

Culture Judo du Pas De Calais

Membre : PATRICK BIGOT, MARTIAL URVOY, ETIENNE DENEUX, ROBERT DESMARETZ ;

Qu'est ce La Culture judo ? Comment En parler? Comment La montrer et enseigner?

Difficile d'y répondre suivant les orientations des clubs qui peuvent être sportives, traditionnelles.

La Culture Judo est Très imprégnée dans le KATA avec son rituel en commençant par le salut. 8 KATA ont été établis par le fondateur du judo, JIGORO KANO ( 1860/ 1938) et transmis par le KODOKAN ( 1882) son école de Ju Jutsu, appelée judo.

Kata

形を指導する師範

Il existe deux façons principales de pratiquer le judo: Kata et Randori. Kata, qui signifie littéralement «forme» est pratiqué suivant un système formel d'exercice pré-arrangé, tandis que Randori, signifiant «pratique libre» est pratiquée librement. Grâce à la pratique de Kata, les stagiaires apprennent les principes des techniques.

Dans le Kodokan, les huit Katas suivants sont principalement

1. [Nage-no-Kata](https://youtu.be/XMPcL_LKo88) (Formes de projeter ) [https://youtu.be/XMPcL\\_LKo88](https://youtu.be/XMPcL_LKo88)

Trois techniques représentatives sont choisies parmi les cinq Nage-wazas: Te-waza, Koshi-waza, Ashi-waza, Ma-sutemi-waza et Yoko-sutemi-waza

2. [Katame-no-Kata](#) (Formes de saisies et contrôles au sol)

Cinq techniques modèles sont choisies parmi chacune des trois Katame-wazas: Osaekomi-waza, Shime-waza et Kansetsu-waza. [https://youtu.be/3J4\\_yuFyq70](https://youtu.be/3J4_yuFyq70)

3. [Kime-no-Kata](https://youtu.be/7uB3Abz1DMQ) (Formes de techniques décisives). <https://youtu.be/7uB3Abz1DMQ>

Il s'agit d'apprendre les techniques de combats combattifs sérieux. Il se compose des techniques en position agenouillée (Idori, 8 techniques) et en position debout (Tachiai, 12 techniques).

4. [Ju-no-Kata](https://youtu.be/d-byHvQBvx4) (Formes de gentillesse et de flexibilité) <https://youtu.be/d-byHvQBvx4>

Il s'agit d'une composition expressive et gymnastique des méthodes d'attaque et de défense dans une série d'actions lentes et modérées. Il se compose de trois composantes, Dai-ikkyo (Set 1), Dai-nikyo (Set 2) et Dai-sankyo (Set 3), chacune d'elles a cinq techniques.

5. [Kodokan Goshin-jutsu](https://youtu.be/1GXpoyP7d0U) (Formes de l'autodéfense de Kodokan). <https://youtu.be/1GXpoyP7d0U>

Il s'agit d'une «section désarmée» et d'une «section armes». La section \Désarmé\ se compose de douze techniques tandis que la section \Armes\ se compose de neuf techniques.

6. [Itsutsu-no-Kata](https://youtu.be/Oof1PPc9rX0) (Formes de \Cinq\). <https://youtu.be/Oof1PPc9rX0>

Ces formes expriment le mécanisme d'attaque et de défense d'une manière élevée. Il se compose de cinq séquences de mouvements qui expriment artistiquement la puissance de la nature.

7. [Koshiki-no-Kata](https://youtu.be/uVcGpFTOI6I) (Formes de Classiques) <https://youtu.be/uVcGpFTOI6I>

Kano Shihan a hautement évalué les formes de Kito-ryu Jujutsu car ils représentent l'essence de l'attaque et de la défense. Par conséquent, il a laissé les formes comme Kodokan Koshiki-no-Kata, avec peu de changements. Il comprend 14 techniques Omote (avant) et 7 techniques Ura (arrière).

8. [Seiryoku-Zenyo-Kokumin-Taiiku](https://youtu.be/SbAf6vwyE48) (Formes d'efficacité maximale Éducation physique nationale) <https://youtu.be/SbAf6vwyE48>

Il contient les deux aspects de l'éducation physique et les arts martiaux et a des formes d'attaque et de défense. Il se compose de 8 mouvements de Tandoku-renshu (pratique Seule) et de 9 mouvements de Sotai-renshu (pratique en couple).

D'autres KATA existent tel que Go No sen ( <https://youtu.be/UFwSQau8K3I> ). Go No KATA ( <https://youtu.be/vVF4dHzXklo> ) Nage Ura no kata ( [https://youtu.be/u\\_Yz5UVwgaM](https://youtu.be/u_Yz5UVwgaM) ). Katame Ura No KATA ( <https://youtu.be/OZR3XCRwSh8> )

Sous l'initiative de Monsieur Paul Poteaux, 6eme Dan, responsable Culture des Hauts De France, il y a eu le Kagami biraki à Wasquehal le samedi 7 janvier 2017. Remise des diplômes de grade du 1er au 6eme Dan et aussi démonstration de KATA par ordre représentant l'histoire du Judo que contient Maître Shozo AWAZU. En commençant par le kime No KATA ( décision de defense des samourai par atemi, clé, étranglement, projection ) suivi du Koshiki No KATA ( forme antique avec ses réactions Et déséquilibres, étudiés par JIGORO KANO Shihan qui s'inspira pour le Nage No KATA, Katame No kata, Ju No kata, Itsutsu No kata et kodokan goshin jutsu qui fut créé par le KODOKAN En 1956)

Avec Internet , outil qui est à la fois néfaste,dangereux et positivement intéressant pour s'imprégner de La Culture Judô proposée par de nombreux sites de clubs , par son Histoire sans oublier celui du kodokan <http://kodokanjudoinstitut.org/en/waza/forms/textbook/>. À vous professeurs de Judô De continuer à enseigner notre Culture qui nous différencie des autres arts martiaux et du sport En général.

Le Judo est comme un iceberg, une partie sportive avec ses combats Et championnats qui n'est qu'une petite partie que l'on aperçoit de celle cachée Et immense avec sa Culture Et pour le bien être de l'homme.