

# **ANIMATIONS POUSSINS LOIRET**

## **▶ SAISON 2010/2011**

### **➤ NOUS RESTONS SUR 3 ANIMATIONS**

**➤ 2 EVALUATIONS « EFFICACITE » ET UNE EVALUATION « TECHNIQUE »**

**➤ SEPARATION DES 1<sup>ère</sup> ANNEE ET 2<sup>ème</sup> ANNEE AU MOINS SUR LA 1<sup>ère</sup> ANIMATION**

## **▶ CONTENU D'UNE EVALUATION EFFICACITE**

**➤ ECHAUFFEMENT EN COMMUN TRES RAPIDE (5 mn)**

**➤ REPARTITION EN ATELIERS POUR TRAVAILLER DES THEMES TECHNIQUES**

- **8 thèmes techniques**
- **10 mn par atelier tout compris (tps de travail 5 à 6 mn)**
- **4 rotations**
- **Pas d'évaluation dans ces ateliers**
- **Ateliers encadrés par les professeurs**

**➤ REPARTITION DES POUSSINS EN POULES DE 5**

**➤ PARTIE DE L'EVALUATION NOTEE**

- **Groupes morphologiques**
- **Arbitrage éducatif sur 20 points**
- **5 points par combat pour l'attitude « Esprit judo »**
- **Notation sur 80 points**

## **▶ CONTENU DE L'EVALUATION TECHNIQUE**

- **Répartition des enfants en ateliers**
- **Évaluation sur les thèmes abordés lors des deux 1<sup>ères</sup> animations**
- **Note technique**
- **Ateliers randori « pas arbitré »**

## **▶ OBJECTIFS**

**➤ TEMPS D'ACTIVITE POUR LES ENFANTS PLUS IMPORTANT  
1 h 15 de travail sur 2 h 30 de présence**

**➤ UNITE DE TRAVAIL SUR LE PLAN TECHNIQUE DANS LE DEPARTEMENT**

**➤ ACQUERIR DES BASES TECHNIQUES SOLIDES PERMETTANT DE FAIRE EVOLUER LA PRATIQUE DANS LES CATEGORIES D'AGES SUIVANTES NOTAMMENT POUR LES BENJAMINS ET LES MINIMES..**

## **▶ ATTENTION**

**➤ Si le passeport d'un enfant n'est pas en règle, nous le laisserons finir les ateliers techniques mais il ne participera pas aux combats en poules donc pas classé pour cette animation.**

# ANIMATION POUSSINS

## EVALUATION EFFICACITE

Notation sur 100 Points par manifestation

Nombre de combats ➔ 4 par manifestation

Attribution des points

20 points par combat (addition des valeurs)

5 points par combat sur l'attitude esprit judo

- Le salut
- La tenue
- Attitude d'un judo offensif
- Le respect

Ces 5 points sont attribués automatiquement à l'enfant au départ du combat.

Des points sont retirés si certains critères ci-dessus ne sont pas respectés (jugement pas trop strict) ,1 point minimum par combat

Prévoir une feuille de marque pour simplifier la notation.

## ATELIERS TECHNIQUES

4 thèmes de 10 minutes sont mis en place par manifestation

### 1<sup>ère</sup> Manifestation

- Chutes et Travail sur le rôle de uke (blocage esquive)
- Techniques arrière avec action réaction (tori tire, uke résiste)
- Travail avec les jambes en ne waza(forme GAGLIANO)
- Enchaînement avant / avant

### 2<sup>ème</sup> Manifestation

- Mise en déséquilibre sur technique avant
- Ne waza : Contrôle de uke par l'intermédiaire des bras
- Enchaînement avant / arrière
- Kakari geiko

# REGLEMENT DE L'ANIMATION PETITS TIGRES

L'animation des poussins se déroulera toujours sur 3 manifestations.

Ces 3 manifestations se décomposeront en :-  
- 2 évaluations « efficacité »  
- 1 évaluation « technique »

## Evaluation efficacité (2 manifestations)

Notation sur 100 Points par manifestation

Nombre de combats ➔ 4 par manifestation

Attribution des points :

- 20 points par combat (addition des valeurs)
- 5 points par combat sur l'attitude « Esprit judo »
  - Le salut
  - La tenue
  - Attitude d'un judo offensif
  - Le respect

Ces 5 points sont attribués automatiquement à l'enfant au départ du combat.

Des points sont retirés si certains critères ci-dessus ne sont pas respectés (jugement pas trop strict), 1 point minimum par combat

## Evaluation technique (1 seule manifestation)

Les 9 thèmes sont évalués.(voir annexe)

Pour chaque thème 4 valeurs de note à laquelle nous ajoutons 10 points (pour équilibrer les 2 évaluations efficacité / technique)

IPPON	➔ 10 POINTS + 10 POINTS	= 20 POINTS
WAZARI	➔ 7 POINTS + 10 POINTS	= 17 POINTS
YUKO	➔ 5 POINTS + 10 POINTS	= 15 POINTS
KOKA	➔ 3 POINTS + 10 POINTS	= 13 POINTS

20 points sont attribués aux enfants ayant participé aux 3 manifestations.

Récapitulatif des points pour les 3 manifestations

	<u>Note maximale</u>	<u>Note minimale</u>
- 1 <sup>er</sup> évaluation efficacité :	4x25 (20 + 5) = 100 Pts	4x1 = 4 Pts
- 2 <sup>ème</sup> évaluation efficacité :	4x25 (20 + 5) = 100 Pts	4x1 = 4 Pts
- évaluation technique	9x20 = 180 Pts	9x13 = 117 Pts
- Points d'assiduités	1x20 = 20 Pts	1x0 = 0 Pt
<b><u>TOTAL</u></b>	<b>= 400 Pts</b>	<b>=125Pts</b>

## BAREME DES PETITS TIGRES

Pour être récompensé le poussin doit participer à 2 animations minimum

De 0 à 189 ➔ Bronze

De 190 à 269 ➔ Argent

De 270 à 400 ➔ Or

# **DEROULEMENT DE L'ANIMATION EFFICACITE**

## **Animation prévue pour 200 enfants**

- 9 h → 9 h 20**                    ➤ Pesée à 4 postes  
Le responsable de la pesée marque le poids sur le passeport et le garde à la table
- 9 h 20 → 9 h 25**            ➤ Échauffement dirigé par un professeur
- 9 h 25 → 9 h 35**            ➤ Explications des thèmes aux parents et aux judokas
- 9 h 35 → 9 h 40**            ➤ Répartition des enfants sur les 4 tapis pour les thèmes techniques
- 9 h 40 → 10 h 30**          ➤ Travail dans les 4 ateliers (10 mn par atelier)
- 10 h 30 → 10 h 40**        ➤ Appel et répartition des enfants pour les combats en poules
- 10 h 40 → 12 h**            ➤ Combats des enfants en poules de 5 sur 16 tapis

## **ORGANISATION**

**Important** : Arrivée des professeurs pour 8 h 50 ce qui va leur permettre d'accueillir leurs élèves

- ➔ 4 postes de pesée dans le dojo
- ➔ Tous les enfants du même club iront sur la même balance (facilitation de la redistribution des passeports)
- ➔ A la pesée ; les passeports seront gardés, le poids de l'enfant sera marqué dessus et nous aurons le nombre d'enfants présents.
- ➔ A la fin de la pesée, début de l'échauffement par un professeur
- ➔ Pendant le temps de l'échauffement et des ateliers les commissaires vérifieront les passeports et enregistreront le poids et l'inscription des poussins à l'informatique
- ➔ A la fin de l'échauffement : répartition égale des enfants vers les 4 ateliers
- ➔ Pour la répartition : nous mettrons les enfants par clubs et en couple avant de les diriger vers les ateliers
- ➔ A la fin du travail dans l'atelier un des professeurs accompagne le groupe vers l'atelier suivant (Sens des aiguilles d'une montre) pendant que l'autre professeur accueille le groupe qui arrive.
- ➔ A la fin des ateliers les enfants restent sur le tapis pour connaître le tapis sur lequel ils feront les combats en poules
- ➔ Quand la poule est terminée les professeurs donnent les points aux enfants, qui peuvent alors rentrer chez eux.

# ANIMATION POUSSINS

## ATELIER TECHNIQUE

### 1<sup>ère</sup> ANIMATION avec 4 thèmes techniques

#### ➤ 1<sup>er</sup> thème : chutes et Rôle de uke (blocage, esquive)

##### ➔ Chutes arrière

Seul : points importants ➔ chutes bloquées

➔ Jambes tendues

➔ Protéger la tête

##### ➔ Chutes avant

Seul : Chutes bloquées

##### ➔ Rôle de uke

###### A deux

- Tori attaque o goshi uke se «gaine» pour chuter

« Gainage » de uke : se tenir bien droit

Pousser avec le ventre (bien dur)

Se grandir (monter sur l'avant du pied)

- Tori attaque o goshi uke bloque

Blocage de uke : se tenir bien droit

Pousser avec le ventre (bien dur)

Descendre sur les jambes

- Tori attaque tai otoshi uke esquive

Esquive de uke : Uke prend appui sur tori pour tourner autour de lui en pas chassés latéraux

Uke esquive en passant par-dessus la jambe de uke pour revenir de face

#### ➤ 2<sup>ème</sup> thème : Techniques arrière avec action / réaction

##### ➔ Travail sur les fauchages intérieurs : KO UCHI et O UCHI

- Tori tire, uke résiste (position assis sur une chaise) ➔ tori avance en pas chassés et percute uke avec la poitrine pour le faire tomber

- Tori tire, uke résiste (position assis sur une chaise) ➔ tori avance en pas chassés et fauche en ko ou o uchi gari.

- Points importants : changer la distance entre uke et tori (poitrine poitrine pour faucher)  
: Percuter uke

➔ La démonstration du prof doit être forte la 1<sup>ère</sup> fois et décomposée la 2<sup>ème</sup> fois

#### ➤ 3<sup>ème</sup> thème : Travail avec les jambes en ne waza (forme Gagliano)

Seul : tori a un genou au sol et un levé, il fait glisser la jambe au sol en passant par l'intérieur pour venir coller ses 2 plantes de pieds avec les genoux écartés

A deux : Uke est à genoux position haute tori fait le travail ci-dessus en venant ceinturer uke par dessus les bras

- Uke est à genoux position haute, Tori a un genou levé et l'autre au sol.

- Uke et tori sont en garde. Tori a un pied d'engagé entre les jambes de uke puis vient glisser son 2<sup>ème</sup> pied en ceinturant uke. ➔ il soulève uke en basculant sur l'arrière et le renverse sur le côté pour finir en tate shiho gatame ou en kuzure kami shiho gatame.

## ➤ 4<sup>ème</sup> thème : Enchaînement avant/ avant

**Point important : la première attaque doit être forte (marquer ippon) si uke esquive tori enchaîne sur une technique avant.**

**Principe de travail : Continuer l'attaque après une esquive**

- Tori attaque soit tai otoshi ou morote avec barrage uke esquive (petite ou grande) et tori redouble l'attaque ou enchaîne sur une autre attaque sur l'avant.

## 2<sup>ème</sup> ANIMATION avec 4 thèmes techniques

### ➤ 1<sup>er</sup> thème : Mise en déséquilibre sur technique avant

Travail sur l'ouverture de la garde, action d'hikite et de tsurite

Educatif : tori avance sa jambe d'appui pour être en position de force

Tori les 2 mains aux revers, uke les 2 bras au dessus.

Tori ouvre les bras en tirant uke vers lui

Ouverture et projection

Tori (jambe avancée et le pied tourné vers l'intérieur) déséquilibre uke en le tirant vers lui (action d'hikite et de tsurite) ➔ pivote sur son pied, se place et lance sa technique

### ➤ 2<sup>ème</sup> thème : Ne waza : contrôle de uke par l'intermédiaire des bras

Educatif pour le contrôle de uke avec le bras

Uke sur le dos les bras relevés et écartés. Il bascule sur le côté de droite à gauche (bateau), tori arrête la rotation en mettant bras dans bras (bras droit/gauche ou gauche /droit)

Même départ tori se met en opposition sa poitrine sur l'épaule de uke en utilisant son poids de corps pour amener uke sur le dos ➔ **tori s'installe en shiho ou en gesa**

### ➤ 3<sup>ème</sup> thème : ENCHAINEMENT AVANT/ARRIERE

Tori attaque une technique sur l'avant ➔ uke esquive (1/2 esquive) tori se replace pour enchaîner avec une technique arrière intérieur ou extérieur.

### ➤ 4<sup>ème</sup> thème : KAKARI GEIKO

Tori se déplace et lance ses attaques ➔ uke essaie d'esquiver ou chute .

Uke pose ses mains sur les épaules de tori les bras fléchis (coudes vers le bas) ou saisit tori toujours avec les bras fléchis pour ne pas bloquer les attaques de tori et lui permettre d'ouvrir la garde avant d'attaquer.

**INSERER LE TABLEAU : ORGANISATION POUR LE TRAVAIL EN ATELIER (fichier répartition tapis)**

# **DEROULEMENT DE L'EVALUATION TECHNIQUE**

## **Animation prévue pour 200 enfants**

9 h	Arrivée des enfants au dojo
9 h 10	Début de l'échauffement dirigé par un professeur
9 h 20	Mise en place des élèves par clubs et par couples. Les professeurs distribuent les fiches d'évaluation aux enfants
9 h 30	Répartition des enfants vers les différents ateliers
9 h 40	Démonstration par 2 professeurs des 9 ateliers techniques pour les parents et enfants.
9 h 50	Début des évaluations
12 h	Fin de l'animation

## **ORGANISATION**

- Important bien dire aux enfants et aux professeurs d'arriver à l'heure
- Les professeurs doivent venir avec les fiches d'évaluation remplies au nom de chaque enfant
- Répartition des professeurs vers les ateliers 1 ou 2 suivant le nombre
- Avant chaque évaluation dans l'atelier, le ou les professeur(s) montreront ce qui va être évalué
- Pour l'évaluation le professeur juge et donne la valeur de koka à ippon et les commissaires marquent le résultat sur la fiche.
- A la fin de chaque évaluation ce sont les professeurs qui guident les enfants vers l'atelier suivant.
- A la fin de la dernière rotation les professeurs prennent toutes les fiches et les donnent à la personne responsable du suivi informatique.

**INSERER LE TABLEAU** : ORGANISATION POUR L'EVALUATION TECHNIQUE (fichier répartition tapis)

# EVALUATION TECHNIQUE

Nous avons mis 4 niveaux de valeur : koka, yuko, wazari, ippon.

Pour la fiche d'évaluation nous ne mettrons les critères que pour le koka et le ippon.

## CHUTE ARRIERE ( seul 3 chutes)

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>- Tête relevée</li><li>-Jambes tendues</li><li>- Frappe avec tout le bras</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>- Tête touche le tapis</li><li>- Coudes ou mains posés</li></ul>

## CHUTE AVANT (seul et bloquée)

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>- Arrivée sur le coté</li><li>- Jambes non croisées</li><li>-Tête relevée</li><li>- Corps gainé</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>- A droite rouler sur le bras gauche</li><li>- roulade avant</li><li>-Tomber sur le coté</li></ul>

## ROLE DE UKE (blocage, esquive)

Pour la notation du rôle de uke (3 points à évaluer), application de la règle d'arbitrage pour les valeurs.

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>-Bon gainage du corps</li><li>-bien descendre sur les jambes pour bloquer et pousser avec le ventre</li><li>-Tonique pour esquiver</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>-pas de gainage du corps</li><li>-s'accroche à tori pendant la chute</li><li>-esquive avec la mauvaise jambe</li><li>-pas d'esquive</li><li>-Ventre de uke pas dans le dos de tori</li></ul>

## TECHNIQUE ARRIERE AVEC ACTION / REACTION

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>- Bien percuter uke en pas chassés</li><li>-Action de fauchage</li><li>-Contrôle de uke dans la chute</li><li>- se déplacer en pas chassés</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>- Pas de percussion ni de fauchage</li><li>- Fauchage avec pied inversé/à la garde</li><li>- Ne se rapproche pas pour faucher (pas de pas chassés)</li></ul>

## TRAVAIL AVEC LES JAMBES EN NE WAZA

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>-Les bras de tori verrouillent bien uke (corps et bras)</li><li>-Bon contrôle avec les coups de pieds</li><li>-Contrôle pendant le renversement</li><li>-Finir par l'immobilisation</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>-trop loin de uke, pas de contact</li><li>-pas du tout de contrôle avec les pieds</li><li>-pas de contrôle en immobilisation</li></ul>



## ENCHAINEMENT AVANT/AVANT

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>- Une 1<sup>er</sup> attaque forte</li><li>-Pas de temps d'arrêt entre les 2 attaques</li><li>-Les 2 Attaques réalisées correctement en tournant le dos</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>-1<sup>ere</sup> attaque pas efficace</li><li>-pas de remplacement pour la 2<sup>eme</sup> attaque (pas tourner le dos)</li><li>-très mauvaise réalisation des techniques</li></ul>

## MISE EN DESEQUILIBRE ET TECHNIQUE AVANT

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>-Position stable pour déséquilibrer</li><li>-coude vers le bas pour pêcher et manche tirée à la hauteur des yeux</li><li>-Maintien du déséquilibre pendant la rotation</li><li>-Projection correcte</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>- Les 2 pieds sur la même ligne pas stable</li><li>-Le coude vers le haut, poignet cassé</li><li>-pas de déséquilibre</li></ul>

## NE WAZA :CONTROLE DE UKE PAR L' INTERMEDIAIRE DES BRAS

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>-bonne mobilité de tori</li><li>-action efficace du bras pour freiner la rotation de uke</li><li>-bonne utilisation de la poitrine sur la poitrine de uke pour le mettre sur le dos</li><li>-contrôle en immobilisation</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>- pas de blocage avec le bras</li><li>- reste derrière la tête de uke</li><li>-pas d'immobilisation</li></ul>

## ENCHAINEMENT AVANT/ARRIERE

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>- 1<sup>ere</sup> attaque forte</li><li>-bien replacer ses appuis pour la 2<sup>eme</sup> attaque</li><li>-choix judicieux pour la 2<sup>eme</sup> attaque</li><li>-2<sup>eme</sup> attaque bien réalisée</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>-1<sup>ere</sup> attaque pas efficace</li><li>-pas de reprise d'appuis pour l'enchaînement</li><li>-Très mauvaise réalisation des techniques</li></ul>

## KAKARI GEIKO

IPPON	WAZARI	YUKO	KOKA
<ul style="list-style-type: none"><li>-attaques fortes</li><li>-bonne ouverture de garde</li><li>-enchaînements bien réalisés</li><li>-efficace dans les projections</li><li>-En uke, attitude favorable pour le travail de tori</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>Pas d'attaques sincères</li><li>-Techniques très mal réalisées</li><li>-pas de mise en déséquilibre</li><li>-s'écroule sur toutes les projections</li><li>-En uke attitude négative</li></ul>

# ANIMATION DES PETITS

TIGRES

## FICHE TECHNIQUE

2007/ 2008

CODE BARRE

NOM

PRENOM

CLUB

POUSSINS

1ère ANNEE

2ème ANNEE

THEMES	BONUS	VALEUR	TOTAL
<b>N°1</b> Chutes Avant et Arrière Rôle de uke	10		
<b>N°2</b> Techniques arrières avec action/réaction	10		
<b>N°3</b> Ne waza travail avec les jambes	10		
<b>N°4</b> Enchaînement Avant / Avant	10		
<b>N°5</b> Mise en déséquilibre sur technique avant	10		
<b>N°6</b> Ne waza contrôle de uke par l'intermédiaire des bras	10		
<b>N°7</b> Enchaînement avant/ arrière	10		
<b>N°8</b> Kakari geiko	10		

TOTAL

80

NOMBRE DE POINTS