

RENCONTRE ENFANTS SHIN GI TAI

1- Principe de la rencontre enfants sur le thème Shin Gi tai (esprit technique corps)

Les élèves seront répartis en trois catégories en fonction de leur âge :

- 6 à 8 ans mixte
- 9 à 11 ans mixte
- 12 à 15 ans garçons
- 12 à 15 ans filles
- 16 à 17 ans garçons
- 16 à 17 ans filles

Les élèves seront évalués sur 3 ateliers mettant en avant leurs qualités d'esprit de technique et de corps.

2- Description des épreuves

a) l'épreuve Shin (esprit)

Les élèves devront répondre à 5 questions dont le niveau de difficulté dépendra de leur ancienneté (voir annexe « shin »).

Ainsi les ceintures jusqu'à jaune seront interrogées sur les 10 premières questions. Les ceintures comprises entre "au-dessus" de jaune et orange seront interrogées sur les 25 premières questions

Enfin les ceintures au-delà d'orange seront interrogées sur la totalité du questionnaire.

A l'issue de ce questionnaire les élèves obtiendront une première note sur 10

Ensuite les élèves présenteront le kata de leur choix en fonction de leur niveau :

Jusqu'à ceinture jaune : 1^{er} kata

Les ceintures comprises entre "au-dessus" de jaune et orange : 1^{er} ou 2^{ème} kata

Au-dessus de ceinture orange : 1^{er}, 2^{ème} ou 3^{ème} kata.

NB : Afin d'harmoniser les épreuves avec celles de la coupe enfants nationale, les élèves pourront présenter également le Kata empi de Georges Hernaez.

A l'issue de cette deuxième épreuve, les élèves obtiendront une deuxième note sur 10, le total de ces deux notes (questions + kata) donne la note d'esprit de l'élève sur 20.

b) l'épreuve Gi (technique)

Epreuve goshin shobu :

Mêmes règles et principe que le goshin shobu adultes.

Sur une attaque annoncée par le jury dans la liste ci-dessous, les juges accordent 1-2-3 ou 0 points au défenseur en fonction de la technique réalisée. Il s'agit d'une compétition de technique et non de combat, c'est donc la technique qui est évaluée et le fairplay entre pratiquants doit être de mise.

4 techniques (si possible 5) par participant.

Le juge central fait la moyenne des notes obtenues (qu'il soit d'accord ou non avec les juges, pas de délibération sur le tatami) et donne la note pour la technique du défenseur.

Le juge central donne un avertissement en cas de manque de fairplay ou de techniques dangereuses, au second avertissement, trois points sont donnés à son adversaire.

Les séries sont les suivantes :

- **Atémi**
Oï tsuki, shomen uchi, mae geri, mawashi geri, yoko geri
- **Tentative de saisie de face**
Étranglement à deux mains, encerclement, saisie de revers, saisie de manche, poussée de poitrine
- **Saisie de face**
Étranglement à deux mains, encerclement sur les bras, saisie d'un revers en tirant, saisie d'un revers en poussant, saisie des deux poignets
- **Attaque arrière**
Encerclement sur les bras niveau épaules, saisie des manches, étranglement (contrôlé) avec l'avant bras, saisie des deux poignets, saisie de col et ceinture en poussant

Séries présentées :

- Jusqu'à ceinture jaune : séries atémi et saisie de face
- Les ceintures comprises entre "au-dessus" de jaune et orange : séries 1 atémi, saisies de face, et tentative
- Au-dessus de ceinture orange : séries atémi, saisie de face, tentative, arrière

Les clefs, étranglements et projections dangereuses (type sutemi tels tomoe nage ou kata guruma) sont interdites (initiations aux clefs tolérées pour les élèves de plus de 13 ans).

A l'issue de cette épreuve, le juge de table fait le total des points ce qui donne la note de l'élève (qui n'est pas une note sur 20)

c) l'épreuve Tai (corps)

Les élèves « s'affronteront » dans un jeu d'opposition type combat de sumo.

Le principe est le suivant :

Les deux élèves sont dans zone délimitée et doivent :

Soit faire sortir leur partenaire de la zone, soit le faire tomber.

La rencontre se fait sur trois points et le premier arrivé à 3 a gagné.

Le point est remporté quand :

N'importe quelle partie du corps **SORT** de la zone (un simple pied posé dehors fait remporter le point à l'adversaire)

L'adversaire **tombe** OU **pose** un genou (même si l'adversaire n'est pas franchement tombé), (nb : le sutemi est une technique à éviter car elle entraîne inévitablement la perte du point pour tori car c'est le premier à aller au sol, même si la technique est bonne et qu'elle fait chuter uké)

Le point est nul quand le deux élèves tombent ou sortent en même temps

Afin de favoriser et inciter les élèves à utiliser la technique plutôt que la force :

Si l'un des deux pratiquants est envoyé au sol par un crochetage (attention crochetage et pas barrage) **l'attaquant gagne 2 points.**

Si l'un des deux pratiquants est envoyé au sol par une projection de hanche **l'attaquant gagne 3 points.**

La moyenne des 3 notes obtenues permettra de définir le classement final des élèves par catégorie.

EPREUVE TECHNIQUE – GI
Partie Goshin Shobu

- **Jusqu'à ceinture jaune** : 2 atémis 2-3 saisies de face
- **Les ceintures comprises entre "au-dessus" de jaune et orange** : 2 atémi, 1-2 saisies de face, et 1 tentative
- **Au-dessus de ceinture orange** : 1-2 atémis, 1 tentative, 1 saisie de face, 1 arrière

Les clefs, étranglements et projections dangereuses (type sutemi tels tomoe nage ou kata guruma) sont interdits (initiation clefs tolérée pour les élèves de plus de 13 ans).

A l'issu de cette épreuve les 2 élèves obtiendront la même note sur 20, la moyenne des 3 notes obtenues correspondra à la note de technique de l'élève.

ATEMIS	TENTATIVES	SAISIES DE FACE	ARRIERE
Coup de poing direct au corps	Etranglement à deux mains	Etranglement à deux mains	Encerclement sur les bras niveau épaules
Sabre haut direct	encerclement	Encerclement sur les bras	Saisie des manches
Coup de pied direct au corps	Saisie de revers	Saisie d'un revers en tirant	Etranglement avec l'avant bras
Coup de pied circulaire	Saisie des deux manches	Saisie d'un revers en poussant	Saisie des eux poignets
Coup de pied latéral	Poussée de poitrine	Saisie des deux poignets	Saisie col et ceinture en poussant

EPREUVE TECHNIQUE – GI
Partie Goshin Shobu

- **Jusqu'à ceinture jaune** : 2 atémis 2-3 saisies de face
- **Les ceintures comprises entre "au-dessus" de jaune et orange** : 2 atémi, 1-2 saisies de face, et 1 tentative
- **Au-dessus de ceinture orange** : 1-2 atémis, 1 tentative, 1 saisie de face, 1 arrière

Les clefs, étranglements et projections dangereuses (type sutemi tels tomoe nage ou kata guruma) sont interdits (initiation clefs tolérée pour les élèves de plus de 13 ans).

A l'issu de cette épreuve les 2 élèves obtiendront la même note sur 20, la moyenne des 3 notes obtenues correspondra à la note de technique de l'élève.

ATEMIS	TENTATIVES	SAISIES DE FACE	ARRIERE
Coup de poing direct au corps	Etranglement à deux mains	Etranglement à deux mains	Encerclement sur les bras niveau épaules
Sabre haut direct	encerclement	Encerclement sur les bras	Saisie des manches
Coup de pied direct au corps	Saisie de revers	Saisie d'un revers en tirant	Etranglement avec l'avant bras
Coup de pied circulaire	Saisie des deux manches	Saisie d'un revers en poussant	Saisie des eux poignets
Coup de pied latéral	Poussée de poitrine	Saisie des deux poignets	Saisie col et ceinture en poussant