

JANVIER 2019

DE LA LUTTE AU JUDO

CULTURE ET TECHNIQUES

MICHEL BROUSSE



PLAN DU COURS

- L'ART DU COMBAT
- HISTOIRE ET ÉVOLUTIONS
- LE JUDO
- CULTURE TECHNIQUES ET RÈGLEMENT

L'ART DU COMBAT

TYPES DE LUTTES

- + COMBATS DE LUTTE SE RETROUVENT DANS LES TRACES LES PLUS ANCIENNES DE LA CIVILISATION HUMAINE
- + CRITÈRES DE CLASSIFICATION POSSIBLES
 - + TYPES DE SAISIES
 - + MODES D'OBTENTION DE LA VICTOIRE

VESTE ET CEINTURE

- + LA TENUE DU LUTTEUR EST LE PRINCIPAL MOYEN DE SAISIR L'ADVERSAIRE
- + SOUVENT, SIMPLE CEINTURE
- + PARFOIS, PANTALON PARTICULIER
- + PARFOIS, VESTE, CEINTURE ET PANTALON PARTICULIERS



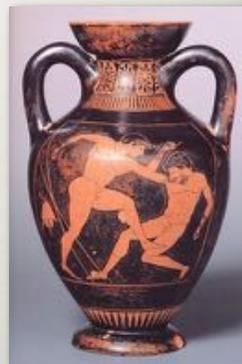
LUTTES LIBRES

- + EN GÉNÉRAL,
 - + LES LUTTEURS SONT À DISTANCE
 - + LA SAISIE EST LIBRE
 - + LA SAISIE SUR LES VÊTEMENTS EST INTERDITE



LE GAIN DU COMBAT

- + DIVERSES MANIÈRES POUR OBTENIR LA VICTOIRE
 - + PERTE D'ÉQUILIBRE
 - + TOUCHER LE SOL
 - + PROJETER ET/OU MAINTENIR AU SOL (PLAT DOS, DURÉE)
 - + OBTENIR UN SIGNAL DE DÉFAITE



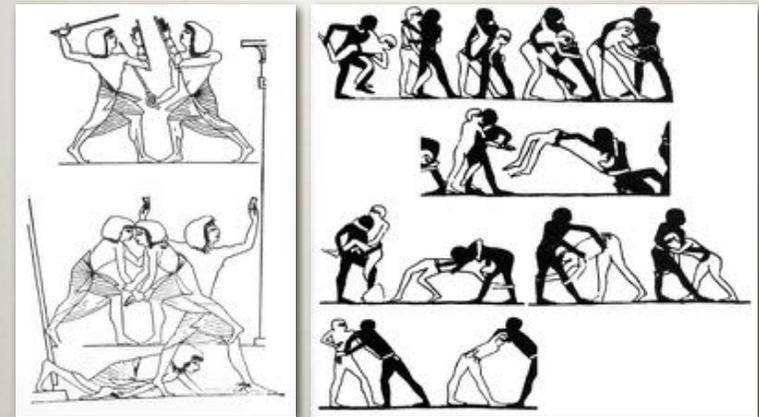
UNE ÉCHELLE DE LA VIOLENCE

- + DEUX CRITÈRES PERMETTENT DE GRADUER L'INTENSITÉ ET LA VIOLENCE DES AFFRONTEMENTS
 - + LA DISTANCE ENTRE LES COMBATTANTS (DU PLUS PROCHE AU PLUS ÉLOIGNÉ)
 - + LE MODE D'OBTENTION DE LA VICTOIRE (DU DÉSÉQUILIBRE À L'EXPRESSION DE LA DÉFAITE)

UNE PRATIQUE UNIVERSELLE

- + LUTTES ET BOXES APPARTIENNENT À L'HISTOIRE DE L'HUMANITÉ
- + DE TOUTES LES ÉPOQUES
- + DE TOUTES LES CIVILISATIONS

TRACES ANCIENNES



ÉGYPTE, 2000 AVANT JC

TRACES ANCIENNES



TRACES ANCIENNES

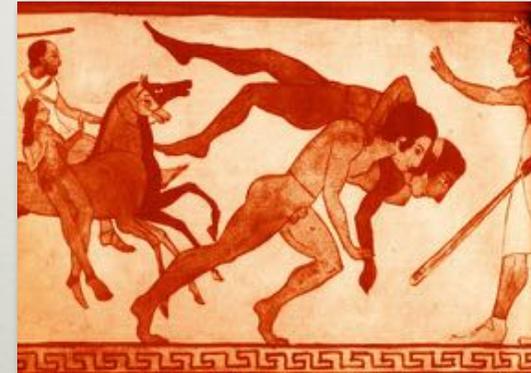


TRACES ANCIENNES



LIVRE DE LUTTE, I^{er}-II^e SIÈCLE APRÈS JC

TRACES ANCIENNES



VASE ÉTRUSQUE, IX^e SIÈCLE AVANT JC

LA BRUTALITÉ DU PANCRACE

+ “MOI, ANDREOLUS, J’AI COMBATTU VAILLAMMENT AU PUGILAT DANS TOUS LES JEUX DE LA GRÈCE. À PISE, JE PERDIS UNE OREILLE; À PLATÉE, UN ŒIL, À DELPHES, ON M’EMPORTA SANS CONNAISSANCE...”



LA BRUTALITÉ DU PANCRACE

“LE VAINQUEUR AUX JEUX OLYMPIQUES QUE TU VOIS EN CET ÉTAT, AVAIT JADIS UN NEZ, UN MENTON, DES SOURCILS, DES OREILLES ET DES PAUPIÈRES. MAIS, IL A PERDU TOUT CELA, ET MÊME SON PATRIMOINE. EN EFFET, IL N’A PU AVOIR PART À LA SUCCESSION PATERNELLE, CAR ON L’A CONFRONTÉ AVEC LE PORTRAIT QUE SON FRÈRE A PRODUIT EN JUSTICE, IL A ÉTÉ DÉCIDÉ QUE CE N’ÉTAIT PAS LÀ LE MÊME INDIVIDU. PAS LA MOINDRE RESSEMBLANCE ENTRE CE PORTRAIT ET LUI.”



RÉSUMÉ

- + LES DIFFÉRENTES FORMES DE LUTTE APPARTIENNENT À TOUTES LES ÉPOQUES ET À TOUTES LES CULTURES



UNIVERSALITÉ



UNE VARIÉTÉ DE FONCTIONS

- + SYMBOLIQUE
- + RITUELLE
- + UTILITAIRE
- + CULTURELLE
- + COMMERCIALE

FONCTION SYMBOLIQUE

“ET QUELQU'UN LUTTA AVEC LUI JUSQU'AU LEVER DE L'AURORE.
VOYANT QU'IL NE POUVAIT L'EMPORTER SUR LUI, IL TOUCHA LE CREUX DE SA HANCHE ET LE CREUX DE LA HANCHE DE JACOB SE DÉMIT PENDANT QU'IL COMBATTAIT AVEC LUI. IL DIT : " LÂCHE-MOI, CAR L'AURORE EST LEVÉE ", MAIS JACOB RÉPONDIT : "JE NE TE LÂCHERAI PAS QUE TU M'AIES BÉNI ". IL LUI DEMANDA : " QUEL EST TON NOM ? " "JACOB", RÉPONDIT-IL. IL REPRIT : " ON NE T'APPELLERA PLUS JACOB, MAIS ISRAËL, CAR TU AS ÉTÉ FORT CONTRE DIEU..."”



Jacob luttant avec l'Ange, Gustave Doré, 1855

GENÈSE, XXXII, 25-29



FONCTION RITUELLE

- ✦ ACCÈS AU POUVOIR
- ✦ RITUELS D'INITIATION
- ✦ RITUELS DE CÉLÉBRATION



CITATION

- ✦ “LE SORT, LA LUTTE ET LA PAROLE ÉLOQUENTE SONT, AU MÊME TITRE, DES ‘MOYENS DE PROUVER’ LA VOLONTÉ DES DIEUX. LE COMBAT OFFRE UNE FORME DE JURIDICTION, TOUT COMME LA PROPHÉTIE OU L’ACTION PLAIDÉE DEVANT LE TRIBUNAL. MAIS, EN DÉFINITIVE, VU LA SIGNIFICATION SACRÉE INHÉRENTE À TOUTE DÉCISION, LE COMBAT PEUT S’INTERPRÉTER COMME UNE PROPHÉTIE”

JOHAN HUIZINGA, HOMO LUDENS

CÉLÉBRATION

- ✦ JEUX OLYMPIQUES ANTIQUES
- ✦ “LA PENTATHLE ET LA LUTTE ONT COMMENCÉ À LA DIX-HUITIÈME OLYMPIADE ET C’EST DE LA QUE LE LUTTEUR PRIT SON NOM”



FONCTION UTILITAIRE

+ “LA LUTTE EST LA PREMIÈRE GYMNASTIQUE ET LE PREMIER MOYEN DE DÉFENSE DES HOMMES DES TEMPS BARBARES, ALORS QU’IL N’AVAIENT À LEUR SERVICE QUE LES ARMES FOURNIES PAR LA NATURE.”

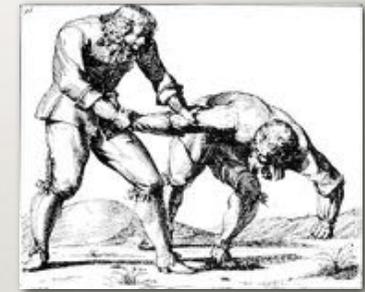


LÉON VILLE, LA LUTTE ET LES LUTTEURS, 1891

FONCTION UTILITAIRE



TRAITÉ D'ESCRIME, XV^e SIÈCLE



TRAITÉ DE LUTTE, XVIII^e SIÈCLE

FONCTION COMMERCIALE



FONCTION CULTURELLE

LA LUTTE SYMBOLE DE L'IDENTITÉ CULTURELLE



AR GOUREN



SUMO

REPÈRES HISTORIQUES

LE JUDO AU JAPON
LE JUDO EN FRANCE

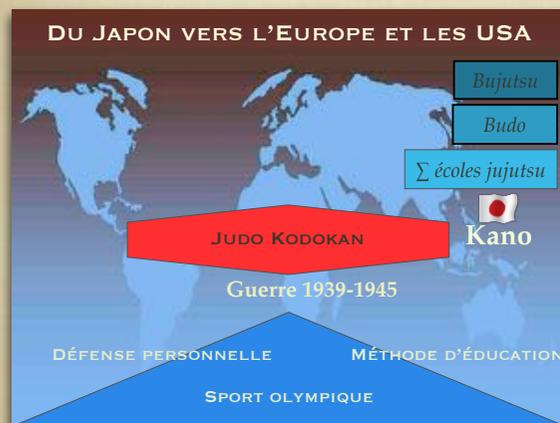


JIGORO KANO

- 28 OCTOBRE 1860 - 4 MAI 1938
- À 22 ANS, EN 1882, FONDE LE KODOKAN JUDO
- EN 1889, PREMIER VOYAGE D'ÉTUDES EN EUROPE
- EN 1909, LE BARON PIERRE DE COUBERTIN INVITE KANO EN TANT QUE REPRÉSENTANT DU JAPON À SIÉGER AU COMITÉ INTERNATIONAL OLYMPIQUE
- KANO EFFECTUE DE NOMBREUX VOYAGES À L'ÉTRANGER COMME HAUT FONCTIONNAIRE DU MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION



DE L'ART MARTIAL AU SPORT MODERNE



L'ÉPOQUE MEIJI



CONSTRUCTION NAVALE



TRANSPORTS



ÉCLAIRAGE PUBLIC - OSAKA 1903

L'ÉDUCATION COMME PRIORITÉ

- DES MODÈLES OCCIDENTAUX



- LA PRÉPARATION PHYSIQUE DES CITOYENS



CARACTÉRISTIQUES DU JUDO

- DES TECHNIQUES SANS DANGER
- LA CHUTE : UNE DÉFAITE SYMBOLIQUE
- LA SAISIE DEVIENT OBLIGATOIRE
- L'ENSEIGNEMENT EST RATIONNEL



- LES EXERCICES DU JUDO

- RANDORI
- KATA
- SHIAI
- MONDO
- KOGI



LE JUDO KODOKAN

- LE PRINCIPE DES “TROIS CULTURES”
PHYSIQUE, INTELLECTUELLE ET
MORALE :



-“UN CORPS EN BONNE SANTÉ EST NON SEULEMENT UNE CONDITION NÉCESSAIRE À L'EXISTENCE MAIS ÉGALEMENT LA BASE DE TOUTE ACTIVITÉ SPIRITUELLE ET MENTALE”

-“QUELLE QUE SOIT LA BONNE SANTÉ D'UNE PERSONNE, SON EXISTENCE RESTE VAINNE SI CELLE-CI NE CONTRIBUE PAS À LA SOCIÉTÉ”

ÉVOLUTION TECHNIQUE

TOMOE NAGE



JAPON - XVII



FRANCE - 1905



JAPON - 1975



SYDNEY - 2000

LE JUDO DE KANO

NAGE WAZA	TECHNIQUES DE PROJECTION
KATAME WAZA	TECHNIQUES DE CONTRÔLE
ATEMI WAZA	TECHNIQUES DE FRAPPE

NAGE WAZA

TE WAZA	PROJECTION PAR L'ÉPAULE/BRAS
KOSHI WAZA	PROJECTION PAR LE HANCHE
ASHI WAZA	PROJECTION PAR BALAYAGE/ FAUCHAGE
MA SUTEMI WAZA	PROJECTION PAR SACRIFICE VERS L'AVANT
YOKO SUTEMI WAZA	PROJECTION PAR SACRIFICE VERS LE CÔTÉ

KATAME WAZA

OSAE WAZA	TECHNIQUES D'IMMOBILISATION
SHIME WAZA	TECHNIQUES D'ÉTRANGLEMENT
KANSETSU WAZA	TECHNIQUES DE LUXATION



FORMES DE PROJECTION



RÈGLEMENT

[HTTPS://WWW.FFJUDO.COM/LE-REGLEMENT](https://www.ffjudo.com/le-reglement)

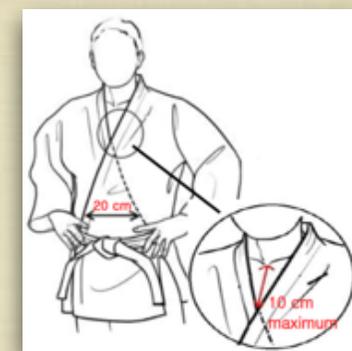
LA DURÉE DES COMBATS

- SENIORS (HOMMES-FEMMES) : 4'
- JUNIORS (HOMMES-FEMMES) : 4'
- TEMPS EFFECTIF DE COMBAT (DURÉE RÉELLE ± 7')
- PUIS « GOLDEN SCORE » (TEMPS INDÉTERMINÉ)

LA SURFACE DE COMBAT



LE JUDO GI



OBTENIR LA VICTOIRE

- PROJECTION
- IMMOBILISATION
- TECHNIQUE D'ABANDON
- CLÉ DE BRAS
- ETRANGLEMENT
- PÉNALITÉS INFLIGÉES À L'ADVERSAIRE

AVANTAGES MARQUÉS

■ LE "IPPON"



ACTION TECHNIQUE
DOS, FORCE, VITESSE



■ LE "WAZA ARI"



ACTION TECHNIQUE
DOS, FORCE, VITESSE (UN CRITÈRE ABSENT)



AVANTAGES MARQUÉS

■ LE "YUKO"



ACTION TECHNIQUE
DOS, FORCE, VITESSE (DEUX CRITÈRES ABSENTS)



■ LE "KOKA" (MAINTENANT SUPPRIMÉ)



ACTION TECHNIQUE
CHUTE ASSIS, CONTACT HAUT DES CUISSSES...



IMMOBILISATIONS

■ "OSAE KOMI"

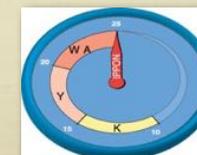
"DÉBUT D'IMMOBILISATION"

■ "TOKETA"

"FIN D'IMMOBILISATION"

■ ~~1" - 10" - 15" - 20" - 25"~~

~~RIEN - (KOKA) - YUKO - WAZA ARI - IPPON~~
RIEN - WAZA ARI - IPPON



LE TABLEAU DES SCORES



■ PÉNALITÉS

- “SHIDO”
- “SHIDO”
- “HANSOKU MAKE”



LE “GOLDEN SCORE”

- À LA FIN DU COMBAT, SI ÉGALITÉ DE SCORE ENTRE LES COMBATTANTS, UN NOUVEAU COMBAT S’ENGAGE IMMÉDIATEMENT
- PAS DE LIMITE DE TEMPS (PÉNALITÉS CONSERVÉES)
- LE VAINQUEUR EST CELUI QUI MARQUE LE PREMIER AVANTAGE OU
- LE PERDANT EST CELUI QUI REÇOIT UNE PÉNALITÉ FAISANT LA DIFFÉRENCE AVEC LES PÉNALITÉS DE L’ADVERSAIRE

L’ARBITRAGE

- UN ARBITRE CENTRAL
- DEUX JUGES DE TABLE ET UN SUPERVISEUR
- SYSTÈME PERMETTANT L’ARBITRAGE VIDÉO



REMARQUES

- POUR LES JEUNES
- ARBITRAGE “PÉDAGOGIQUE”
- RÈGLES ADAPTÉES (EXEMPLES)
- TECHNIQUES ET SAISIES DANGEREUSES INTERDITES (CLÉS, ÉTRANGLEMENTS...)
- VICTOIRE AU TOTAL DES POINTS SUR LA DURÉE DU COMBAT

RÈGLEMENT ADAPTÉ

- ARBITRAGE
“PÉDAGOGIQUE”
- TECHNIQUES ET SAISIES DANGEREUSES INTERDITES (CLÉS, ÉTRANGLEMENTS...)
- VICTOIRE AU TOTAL DES POINTS SUR LA DURÉE DU COMBAT



CONNAISSANCES COMPLÉMENTAIRES

CONNAISSANCES COMPLÉMENTAIRES

- LES DIMENSIONS CULTURELLE ET ÉDUCATIVE DU JUDO
- LE RITUEL DU SALUT
- LA TERMINOLOGIE
- LA HIÉRARCHIE DES GRADES
- LE CONTRÔLE DE SOI

RITUEL

- DIMENSION CULTURELLE
- DIMENSION PÉDAGOGIQUE

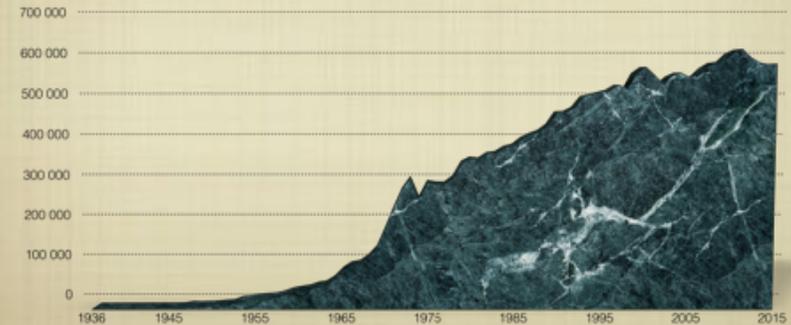


Des changements profonds

- La **démocratisation** par le sport
- La **massification** des pratiquants
- La **juvénilité** et le **renouvellement** des pratiquants

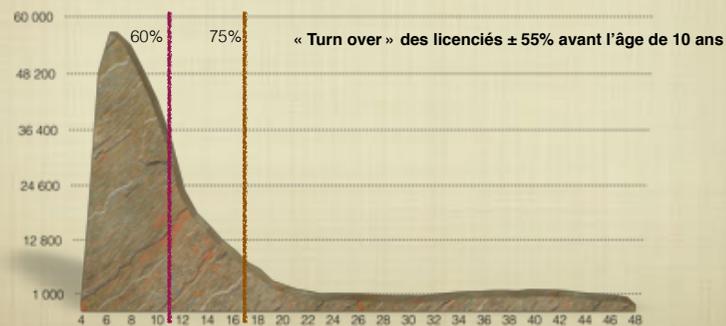
Des changements profonds

- La **démocratisation** par le sport
- La **massification** des pratiquants
- La **juvénilité** et le **renouvellement** des pratiquants



Des changements profonds

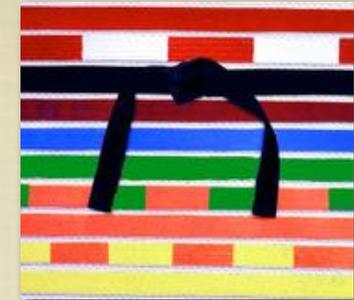
- La **démocratisation** par le sport
- La **massification** des pratiquants
- La **juvénilité** et le **renouvellement** des pratiquants



LA HIÉRARCHIE DES GRADES

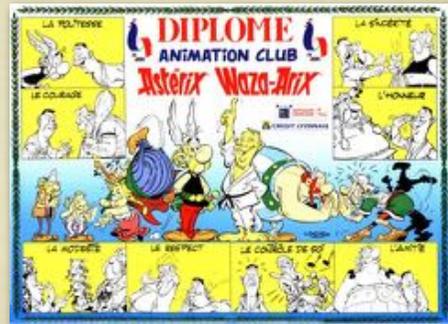
■ LES *dan*

■ LES *kyu*



SEULS SONT RECONNUS LES GRADES DÉCERNÉS PAR LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE JUDO. CETTE QUALITÉ EST DÉLÉGUÉE AUX PROFESSEURS DIPLÔMÉS EN CE QUI CONCERNE LA DÉLIVRANCE DES KYU (CEINTURE BLANCHE À CEINTURE MARRON)

LE CONTRÔLE DE SOI



LE JUDO EN FRANCE

- PRÈS 540 000 LICENCIÉS, ENVIRON 5 700 CLUBS
- ENVIRON 45 000 CEINTURES NOIRES
- PRÈS DE 25 000 DIRIGEANTS
- QUATRIÈME SPORT FRANÇAIS APRÈS LE FOOTBALL, LE TENNIS ET LES SPORTS ÉQUESTRES
- ORGANISÉ EN FÉDÉRATION DEPUIS 1946
- EN 2018, LA FIJ RASSEMBLE 195 PAYS MEMBRES

TERMINOLOGIE

- DO : VOIE, MÉTHODE
- DOJO : SALLE D'ÉTUDE (LIEU OÙ ON ÉTUDIE LA "VOIE")
- JU : SOUPLE AU SENS DE CÉDER (OPPOSÉ À GO: LA PUISSANCE, LA FORCE)
- JUDOGI : TENUE DU PRATIQUANT DE JUDO
- JUDOKA : PRATIQUANT DE JUDO
- JUTSU : ART, TECHNIQUE
- KATA : SÉRIES DE MOUVEMENTS ASSOCIÉS DE FAÇON FORMELLE ET DESTINÉS À ILLUSTRER LES PRINCIPES TECHNIQUES DU JUDO

TERMINOLOGIE

- **KUATSU** : TECHNIQUES DE RÉANIMATION
- **RANDORI** : EXERCICE D'ENTRAÎNEMENT (COMBAT LIBRE SANS ENJEU AUTRE QUE LE PROGRÈS DE CHACUN)
- **REI** : SALUEZ !
- **SHIAI** : COMBAT OFFICIEL OÙ LA VICTOIRE EST EN JEU
- **TATAMI** : TAPIS
- **TORI** : CELUI QUI FAIT L'ACTION
- **UKE** : CELUI QUI SUBIT L'ACTION
- **UKEMI** : CHUTE

CHRONOLOGIE

- **1860** NAISSANCE DE JIGORO KANO, LE FONDATEUR DU JUDO
- **1882** OUVERTURE DU « KODOKAN JUDO » À TOKYO
- **1905** OUVERTURE D'UNE ÉCOLE DE JUJUTSU À PARIS
- **1909** JIGORO KANO EST LE PREMIER REPRÉSENTANT JAPONAIS DU COMITÉ INTERNATIONAL OLYMPIQUE.
- **1930** PREMIERS CHAMPIONNATS DE JUDO AU JAPON
- **1938** DÉCÈS DE JIGORO KANO

CHRONOLOGIE

- **1942** SECTION JUDO-JIU-JITSU DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE LUTTE
- **1943** PREMIERS CHAMPIONNATS DE FRANCE
- **1946** CRÉATION DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE JUDO ET DE JIU-JITSU (FFJJJ)
- **1951** CRÉATION DE LA FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE JUDO ET PREMIERS CHAMPIONNATS D'EUROPE DE L'APRÈS-GUERRE À PARIS
- **1956** PREMIERS CHAMPIONNATS DU MONDE MASCULINS SENIORS À TOKYO

CHRONOLOGIE

- **1964** PREMIERS CHAMPIONNATS OLYMPIQUES À TOKYO
- **1975** PREMIERS CHAMPIONNATS D'EUROPE FÉMININS
- **1980** PREMIERS CHAMPIONNATS DU MONDE FÉMININS À NEW YORK. A MOSCOU, THIERRY REY ET ANGELO PARISI CHAMPIONS OLYMPIQUES
- **1988** LE JUDO FÉMININ EST SPORT DE DÉMONSTRATION AUX JEUX DE SÉOUL. IL EST DÉFINITIVEMENT INSCRIT AU PROGRAMME À PARTIR DES JEUX DE BARCELONE
- **1992** CÉCILE NOWAK ET CATHERINE FLEURY CHAMPIONNES OLYMPIQUES À BARCELONE

michelbrousse.fr



Merci pour votre aimable attention

