

L'arbitrage du judo, un univers complexe...

Les connaissances de l'arbitrage sont-elles essentielles?

Connaître les règles d'arbitrage permet de comprendre le combat. En effet, reconnaître les gestes pourra vous renseigner sur la projection effectuée. Le judoka reconnaîtra ainsi sa victoire, sa défaite ou ses sanctions.

D'ailleurs, la formation du judoka ne saurait être complète sans l'apprentissage de ces règles puisqu'il faut connaître celles du commissaire sportif pour obtenir son 1er Dan et celles de l'arbitre lors des 2e et 3e Dan.

L'arbitrage est donc un fondement essentiel du Judo, que nous tenterons d'illustrer dans cette édition de juin de l'Hajime. Sous la forme humoristique des « Pour les Nuls » bien connus, retrouvez les étapes et les connaissances nécessaires pour devenir un arbitre accompli!

Bonne Lecture!

5

L'arbitrage en bref

7

Quelques données essentielles...

8

Les gestes du judo : Apprenez-les!

9

Gestes essentiels

12

Compétitrice et arbitre : les femmes et l'arbitrage

15

Êtes-vous prêt à arbitrer? Testons vos connaissances!

L'arbitrage du judo est complexe et nécessite plusieurs personnes aux tâches différentes. Un combat est dirigé par un arbitre central dont la nationalité doit différer de celle des athlètes qui combattent. L'arbitre est en contact constant à l'aide d'un système de radio-communication. Un système vidéo peut également l'appuyer. Il est assisté dans sa tâche par les officiels. Les arbitres de judo doivent avoir suivi une formation adéquate et respecter le code vestimentaire en vigueur.

Les officiels :

Chronométrateurs :

Au nombre de 2, ils s'occupent respectivement du temps du combat et du temps des Osaekomi.

Le premier :

- Chronomètre le temps réel de combat, démarre à l'annonce de HAJIME ou de YOSHI et arrête aux MATE ou SONO-MAMA.
- Annonce à l'arbitre la fin du combat avec le signal sonore

Le second :

- Chronomètre les OSEAKOMI à l'annonce OSEAKOMI et s'arrête à SONO-MAMA, TOKETA ou MATE. Il reprend aussi le compte si l'arbitre annonce YOSHI.
- Lève le drapeau jaune à chaque arrêt du chronomètre

Responsable du tableau d'affichage :

Une seule personne est en charge du tableau d'affichage, qui peut être électronique ou papier. Cette personne doit y inscrire les points et les pénalités. Elle doit être en mesure de reconnaître les gestes effectués par l'arbitre central. Il est responsable d'afficher l'évolution du combat.

Une autre personne est en charge de superviser le responsable du tableau d'affichage et lui signaler ses erreurs.

Critères d'un Ippon
Force
Vitesse
Contrôle
Projection largement sur le dos

Transcripteur des résultats :

Une seule personne effectue la transcription des résultats. Elle enregistre la progression du combat en notant les décisions de l'arbitre central, les points et les punitions.

Superviseur

Le commissaire sportif est en charge du bon déroulement et de la bonne entente entre les équipes de commissaires et d'arbitres.



En règle générale, les arbitres sont d'anciens compétiteurs ayant atteint le grade de ceinture noire. Toutefois, il est possible de s'y initier avant ou sans être compétiteur. Il suffit d'être au courant des avancées techniques et des règlements du judo. L'arbitrage permet de demeurer actif en compétition ou d'y entrer par une porte différente.

L'arbitre a la dure tâche de contrôler le combat, tout en laissant libre d'action les compétiteurs. Il doit faire respecter l'ensemble des règles, évaluer l'efficacité des techniques utilisées et sanctionner au besoin.

L'arbitrage nécessite une grande concentration et une bonne condition physique afin d'être toujours alerte. Il s'agit d'une responsabilité ardue, qui s'apprend de façon théorique avec assiduité. La pratique régulière viendra par la suite affiner les réflexes et le jugement afin qu'aucune interprétation personnelle n'entrave la direction du combat.

Les arbitres forment une grande équipe où le respect, l'entraide et l'encouragement est de mise. La franchise permet à chacun de s'améliorer par les commentaires constructifs des autres

L'arbitre central dirige donc le combat et donne ces décisions. Il s'assure que ses décisions sont bien enregistrées. Il doit rester dans la surface de combat, à moins que les combattants ne soient

en Ne Waza à l'extérieur. À ce moment, l'arbitre peut être dans la zone de sécurité. Il est également responsable de l'ordre et de la sécurité de son espace de compétition : que la surface de compétition soit en bon état, que l'équipement fonctionne bien, que les judogis soient propres, etc.

Les grades d'arbitrage chez Judo Québec

International

Continental

Confédération

National A

National B

National C

Provincial A

Provincial B



Quelques données utiles...



Les temps de combat diffèrent selon l'âge et le sexe...

Catégorie	Temps de combat
Sénior masculin / équipe	5 minutes effectives de combat
Sénior Féminin / équipe	4 minutes effectives de combat
Junior masculin et féminin, moins de 21 ans	4 minutes effectives de combat
Cadet masculin et féminin, moins de 18 ans	4 minutes effectives de combat

3 aires complètent la surface de compétition



Surface	Dimensions	Propriétés
Aire de compétition	14m x 14m ou 16 m x 16m	Toute la surface est recouverte de tatamis
Aire de combat	8m x 8m ou 10m x 10m	Elle peut être de 2 couleurs différentes
Aire de sécurité	3 mètres	Elle entoure l'aire de combat

3 types d'avantages

	Points	Pénalités	Immobilisation
Yuko	5	Shido	5 à 14 secondes
Waza-Ari	7	Shido 2	15 à 19 secondes
Ippon	10	Shido 3 / Hansoku-Make	20 secondes



Un sport à catégorie de poids...



Catégories de poids	
Féminin	Masculin
Moins de 48 kg	Moins de 60 kg
Moins de 52 kg	Moins de 66 kg
Moins de 57 kg	Moins de 73 kg
Moins de 63 kg	Moins de 81 kg
Moins de 70 kg	Moins de 90 kg
Moins de 78 kg	Moins de 100 kg
Plus de 78 kg	Plus de 100 kg

16 gestes essentiels d'arbitre



YUKO



WAZA ARI



IPPON



OSAEKOMI
Immobilisation



TOKETA
Sortie d'immobilisation



SONOMAMA ou YOSHI
Suspension/reprise combat



Pénalité pour non
combativité



Pénalité pour fausse
attaque

Arbitrage du judo : apprenez-les !



WAZA ARI
AWASATE
IPPON



HIKI WAKE
Match nul



L'arbitre annule
l'avantage qu'il
vient de donner



MATE
Interruption du
combat



Enregistrement d'une
intervention du médecin



Réajustement du
judogi face à
l'arbitre

Pénalité SHIDO ou
HANSOKU MAKE



Technique non
valable



Quelques règles de gestuelle...

Ce n'est pas tout de connaître les gestes. Certaines spécifications et des précisions sur leur exécution sont nécessaires pour devenir un expert!

En voici quelques exemples :



En cas de confusion lors d'un geste officiel, l'arbitre peut désigner le combattant ou sa position de salut pour indiquer qui a marqué ou a été pénalisé.



En cas d'interruption prolongée du combat, l'arbitre peut indiquer au combattant de s'asseoir dans la position adéquate.



Les gestes de YUKO et WAZA-ARI doivent démarrer avec le bras en travers de la poitrine, puis de côté pour obtenir la position finale correcte. Ils doivent aussi être maintenus lors des déplacements pour être clairement visible des arbitres de table et des officiels.



L'arbitre doit garder les combattants en vue lors des déplacements.



Dans le cas d'un geste de rectification, il doit être fait très rapidement après le geste d'annulation.



Il ne doit y avoir aucune annonce verbale pour annuler une opinion exprimée.



Tous les gestes doivent être tenus de 3 à 5 secondes.



Pour désigner le vainqueur, l'arbitre retourne à sa position initiale, fait un pas en avant, indique le vainqueur puis recule d'un pas.

Un peu de vocabulaire...

FUSEN-GACHI : Vainqueur par forfait

HANTEI : Décision ou jugement

HIKIWAKE : Égalité

KIKEN-GACHI : Vainqueur par abandon

KIME : La décision

KINSA : Avantage

MAITTA : J'abandonne

MATE : Arrêtez!

OTAGAI-NI-REI : Saluez!

SHIMPAN : Arbitrer

SONO-MAMA : Ne bouger plus

SHIMPAN : Arbitrer

SONO-MAMA : Ne bougez plus!

TORI : Celui qui fait l'action

TOKETA : Sortie d'immobilisation

UKE : Celui qui subit l'action

WAZA-ARI : Technique à grand avantage

WAZA-ARI-AWASETE-IPPON : Deux Waza-ari donnent un Ippon

YOSHI : Continuez

YUSEI-GACHI : Victoire par supériorité technique

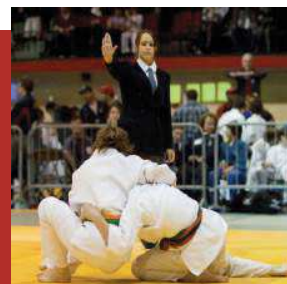


Compétitrices et arbitres : Les femmes et l'arbitrage



Diane Couture

Ceinture Noire 4ème Dan
Arbitre international A depuis 17 ans
Directrice de club depuis 30 ans



Depuis plusieurs années, Diane dirige un programme de mentorat auprès des arbitres féminines afin d'optimiser leur formation.

« L'arbitrage n'est pas différent pour les hommes ou les femmes, quel que soit le niveau. »

Je constate que les jeunes filles (tout comme les jeunes hommes), qui sont compétiteurs/trices d'un bon niveau, ou qui l'ont déjà été font en général d'excellents arbitres.

C'est donc en recrutant de jeunes compétitrices ces deux dernières années que l'équipe féminine Relève et Provinciale s'est formée.

J'encourage les filles à pour suivre leur carrière de compétitrice quelle qu'elle soit, ce qui leur permettra d'atteindre un haut niveau d'arbitrage plus rapidement (si elles le souhaitent) que si elles attendent la fin de leur carrière de compétitrice pour débiter l'arbitrage.

Les projets que j'organise combinent en général un stage et un tournoi. Les filles ont la possibilité d'assister au stage, d'arbitrer et de combattre la même fin de semaine.

Chez les jeunes filles de 14 à 18 ans (je les recrute à cet âge généralement) le côté social et le sentiment d'appartenance à un groupe est très important. Je tiens compte de cet aspect et lors de nos rencontres, je planifie du temps pour une sortie ou un

Les filles apprécient et ont toujours hâte d'être au projet suivant. Bien entendu, le but premier étant l'arbitrage, un bon encadrement est nécessaire.

Entre 4 à 6 projets sont prévus chaque année, dépendamment du budget qui nous est alloué.

Un carnet de suivi est remis à chacune des participantes, ce qui est un outil utile pour la préparation à un éventuel examen ou encore pour prendre conscience de ce ce qui serait à améliorer

À chaque tournoi, les filles doivent faire une rétrospection de leur performance et l'inscrire dans leur carnet. Je fais également une évaluation à chaque tournoi.

Les filles ont la chance de bénéficier d'un budget en collaboration avec Judo Quebec et Egale Action, pour les projets que j'organise, ce qui contribue grandement au succès du programme de développement des femmes arbitres depuis quelques années.

La saison prochaine, j'ai prévu mettre en place lors de certains tournois une mini garderie pour les femmes qui ont de jeunes enfants et qui souhaitent arbitrer, à suivre...

“ J’ai commencé l’arbitrage puisqu’en arrêtant le judo compétitif, j’ai trouvé que c’était la meilleure alternative pour moi de suivre le judo.

Cela fait seulement un an que j’ai commencé officiellement à arbitrer des compétitions provinciales et j’aime vraiment ça. En effet, je suis rendue au grade Provincial A en arbitrage et je souhaite me rendre vraiment loin.

Jessica Larouche-Hovington, arbitre provincial A



Mon but en tant qu’arbitre est de me rendre au grade National A. Je trouve cela inspirant de voir que les arbitres plus gradés nous soutiennent dans notre cheminement et nous supportent à continuer dans cette voie.

Nous formons une excellente équipe d’arbitres et je suis extrêmement fière d’être dans ce groupe. Même en étant une femme au sein d’un groupe majoritairement masculin, nous sommes égales aux autres et cela est très valorisant et me pousse à continuer dans cette voie.”



J’ai commencé l’arbitrage à 11 ans en France, c’est mon professeur Manu Gandon et mon papa qui m’ont suggéré d’essayer , cela m’a beaucoup plu .

Depuis que je suis au Québec, j’ai passé mon provincial B , j’ai beaucoup été soutenue par mon sensei Marcel Morissette.

Les autres arbitres m’ont bien intégré à leur groupe , mais souvent me regardent d’une drôle de façon car je suis jeune. Certains hauts gradés me conseillent beaucoup comme Diane Couture et Éric Faucher, par contre, avec certains, c’est un peu plus difficile .

Certains entraîneurs ont du mal à me respecter.

Il y a des fins de semaine où j’arbitre et je combats , c’est une chose que j’apprécie bien , en plus je trouve que je combats mieux, je comprends mieux mes erreurs et les décisions des arbitres.

Je trouve que participer au programme de Judo Québec et Egale Action est très bénéfique pour les femmes car elles sont reconnues ,je me sens valorisée par rapport aux autres arbitres masculins car cela m’aide.

J’aime beaucoup arbitrer car je suis souvent avec mon amie Noémie Cossette qui est aussi ma partenaire de club et mon père . J’ai beaucoup d’amies arbitres féminines avec qui je m’entends bien et avec qui j’ai beaucoup de fun à arbitrer.

Êtes-vous prêt à arbitrer?

Répondez aux 30 questions suivantes pour tester vos connaissances en matière d'arbitrage.

1. La surface de compétition est d'une superficie de :
 - a. 8x8, 10x10
 - b. 14x14, 16x16
 - c. 18x18, 20x20
2. Au sol, pour marquer un waza-ari, il faut immobiliser pendant :
 - a. 13 secondes
 - b. 17 secondes
 - c. 20 secondes
3. Au sol, pour marquer un yuko, il faut immobiliser pendant :
 - a. 3 secondes
 - b. 10 secondes
 - c. 20 secondes
4. Au sol, pour marquer ippon, il faut immobiliser pendant :
 - a. 20 secondes
 - b. 25 secondes
 - c. 30 secondes
5. Au sol, Tori tient Uke sur Hon-Gesa-Gatame en bordure et les 2 combattants sortent :
 - a. l'arbitre doit laisser le combat se dérouler
 - b. l'arbitre doit annoncer Mate
6. Debout, pour qu'une action soit valable, il faut qu'une partie du corps d'un des 2 compétiteurs soit en contact avec la surface de combat :
 - a. vrai
 - b. faux
7. On peut faire un Kansetsu-waza sur une autre articulation que le coude :
 - a. vrai
 - b. faux
8. À quel stade fait-on les repêchages dans une compétition avec tableaux à doubles repêchages :
 - a. quarts de finale
 - b. demi-finale
 - c. finale
9. Dans une compétition en poule, en cas d'égalité de victoires et de points entre deux compétiteurs, celui qui remporte la poule est celui qui :
 - a. a le plus de Ippon
 - b. a le plus de victoires
 - c. vainqueur des 2
10. En cas d'égalité en fin de combat, l'arbitre annonce Hikiwake :
 - a. vrai
 - b. faux
11. En cas d'égalité en fin de combat, il y a golden-score :
 - a. vrai
 - b. faux
12. En cas d'égalité en fin de combat, il y a décision :
 - a. vrai
 - b. faux
13. Que se passe-t-il si un compétiteur ne fait rien pendant 15 secondes pour la 1e fois :
 - a. rien
 - b. Shido
 - c. Mate
14. Que se passe-t-il si un compétiteur ne fait rien pendant 25 secondes pour la 1e fois
 - a. Rien
 - b. Avertissement
 - c. Shido 1
15. Que se passe-t-il si un compétiteur adopte une posture défensive pour la 2e fois :
 - a. Avertissement
 - b. Shido 1
 - c. Shido 2
16. En cas de fausse attaque, doit-on laisser la possibilité à Tori d'enchaîner au sol sans arrêter le combat (en donnant la pénalité en cours de combat) :
 - a. Oui
 - b. Non
17. Que se passe-t-il si un compétiteur ne suit pas les indications de l'arbitre :
 - a. Rien
 - b. Shido
 - c. Hansoku-Make
18. Que se passe-t-il si un compétiteur fauche la jambe d'appui par l'intérieur sur une technique comme Haraï-goshi :
 - a. Rien
 - b. Shido
 - c. Hansoku-Make

19. Que se passe-t-il si un compétiteur fauche la jambe d'appui par l'extérieur sur une technique comme Harai-goshi :
- Rien
 - Shido
 - Hansoku-Make
20. Que se passe-t-il si un compétiteur roule sur la tête lors d'une technique de projection qu'il exécute :
- Rien
 - Shido
 - Hansoku-Make
21. Le vomissement est-il synonyme de perte de combat :
- Oui
 - Non
22. Si un compétiteur ne se présente pas sur le tatami pour son combat, qu'annonce l'arbitre :
- Hansoku-Make
 - Fusen-Gachi
 - Kiken-Gachi
23. Après combien d'appel (s) le compétiteur est-il déclaré perdant :
- 1
 - 2
 - 3
24. Combien de fois une même blessure avec saignement peut-elle être soignée par le médecin
- 1
 - 2
 - 3

25. Qui peut appeler le médecin sans risque de disqualification :

- le combattant
- l'arbitre
- le Coach

26. Combien de fois l'arbitre doit-il demander au combattant s'il veut faire venir le médecin (si le combattant en fait la demande) :

- 1
- 2
- 3

27. Qu'annonce l'Arbitre quand il touche les deux combattants au sol :

- Sonomama
- Mate
- Hansoku-Make

28. Si l'arbitre lève son bras à la verticale, paume de main vers la table des commissaires sportifs, cela signifie :

- Mate
- Rien
- Ippon

29. Si l'arbitre lève son bras devant lui avant de le descendre en arc de cercle vers un des compétiteurs, cela signifie :

- Rien
- Appel du médecin
- Pénalité

30. Si l'arbitre tend son bras devant lui, paume de main vers la table des commissaires, cela signifie :

- Mate
- Appel du médecin
- Rien

Êtes-vous prêt?

0 à 3 erreurs : êtes-vous certains de ne pas déjà être arbitre? Vos connaissances sont très bonnes, félicitations!

4 à 8 erreurs : Il ne vous en manque pas beaucoup! Un peu d'étude et le tour sera joué!

9 à 12 erreurs : Ouf, la note de passage... Vous arriverez à mieux faire! Courage!

13 erreurs et plus : Ne baissez pas les bras, l'arbitrage est à votre portée

**Vérifiez vos réponses
avec le corrigé au bas
de la page et comparez
votre niveau de
préparation!**

19 : a
18 : c
17 : c
16 : a
15 : c
14 : c
13 : b
12 : b
11 : a
10 : b
9 : c
8 : b
7 : b
6 : a
5 : a
4 : a
3 : b
2 : b
21 : a
20 : c
30 : a
29 : b
28 : c
27 : a
26 : b
25 : b
24 : b
23 : c
22 : b
21 : a
20 : c