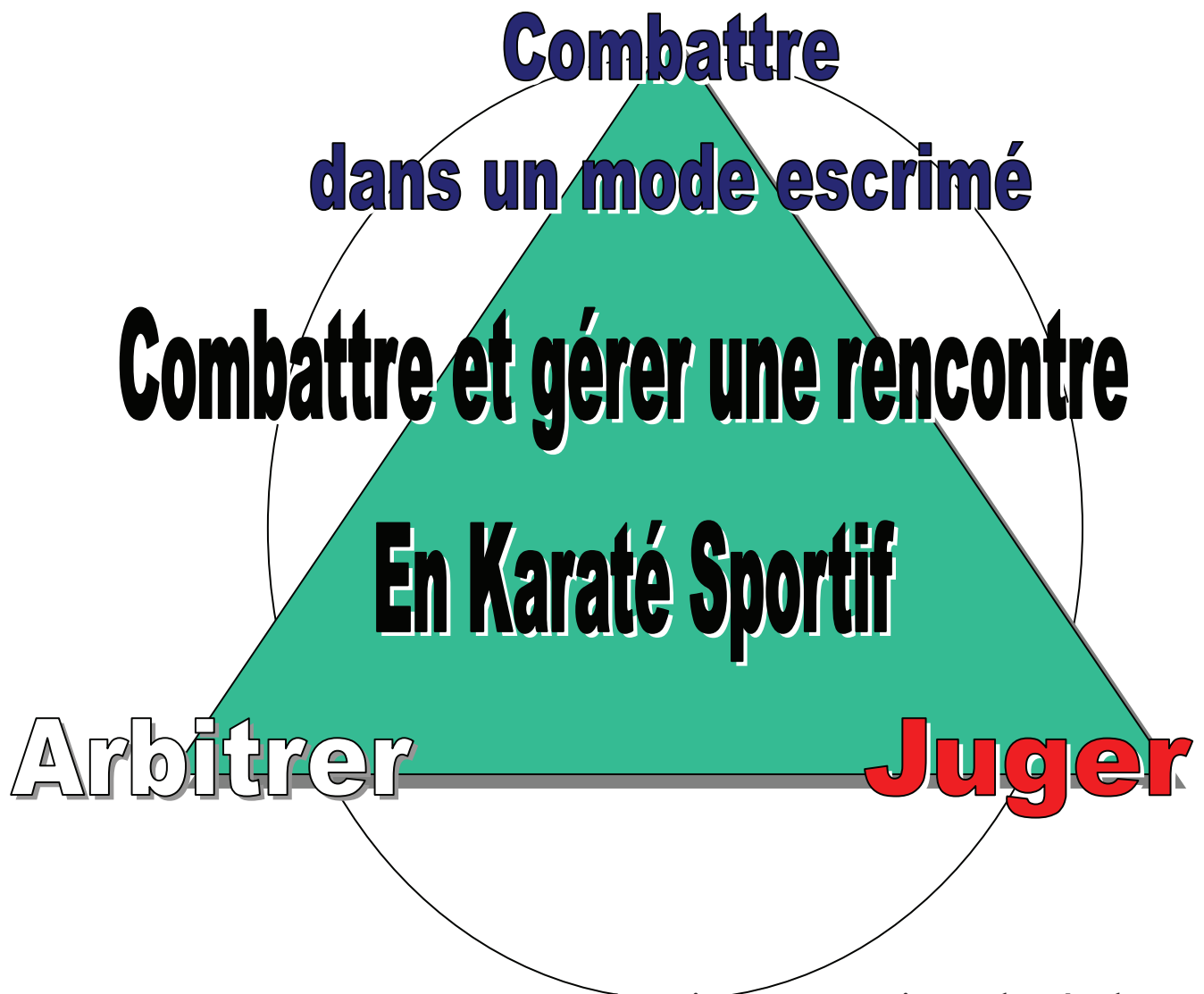
ALORS J'ARBITRE AUSSI !

# JOURNEES UNSS KARATÉ



# Présentation de la formule des rencontres de karaté scolaire

Au cours d'une rencontre UNSS, tout élève sera amené à



Connaître, Reconnaître et  
Différencier les critères de  
l'action de marque.

Gérer la sécurité des pratiquants  
en veillant au respect du  
règlement.

Mémoriser et enregistrer le résultat  
des différents combats.

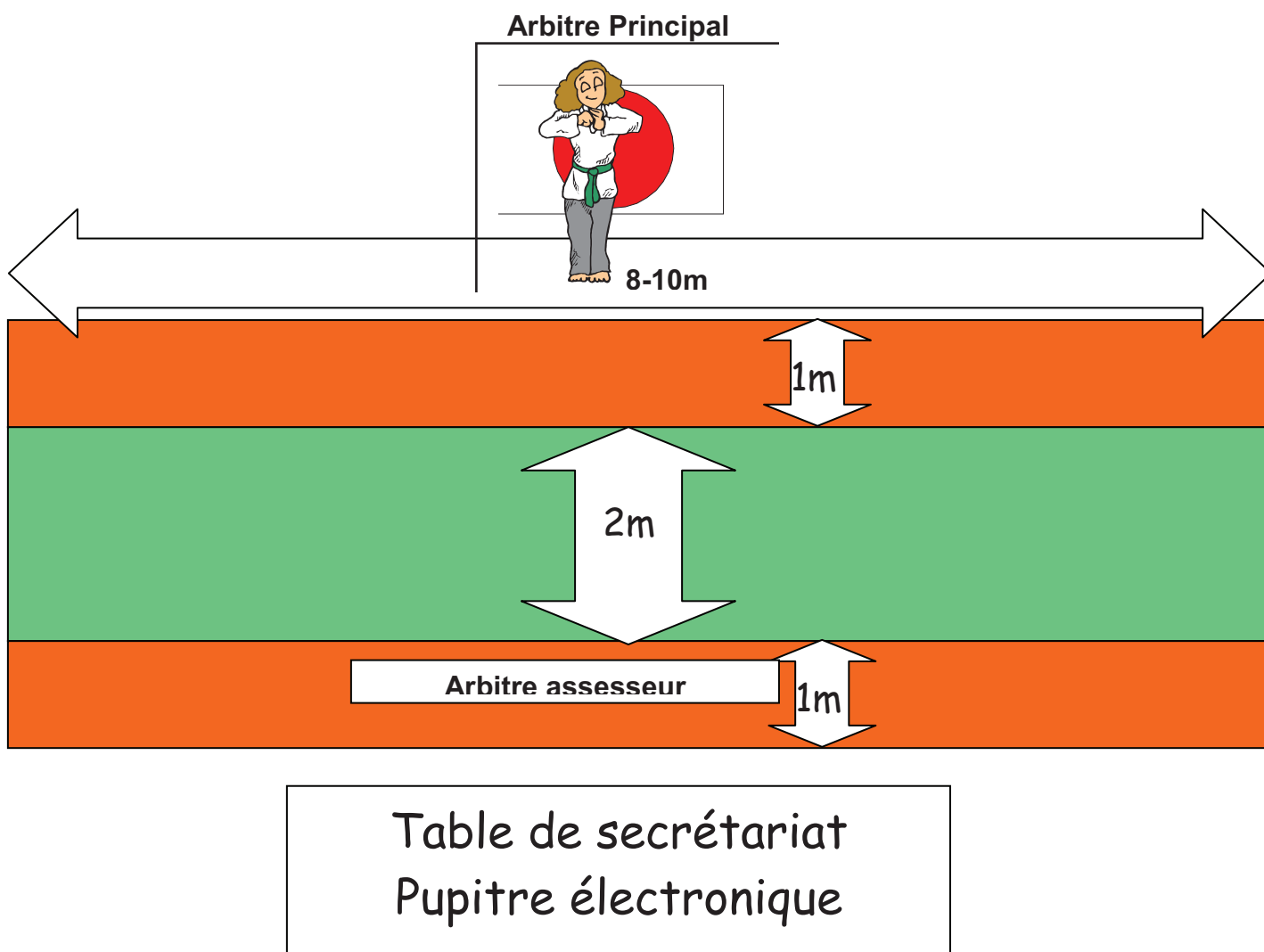
Aider l'arbitre dans ses prises de  
décision.

Gérer le pupitre électronique.

## 1. L'espace de combat à l'UNSS

Nous proposons une forme de travail en couloir afin de faciliter la tâche d'arbitrage, et de pouvoir multiplier le nombre de surfaces de combat. Ainsi l'aire de combat sera constituée d'un couloir central de 2 m de large sur au moins 8 m de long. Il sera bordé de chaque côté par des couloirs latéraux de 1m.

Les justifications de ce dispositif seront développées par la suite. D'autre part les critères du jogaï seront également adaptés.



## 2. Un système d'arbitrage en miroir

La proposition de ces conditions vise à faciliter l'arbitrage chez des élèves débutant. En effet cette position en miroir, fait que les arbitres seront toujours placés perpendiculairement aux combattants, condition pour bien discerner les actions offensives. Les deux arbitres seront positionnés en dehors de la zone de combat.

## 3. L'attribution des points

L'esprit du règlement fédéral est conservé, dans son intégralité.

**Le karaté sportif est une forme d'escrime pieds poings et l'esprit du règlement est dans ce sens, compter les formes techniquement correctes bien maîtrisées avec un esprit de décision.**

Toutefois, pour des raisons éthiques et sécuritaires (public jeune, activité scolaire, mise en avant médiatique des valeurs liées au contrôle de soi) il nous a paru nécessaire de définir plus précisément les critères d'attribution de certaines modalités de marque du point.

### 3.1 Sur attaque « kisami jodan »

Afin d'éviter les risques de contact et mettre en avant les capacités de contrôle inhérente à notre activité nous souhaitons qu'une attaque visage ne soit validée qu'à condition **qu'aucun impact n'aie lieu au niveau de la face (menton).**

Ceci est possible à condition que le poing soit déjà sur sa trajectoire de retour au moment où il effleure le visage de l'adversaire.

Le bras de l'attaquant doit donc être animé d'un mouvement en retour très dynamique et systématique. Cela suppose bien sûr que les élèves y aient été préparés.

En revanche les attaques latérales (uraken, haïto uchi) seront autorisées et seront validées à condition que le gant touche le casque. Le contrôle sera requis également en exigeant le retour du poing suite à la touche.

### 3.2 Concernant les attaques de pieds

Une vigilance toute particulière sera portée sur le respect des armés et des trajectoires de coups de pieds pour éviter les « shoot ». Tout coup de pied devra passer par un armé « talon fesse » ainsi qu'un retour actif du pied après la touche.

**Les conséquences sur le plan de formation des jeunes officiels : rappel des critères permettant les prises de décisions arbitrales :**

- **Quand toucher n'est pas marquer !**

**Cela fera l'objet d'une formation visant donc à clarifier les Critères généraux**

**a) Bonne forme :** Technique réalisée selon les concepts du karaté sans déséquilibre.

**b) Attitude correcte** : se réfère à une concentration élevée, exempte de méchanceté évidente ou de mauvaise intention, au moment où la technique est délivrée.

**c) Vigueur d'application** : définit la puissance et la vitesse d'une technique ainsi qu'une évidente volonté de réussite.

**d) Vigilance (Zanshin)** : critère le plus souvent négligé lors de l'évaluation de la valeur d'une technique. C'est l'état d'engagement continu qui permet au compétiteur de maintenir une totale concentration et de conserver sa vigilance pour éviter les contre-attaques potentielles de l'adversaire. L'attaquant ne tourne pas la tête pendant l'exécution de la technique et reste toujours face à l'adversaire.

**e) Bon timing** : signifie qu'une technique est délivrée au moment précis où elle crée potentiellement le plus d'effet possible.

**f) Distance correcte** : la bonne distance permet une technique efficace avec le centre de gravité bien placé permettant la maîtrise de la technique.

#### **Ce que l'on attend du jeune officiel de niveau 1**

- toute action non contrôlée doit faire l'objet d'un avertissement (shukoku)
- toute seconde action du même type doit être immédiatement sanctionnée. (Dans le cadre de la pratique scolaire on pourrait envisager le fait que l'arbitre, en cours de combat, puisse interdire au combattant l'utilisation d'une attaque visage (en pied ou en poing) en raison d'une maîtrise technique insuffisante et donc d'un risque potentiel de blessure pour l'adversaire).
- **Cette règle vise à responsabiliser les combattants : on utilise que les techniques que l'on maîtrise**, c'est à dire qui me permettent d'attaquer sans risque d'atteinte à l'intégrité de mon adversaire.

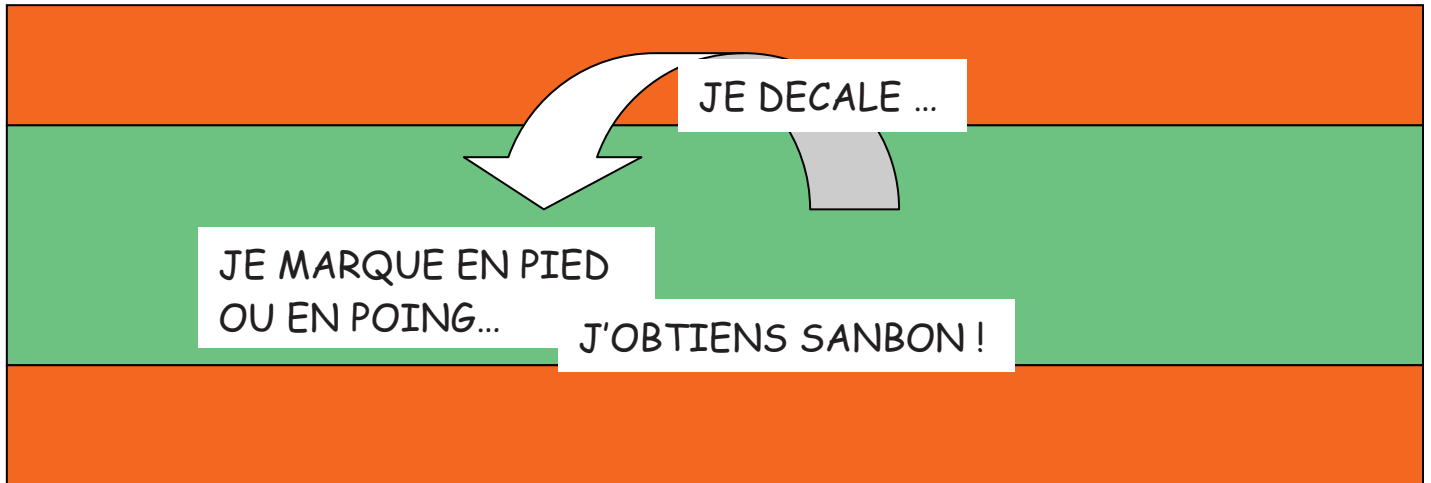
#### **3.3. Les sorties de l'aire de combat : valoriser le décalage latéral**

D'autre part une spécificité au contexte du combat en couloir nous a semblé nécessaire à intégrer pour ne pas que la restriction de l'espace de combat ne pénalise l'activité du combattant (notamment concernant les sorties intempestives dans le couloir).

A cette fin nous avons opté pour l'aménagement suivant :

- la pose d'un appui dans le couloir latéral (orange) ne sera pas pénalisée, si le combattant développe immédiatement une attaque ou contre-attaque.
- Un point marqué dans ces conditions (décalage) sera considéré comme attribuant « sanbon » .

En effet il nous a semblé que cette particularité du scoring pouvait être une source d'incitation et de développement de stratégies offensives et défensives susceptibles de faire évoluer les combattants dans les autres types de compétitions.



## 4. La durée des combats

Face aux remarques des combattants qui se sont livrés à nos premières rencontres sous cette forme, il semblerait que celles-ci aient tendance à accroître l'intensité de l'effort.

Il est alors envisageable de réduire un peu le temps de combat et d'envisager un travail sur 1'30 pour les pupilles et benjamins et 2' pour les minimes cadets et Juniors. Ce chronométrage est en continu il n'est pas interrompu durant les arrêts d'arbitres.

## 5. L'équipement des combattants

La formule adoptée en Kunité minime nous semble un bon compromis. Il permet en outre une protection abdominale rassurante pour certains enfants. La couleur du combattant sera déterminée essentiellement par le casque et le plastron.

## 6. Composition des groupes de combattants

Lors des rencontres individuelles elle est effectuée sur la base des catégories d'âge, de poids et de sexe.

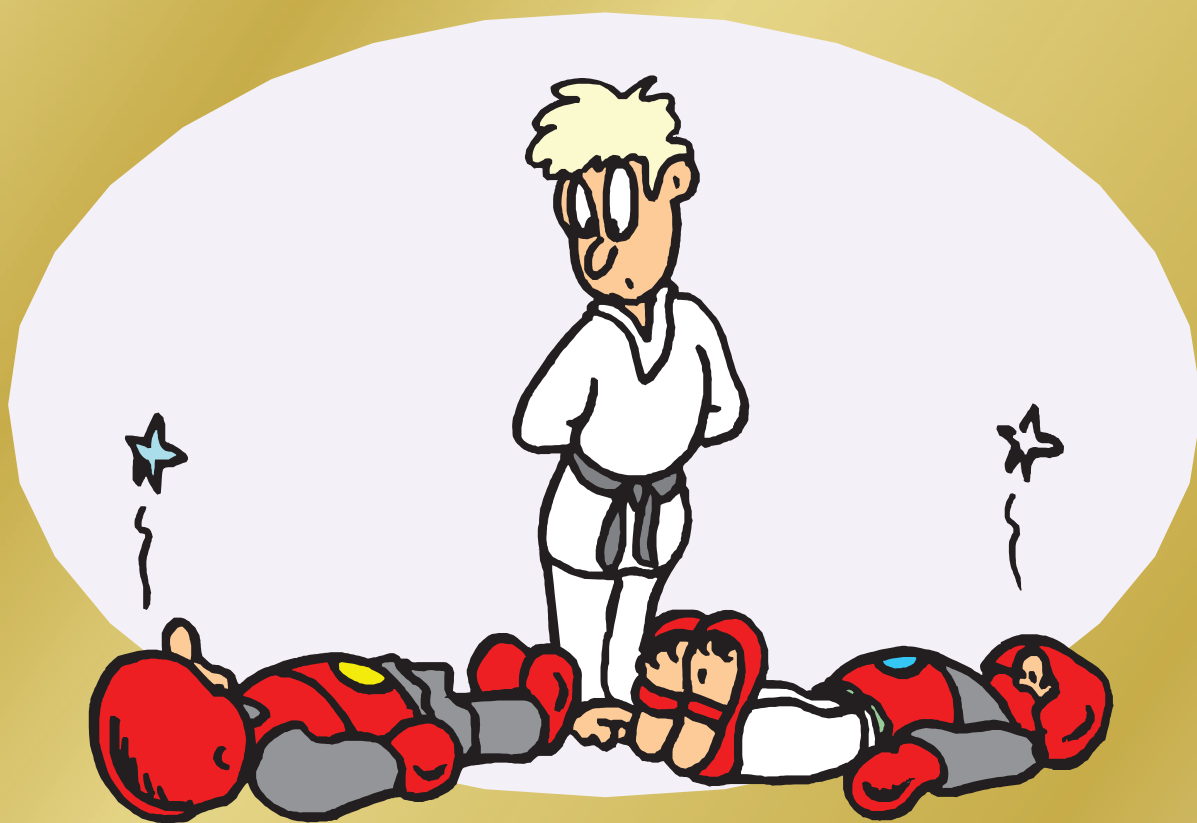
Lors des formules par équipe les divers membres de l'équipe devront appartenir au même établissement scolaire. Toutefois à l'heure actuelle, le club sportif reste la modalité principale de constitution d'une équipe.

## 7. La formule de compétition

Il s'agit de prévoir différents dispositifs qui permettront de s'adapter le jour « j » en fonction du nombre de participants.

	En Poule	En tableau
Compétition Individuelle	<p>Cette forme de regroupement pourrait être adaptée aux moments de formation des jeunes officiels.</p> <p>Tous les combattants ou équipe de combattants se rencontrent.</p> <p>Cette formule est toutefois conditionnée par le rapport entre le nombre d'aires de combat disponibles et le nombre de participants.</p> <p>Dans ces conditions, une rotation parmi les membres de la poule pourrait conduire à l'organisation suivante :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- deux combattants</li><li>- deux arbitres</li><li>- 1 ou 2 secrétaires</li></ul>	<p>Afin de permettre l'arbitrage on peut envisager l'organisation en deux demi- tableaux.</p> <p>Pendant que l'un combat l'autre arbitre et vice et versa.</p> <p>A L'issue du premier tour il est alors possible de constituer deux autres demi-tableaux sur la base des résultats du premier tour.</p> <p><b>Exemple</b> pour un tableau de 8 combattants : les 2 premiers de chaque demi-tableau se retrouvent pour disputer les demi-finales puis les finales. Les deux derniers de chaque demi-tableau se retrouvent pour disputer les places de 5 à 8.</p> <p>Ainsi chaque combattant est assuré de disputer au moins 3 combats.</p>
Compétition par équipe de 3	Idem mais à la place d'un combat, lors d'une rencontre chaque équipe dispute la totalité de ses combats (soit 3).	

# Livret du Jeune Officiel



## En Karaté Sportif

Devenir Jeune Officiel, c'est :

- apprendre à faire des choix et s'y tenir,
- appréhender très vite une situation,
- mesurer les conséquences de ses actes.

En choisissant cette voie, ce livret vous apporte une formation théorique. Sur le terrain, il faudra mettre en oeuvre vos connaissances de façon pratique.

La réussite tiendra en un double respect :

- celui des règlements, bien sûr,
- et surtout celui des acteurs.

C'est à vous qu'il appartient de mettre en place des conditions optimales pour permettre la meilleure réalisation possible.

Ce petit livret vous donne quelques informations et rappels, mais n'a pas la prétention d'être complet.

N'oubliez pas que les règlements évoluent ; ce qui est vrai aujourd'hui ne le sera pas forcément demain.

**Informez-vous, faites une remise à niveau régulièrement en vous informant auprès du comité départemental.**

**Pour que le combat ne soit pas une simple bagarre, je m'engage en participant à ces rencontres :**

- à combattre loyalement dans l'esprit du karaté-DO
- à accepter de participer à la prise en charge des différents rôles nécessaires au bon déroulement d'une compétition,
- à acquérir les connaissances en matière d'arbitrage et m'exercer dans ce rôle afin de pouvoir prendre les bonnes décisions,

**En tant que jeune officiel je dois apprendre à :**

1	Diriger les compétitions en sachant annoncer le début, de suspension et de fin de combat.
2	Accorder les points.
3	Imposer des pénalités et délivrer des avertissements (avant, pendant et après le combat).
4	Désigner le vainqueur
5	Annoncer les prolongations
6	Donner tous les commandements et faire toutes les annonces
<b>A ce stade l'élève remplit les compétences pour être JO au niveau départemental (N1) : J'arbitre</b>	
7	Justifier la non prise en compte d'une touche aux combattants et expliquer ses décisions au chef de tatami et au responsable de l'arbitrage.
8	Obtenir les opinions des Juges et agir conformément à ces opinions.
9	Diriger le vote de l'Equipe Arbitrale et annoncer le résultat.
<b>A ce stade l'élève remplit les compétences pour être JO au niveau académique (N2) : J'arbitre et je commente</b>	
10	Tenir une table de score (symboles notation) et utiliser un pupitre électronique
11	Juger et communiquer avec l'arbitre à l'aide de fanions.
12	Assumer les fonctions de chef de tatami
<b>A ce stade l'élève remplit les compétences pour être JO au niveau National (N3) : J'assume les divers rôles</b>	

## Trame des premières demi-journées UNSS

### 1<sup>ère</sup> demi-journée

Accueil  
Présentation des rencontres UNSS

Formation à l'arbitrage

Combattre pour former l'arbitre  
2 tours : Poule et/ ou tableau

Bilan sur les difficultés rencontrées lors  
de cette première expérience l'arbitrage

### 2<sup>ème</sup> demi-journée

Reprise des points d'organisation et d'arbitrage  
qui ont posé problème la fois précédente.

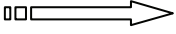
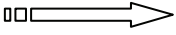
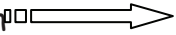
Formation à l'utilisation du pupitre électronique.

Compétition en deux tours : poule + tableau.

# Document pour la formation du Jeune Officiel

## I. Critères et Conditions de validation d'un point

1. Selon les conditions de son exécution, une « action offensive » peut entraîner la marque de points de différentes valeurs :

- Ippon   1point(s)
- Nihon   2points
- Sanbon   3points

2. Conditions d'obtention de chacun des ces types de points

<b><u>Sanbon</u></b> 3 points	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	a) Déséquilibrer l'adversaire et le marquer par une technique de poing. b) Coups de pieds Jodan.
<b><u>Nihon</u></b> 2 points	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	c) Uchi d) Coups de pied Chudan. e) Chudan ou Jodan Tsuki.
<b><u>Ippon</u></b> 1 point	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	f) Combinaison de techniques de poing, dont chacune marque selon sa propre valeur. g) Projections ou balayage de jambe suivis par une technique qui marque. h) Coups de poing dans le dos.

3. **ATTENTION**, la réalisation de ces actions ne donnera accès au nombre de points correspondant qu'à condition de **RESPECTER UN CERTAIN NOMBRE DE CRITERES**

CRITERES	SIGNIFICATION
1. <b>Bonne forme</b>	Référence à l'équilibre général du combattant
2. <b>Attitude correcte</b>	Concentration élevée ... absence de méchanceté ... de mauvaise intention dans la délivrance de la technique
3. <b>Vigueur d'application</b>	Puissance et vitesse d'une technique ...évidente volonté de réussite
4. <b>Vigilance (Zanshin)</b>	Trop souvent négligé lors de l'évaluation d'un technique : fait référence à l'état d'engagement continu qui permet au compétiteur de maintenir un une totale concentration et de conserver sa vigilance pour éviter les contre attaques (tête et regard fixé sur l'adversaire ... Penser à ressortir après l'attaque.
5. <b>Bon timing</b>	Technique délivrée au moment précis où elle crée potentiellement le plus d'effet possible ....
6. <b>Distance correcte</b>	Membre de frappe allongé ... centre de gravité bien placé permettant la maîtrise de la technique.

### Comment évaluer le respect de ces critères ?

CRITERES	Proposition d'indicateurs
<b>Bonne forme</b>	Sur les <b>attaques de poings</b> , la tête et le regard restent fixés sur l'adversaire (pas de buste en avant, regard vers le sol). Sur les <b>coups de pieds</b> l'inclinaison possible du buste vers l'arrière doit être suivie d'un retour rapide en posture de garde <b>Absence de chute et de déséquilibre</b>
<b>Attitude correcte</b>	Toute action offensive doit être suivie <b>d'un retour du segment de frappe</b> afin de valoriser le caractère esgrimé de l'opposition : « une attaque violente, en dépit de toute sécurité, de la part d'un compétiteur est un exemple de mubobi ».
<b>Vigueur d'application</b>	Le « retour » du segment de frappe doit être réalisé avec une intensité équivalente à celle de l'action de percussion .
<b>Vigilance (Zanshin)</b>	Conserver le regard fixé sur l'adversaire ... ne pas tourner le dos.

	Rompre la distance : ressortir après l'attaque.
Bon timing	Lors d'un balayage ou d'une projection la conclusion de l'attaque doit être exécutée dans un délais de 2 à 3 secondes. L'action doit être effective (= toucher réellement) et être correctement exécutée sur un point vital.
Distance correcte	Toucher avec les extrémités des segments, membre de frappe en extension. Eviter les attaques dans une posture ne permettant pas un contrôle effectif de son action : buste excessivement penché en avant (poings) ou en arrière (pour les pieds) et perte de contrôle visuel sur la cible attaquée (tête baissée, regard vers le sol).

#### 4. Précisions concernant les zones «attaquable» et la notion de contrôle

Tête  Visage  Cou  Abdomen  Poitrine  Dos  Côtés

Si les zones suivantes sont toutes des cibles attaquables, les conditions de validation du point diffèrent :

« Le cou ainsi que la gorge, sont des cibles potentielles. En aucun cas la gorge ne doit être touchée, cependant **une technique effective et maîtrisée doit être comptabilisée** ».

**« La compétition de KARATE est un sport, c'est pour cette raison que les techniques dangereuses doivent être MAITRISEES.**

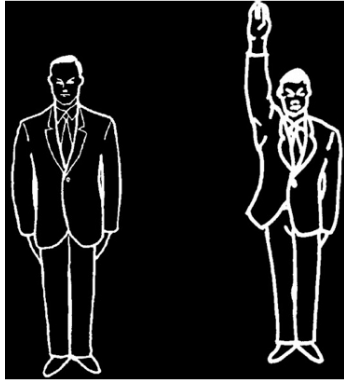
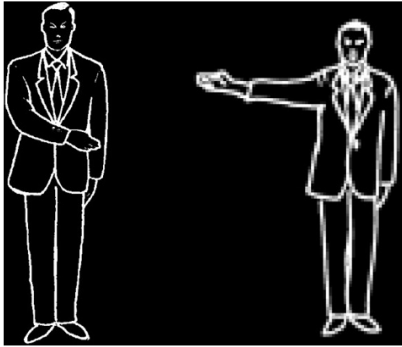
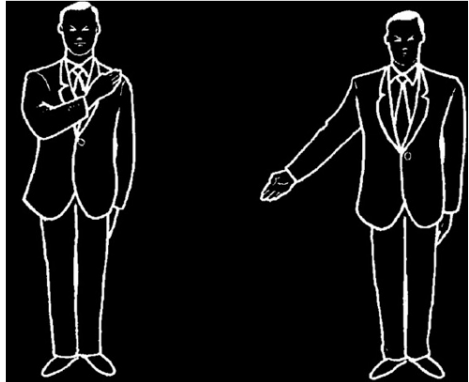
Si les compétiteurs entraînés peuvent supporter de forts impacts sur les muscles tels que les abdominaux, il n'en demeure pas moins que la tête, le visage, le cou l'aine et les articulations restent vulnérables aux blessures.

*C'est pour ces raisons que toute technique provoquant une blessure, (ou jugée potentiellement dangereuse : absence d'intention de contrôle lors de coup de pieds et poings visage)*

doit être pénalisée sauf si le compétiteur s'est mis délibérément en danger »

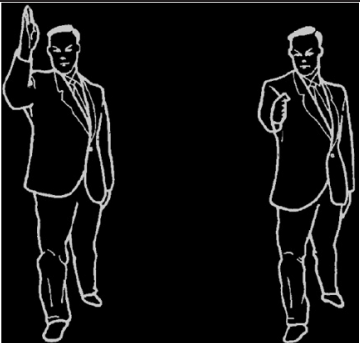

(extrait règlement FFKAMA).

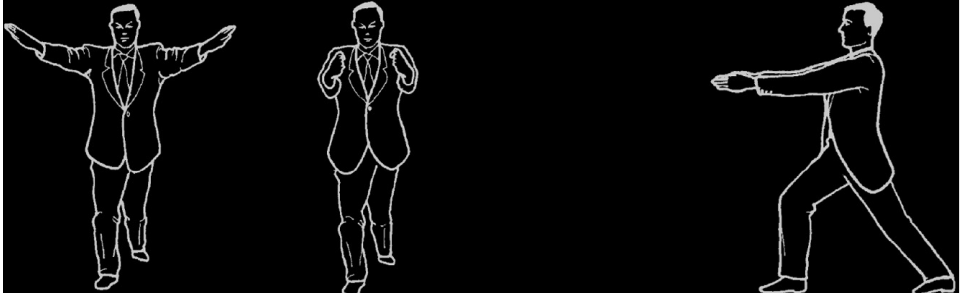
### 5. Gestuelle arbitrage

 <p>L'arbitre étend le bras vers le haut du côté de celui qui a marqué</p>	 <p>L'arbitre étend le bras à hauteur d'épaule du côté de celui qui a marqué</p>	 <p>L'arbitre étend le bras vers le bas du côté de celui qui a marqué</p>
<p><input type="checkbox"/> Ippon</p> <p><input type="checkbox"/> Nihon</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Sanbon</p>	<p><input type="checkbox"/> Ippon</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Nihon</p> <p><input type="checkbox"/> Sanbon</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> Ippon</p> <p><input type="checkbox"/> Nihon</p> <p><input type="checkbox"/> Sanbon</p>

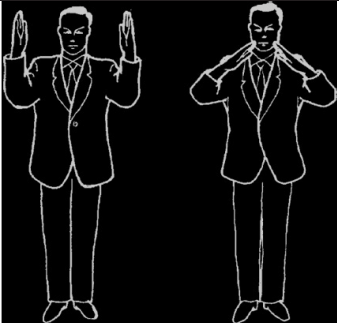

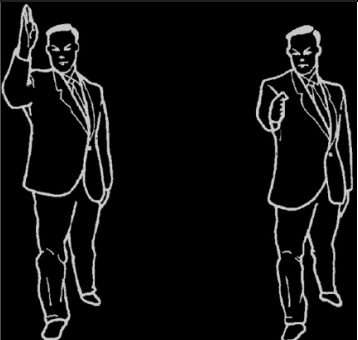
## II. Intervention de l'arbitre en cas de marque

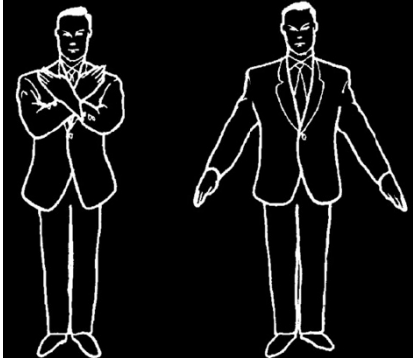
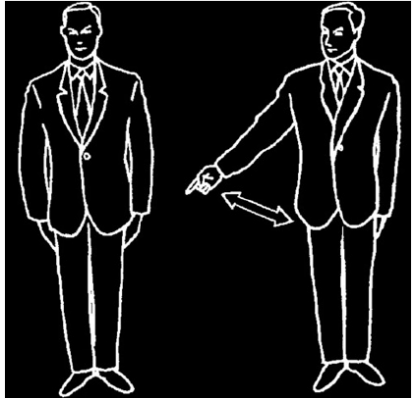
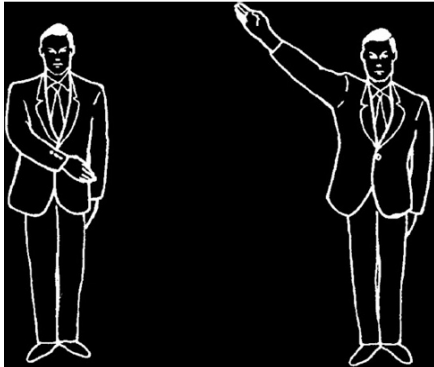
Dans le cas où un point doit être accordé :

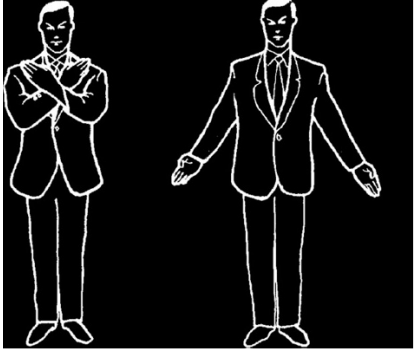
l'Arbitre	en annonçant	En exécutant ces gestes
Stoppe le combat	<b>YAME</b>	
Désigne le compétiteur ayant marqué	<b>AKA</b> (rouge) ou <b>AO</b> (bleu)	Oriente la tête dans sa direction
Spécifie zone attaquée	<b>Chudan</b> (corps) ou <b>Jodan</b> (visage)	
Précise la nature de la technique	<b>Tsuki</b> (poing) ou <b>Geri</b> (pied)	
Attribue le score approprié en utilisant les gestes prescrits	<b>Ippon</b> ou ... <b>Nihon</b> ou ... <b>Sanbon</b>	Cf I.5 Gestuelle de l'arbitre en cas de marque.
S'assure du repositionnement des combattant	<b>Moto no ichi</b>	

<p>Puis ordonne de reprendre le combat</p>	<p><b>Tsusukete Adjime</b></p>	
--------------------------------------------	--------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------


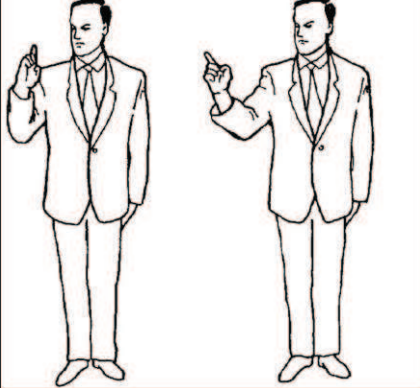
### III. La gestion du combat par l'arbitre : annonces et gestuelles

l'Arbitre	en annonçant	En exécutant ces gestes	
<p>Invite les combattants à prendre place</p>	<p><b>AKA / AO</b></p>		
<p>Ordonne le salut</p>	<p><b>Otogai-Ni- Rei</b></p>		
<p>Initie le combat</p>	<p><b>Shobu Hajime</b></p>		 <p>Après l'annonce l'arbitre recule d'un pas</p>
<p>stoppe</p>	<p><b>YAME</b></p>		

Attribue un point	<b>Ippon / Nihon ou Sanbon</b>	CF Gestuelle Chapitre II
Relance le combat	<b>Tsuzukete Hajime</b>	CF Gestuelle Chapitre II
Ne valide pas la touche	<p><b>Torimassen</b></p> <p><i>« Technique non valable ». L'Arbitre croise les bras, puis les étend vers le bas en coupant, paumes des mains tournées vers le bas.</i></p>	
Sanctionne une sortie	<p><b>Jogaï</b></p> <p><i>« Sortie de l'aire de compétition ». L'Arbitre indique aux juges qu'il y a eu « sortie » en pointant l'index vers le bord de l'aire de compétition, du côté du fautif.</i></p>	
Annonce la fin imminente du combat	<b>Atoshi-Baraku</b>	Un signal sonore est donné par le Chronométrateur, 10 secondes avant la fin du combat, l'Arbitre annonce « ATOSHI BARAKU ».
Désigne un vainqueur	<p><b>AKA ou AO No Kashi</b></p> <p><i>A la fin du combat, l'Arbitre étend le bras à 45° vers le haut, du côté du vainqueur.</i></p>	

Annonce une égalité	<b>Hikiwake</b>	
Engage une prolongation	<b>Sai Shiai</b>	IDEM SHOBU HAJIME

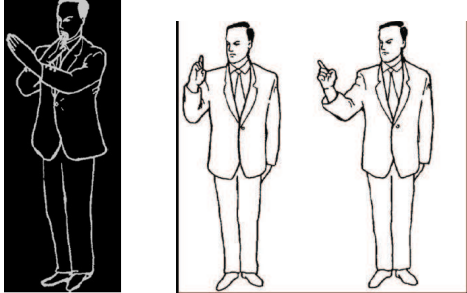
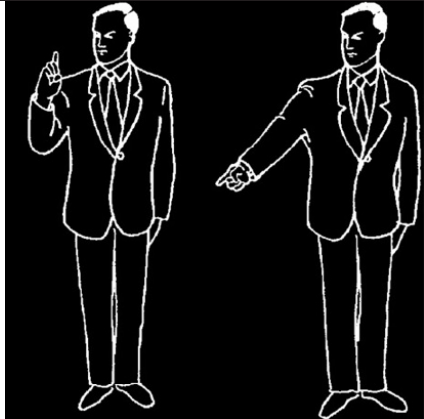
## IV. Comportements interdits et pénalités associées

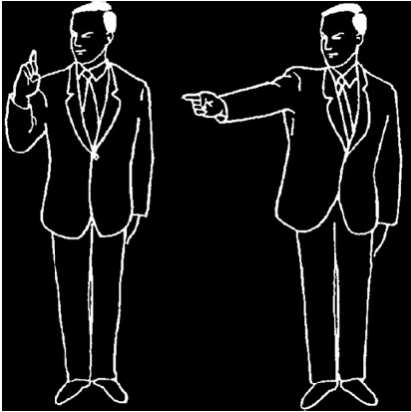
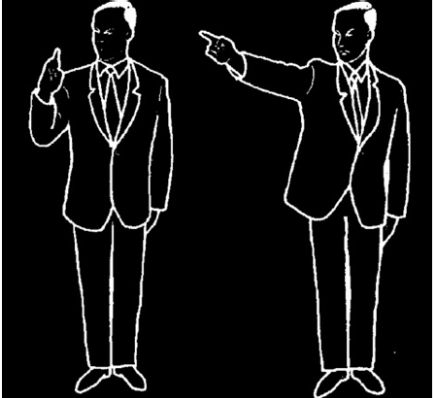
Catégorie <input type="checkbox"/>	Catégorie <input type="checkbox"/>
Actions dangereuses pour l'intégrité physique de l'adversaire	Actions visant à nuire au déroulement loyal du combat
	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Contact excessif et techniques entrant en contact avec la gorge</li> <li>2. Attaques sur cibles non autorisées : bras, jambe, aine, articulation, coup de pied.</li> <li>3. Attaque visage avec des techniques mains ouverte</li> <li>4. Projection dangereuse ou interdites qui occasionnent des blessures</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Feindre d'être blessé, exagérer les conséquences d'une blessure</li> <li>2. Sorties répétées de l'aire de compétition (jogai)</li> <li>3. Mise en danger de sa propre sécurité par des comportements qui exposent aux blessures</li> <li>4. Fuir le combat pour gagner du temps, privant ainsi l'adversaire d'une opportunité de marquer</li> <li>5. Saisir l'adversaire sans exécuter une technique dans les 3 secondes.</li> </ol>

	<p>6. Corps à corps inutiles</p> <p>7. Provoquer ou parler à l'adversaire et / ou comportement injurieux envers l'équipe arbitrale.</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

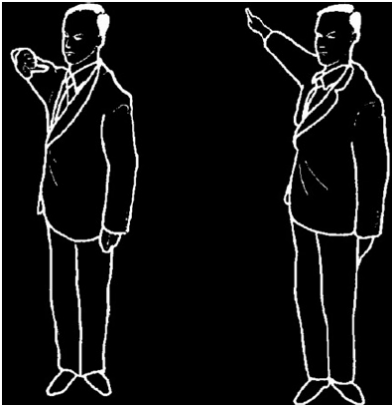
Les pénalités sont de même nature pour les deux catégories mais sont séparées dans le comptage. L'importance des sanctions s'accroît au fil du nombre de faute dans la même catégorie.

Concernant la catégorie relative aux actions dangereuses la hiérarchie des sanctions peut ne pas être respectée. L'arbitre peut en effet décider d'affliger un keikoku sans qu'il y ait eu préalablement de chukoku

l'Arbitre	Annonce	En exécutant ces gestes	Pénalités
1 <sup>er</sup> Avertissement	<b>Chukoku</b>		Aucune
2 <sup>ème</sup> Avertissement	<b>Keikoku</b>	 <p data-bbox="767 1603 1219 1673">L'Arbitre pointe l'index à 45° vers les pieds du fautif. Puis ...</p>	Un point attribué à l'adversaire

3 <sup>ème</sup> Avertissement	<b>Hansoku-chui</b>	 <p>L'Arbitre pointe l'index vers l'abdomen du fautif. Puis ...</p>	Deux points attribué à l'adversaire
4 <sup>ème</sup> Avertissement	<b>Hansoku</b>	 <p>L'Arbitre pointe l'index vers le visage du fautif, puis ...</p>	Disqualification et victoire attribuée à l'adversaire

**Le SHIKKAKU** peut-être invoqué lorsqu'un compétiteur n'obéit pas aux ordres de l'arbitre, agit de façon malveillante ou commet un acte qui porte atteinte au prestige et à l'honneur du KARATE-DO, ou quand d'autres actions sont considérées comme ne respectant les règles et l'esprit du tournoi.

<p>DISQUALIFICATION</p>	<p><b>SHIKKAKU</b></p>	 <p>L'Arbitre pointe d'abord l'index vers le visage du fautif, puis au-dessus et vers l'arrière en annonçant « Aka (ou Ao) Shikkaku », puis...</p>	<p>il déclare l'adversaire vainqueur.</p>
-------------------------	------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------