



La tribu en mouvement

Prénom : \_\_\_\_\_

## FICHE N°5 / ARBITRAGE

# LES POINTS AU JUDO

### LE PRINCIPE

Lorsque l'on fait tomber son adversaire ou qu'on l'immobilise au sol sur le dos, l'arbitre indique un nombre de points.

À connaître pour la ceinture :  
\* BLANCHE  
\* BLANCHE - JAUNE  
\* JAUNE

Âge minimum : 6 ans

## SAVOIR COMPTER LES POINTS

### ➔ IPPON : 10 points

Si Uke (celui qui chute) **tombe largement sur le dos** avec force, vitesse et contrôle, ou lorsque je tiens mon partenaire **sur le dos 25 secondes**.



### ➔ WAZA-ARI : 7 points

Si l'une des conditions du ippon n'est pas remplie, ou lorsque je tiens mon partenaire **sur le dos entre 20 et 24 secondes**.



### ➔ YUKO : 5 points

Si **Uke tombe sur son côté** ou lorsque je tiens mon partenaire **sur le dos entre 15 et 19 secondes**.



OSAE-KOMI



TOKETA



### JE PEUX AUSSI ENTENDRE :

**OSAE-KOMI** : c'est ce que dit l'arbitre lorsque je tiens mon adversaire sur le dos.

**TOKETA** : c'est ce que dit l'arbitre lorsque mon adversaire sort de mon immobilisation.