



**ARTS
MARTIAUX
DE CHINE**

**Certification de niveau
des
Arts Martiaux de Chine
-
Janvier 2012**



Certification de niveau - Arts Martiaux de Chine

Extrait du règlement

- Le dispositif de certification de niveau des Arts Martiaux de Chine est structuré autour de 3 filières:
 - Arts Externes - Arts Internes - Arts du Combat (La filière Arts du Combat est réservée aux compétiteurs combat)
- Le système d'examen comporte 3 modules (A-B-C) composé de deux épreuves, soit un total de 6 épreuves. Le module A évalue les Techniques fondamentales, le module B les formes (Taolu), et le module C la mise en application martiale. Le tout est encadré par un protocole strict (Salut, mise en garde, montrer la technique à démontrer, Pas de prise de distance, appliquer les consignes demandées)
- Le système de certification est basé sur l'évaluation pour chacune des 6 épreuves de 5 compétences combinées avec 6 niveaux de maîtrise. Les compétences évaluées sont identiques pour les 3 filières (Interne, externe et arts du Combat).

Pour les modules A et B regroupant les épreuves 1 à 4 :

- 3 compétences Techniques : Bases techniques, Utilisation de la force du style présenté, Respect des spécificités du style et 2 compétences identitaires : Respect de la posture et intention, soit au total 5 compétences.

Pour le module C qui regroupe les épreuves 4 et 6 :

- 3 compétences martiales spécifiques : Engagement, clarté, rythme ainsi que les 2 compétences identitaires : Respect de la posture et intention, soit au total 5 compétences.

L'évaluation de compétences des modules A et B est orientée sur la qualité technique et la compréhension de la pratique, par opposition au module C qui met l'accent sur les qualités martiales, la combativité et la démonstration du réalisme.

Bonification: Le système d'évaluation permet une bonification de 1 point valable sur une épreuve (stage de préparation, résultat en compétition, inscription Dif, Arbitrage, et investissement fédéral)

NB: Les chutes sont désormais évaluées au cours de l'épreuve 1. L'épreuve 6, Choix 1 de la filière Externe : Application en situation de combat dirigé avec protections est réservée aux pratiquants ayant l'expérience de la compétition combat, compte tenu de l'engagement physique demandé.

Extrait du règlement (suite)

- Le niveau est délivré si le candidat obtient la note minimal à chaque épreuve (6 UV). Si le candidat obtient 5 épreuves, il capitalise 5 UV, le niveau n'est pas validé, et le candidat aura seulement à se représenter sur l'UV manquée. Il faut obtenir les 6 épreuves pour valider le niveau.
- Grille d'évaluation des module A et B :

Epreuve 1	Compétences techniques			Compétences identitaires		Total	Conversion
	Base technique	Force/style	Spécificité/Style	Posture	Intension		
Très Exeptionnel							
Exeptionnel							
Très bon							
Bon							
Insuffisant							
Très insuffisant							
					Total		
					Div/Nbr Juges		
Candidat 2:					Total /10		

- Grille d'évaluation du module C :

Epreuve 2	Compétences martiales spécifiques			Compétences identitaires		Total	Conversion
	Engagement	Clarté	Rythme	Posture	Intension		
Exeptionnel							
Très bon							
Bon							
Insuffisant							
Très insuffisant							
					Total	0	0
					Div/Nbr Juges		
					Total /10		

Complément pour l'obtention d'une épreuve en fonction du grade présenté :

- Pour le 1^{er} Duan : Obtention d'une note totale supérieure ou égale à 5.
- Par le 2^{ème} Duan : Obtention d'une note totale supérieure ou égale à 5 (Sans toutefois avoir aucun niveau de maîtrise noté : « Très insuffisant »).
- Pour le 3^{ème} Duan : Obtention d'une note totale supérieure ou égale à 5.5 (Sans toutefois avoir aucun niveau de maîtrise noté : « Insuffisant ou Très insuffisant »).
- Pour le 4^{ème} Duan : Obtention d'une note totale supérieure ou égale à 6 (Sans toutefois avoir aucun niveau de maîtrise noté : « Insuffisant ou Très insuffisant »).
- Pour le 5^{ème} Duan : Obtention d'une note totale supérieure ou égale à 6.5 (Sans toutefois avoir aucun niveau de maîtrise noté : « Bon, Insuffisant ou Très insuffisant »).

Externe - Waijia

Module A

Epreuve 1 JiBen jishu

Démontrer des enchaînements de techniques:

- Techniques simples et chutes
- Techniques combinées

Epreuve 2

Gong fang / JiBen jishu

Mettre en application avec partenaire une ou plusieurs techniques de l'épreuve 1

Module B

Epreuve 4 Taolu

Réaliser un à 3 Taolus

Epreuve 3 Gongfang Jishu

Mettre en application avec partenaire une ou plusieurs techniques issues de vos Taolus
(Montrer la technique à démonter, puis l'exécuter)

Module C

Epreuve 5 Gongfang Jishu

Choix 1: Applications sur attaques poings et pieds
Choix 2: Applications sous forme de 10 attaques et défenses combinées et enchaînées

Epreuve 6

Choix 1: Application en situation de combat dirigé avec protections
Choix 2: Qin Na Shu
Défense sur saisies
Choix 3: Duanbing/Chuangping
Assaut de 2' avec armes en mousse

Commentaires

Epreuve 1: La maîtrise des chutes est maintenant exigé. Epreuve 2: 2 applications minimum (Idem pour les armes)

Epreuve 4: 1 Taolu pour le 1^{er} niveau, 2 pour le 2^{ème}, 2 dont 1 avec arme pour le 3^{ème}, 3 dont 1 ou 2 avec armes pour le 4 et 5^{ème}.

Epreuve 3: 2 applications minimum (Idem pour les armes)

Epreuve 5: Choix 1: 5/7 attaques (Poing direct, circulaire, remontant, pied coté, circulaire, retourné direct et circulaire)

Epreuve 5 choix 2: Venir avec votre partenaire (10 techniques minimum sans coupure)

Epreuve 6, choix 1: Blocages contre poings et pieds, Blocages et contre attaques contre poings et pieds, Attaques diverses, Projections sur attaque de poing et de pied (Le tout se fait avec gant, casque et plastron sur commandement du responsable de tapis). Cette épreuve est réservée au compétiteur combat compte tenu du niveau d'engagement exigé.

Epreuve 6, choix 2: les ripostes doivent comporter des clefs (Qin-Na), des projections (Shuaifa) et des mises à l'abandon par clé ou technique de frappe (Dafa). Saisies: Poignet, épaule, torse, et encerclement corps ou gorge.

Epreuve 6, choix 3: Utiliser tous les compartiments de combat, et chercher à marquer+ de points sans vous faire toucher

Interne - Neijia

Module A

Epreuve 1 JiBen jishu

Démontrer des enchaînements de techniques:

- Techniques simples
- Techniques combinées

Epreuve 2

Gong fang / JiBen jishu

Mettre en application avec partenaire une ou plusieurs techniques de l'épreuve 1

Module B

Epreuve 4 Taolu

Réaliser un à 3 Taolus

(L'exécution peut être limitée à un extrait de 3')

Epreuve 3

Gongfang Jishu

Mettre en application avec partenaire une ou plusieurs techniques issues de vos Taolus
(Montrer la technique à démontrer, puis l'exécuter)

Module C

Epreuve 5 Tuishou

Travail sur les portes
4 à 8 suivant le niveau évalué à partir d'attaques diverses poing et pied

Epreuve 6

Choix 1: Gong Fang Jishu
Applications sur attaques poings et pieds

Choix 2: Qin Na Shu
Défense sur saisies

Choix 3: Combat combiné avec partenaire avec ou sans armes (1' maxi)

Commentaires

Epreuve 1: Un exercice de maîtrise des chutes peut être demandé. Epreuve 2: 2 applications minimum (Idem pour les armes)

Epreuve 3: 2 applications minimum (Idem pour les armes)

Epreuve 4: 1 Taolu pour le 1^{er} niveau, 2 pour le 2^{ème}, 2 dont 1 avec arme pour le 3^{ème}, 3 dont 1 ou 2 avec armes pour le 4 et 5^{ème}.

Epreuve 5: 3 à 8 portes selon le niveau présenté

Epreuve 6: Choix 1: 3/7 attaques (Poing direct, circulaire, remontant, pied coté, circulaire, retourné direct et circulaire)

Epreuve 6, choix 2: les ripostes doivent comporter des clefs (Qin-Na), des projections (Shuaifa) et des mises à l'abandon par clé ou technique de frappe (Dafa). Saisies: Poignet, épaule, torse, et encerclement corps ou gorge.

Epreuve 6, choix 3: Venir avec votre partenaire. Dans le style interne de son choix le candidat peut présenter une combinaison technique avec partenaire

Art du Combat

Module A

Epreuve 1

Sanshou JiBen jishu

Démontrer des enchaînements de techniques:

- Techniques simples et chutes
- Techniques combinées et projections

Epreuve 2

Gong fang / JiBen jishu

Mettre en application avec partenaire une ou plusieurs techniques de l'épreuve 1

Module B

Epreuve 4

Sanshou Taolu

Réaliser un à 3 Taolus
(1 Taolu de Sanshou est obligatoire)

Epreuve 3

Sanshou Gongfang Jishu

Mettre en application avec partenaire une ou plusieurs techniques issues de vos Taolus
(Montrer la technique à démonter, puis l'exécuter)

Module C

Epreuve 5

Gongfang Jishu

Applications sur attaques poings et pieds

Epreuve 6

Ti Cai Gong Ji

Application en situation de combat dirigé avec protections

Ji Jian Bisai

Assaut libre 1X3'

Commentaires

Epreuve 1 à 4: Se font sans équipement. Epreuve 1 et 2: les chutes sont obligatoires.

Epreuve 5: : 5/7 attaques (Poing direct, circulaire, remontant, pied coté, circulaire, retourné direct et circulaire), le tout avec gant, casque et plastron.

Epreuve 6, Ti Cai Gong ji : Blocages contre poings et pieds, Blocages et contre attaques contre poings et pieds, Attaques diverses, Projections sur attaque de poing et de pied (Le tout se fait avec gant, casque, protège tibia et plastron sur commandement du responsable de tapis).

Epreuve 6: Ji Jian Bisai: Combat nécessitant enchaînement poings, pieds et lutte. Le candidat doit marquer au moins 7 pts pour le niveaux 1, 10pts pour le niveau 2, 15 points pour le niveau 3/4/5. (Le tout se fait avec gant, casque, protège tibia et plastron).

Pour le niveau 4 et 5 : une connaissance de l'arbitrage et du pointage du Sanda est exigée.



Certification de niveau - Arts Martiaux de Chine

Définition des compétences évaluées (Définitions génériques):

Compétences identitaires (Valable pour les 6 épreuves)

Posture: Attitude générale, Droiture, position de la colonne vertébrale, de la tête et des épaules

Intension: Coordination corps/mental, liaison action/impact avec le souffle, regards, contrôle de soi

Compétences techniques (Valable pour les épreuves 1 à 4)

Base technique: Qualité et justesse des postures, techniques de poings et de jambes

Force // Style: Respect des critères d'utilisation de la force par rapport au style présenté (Relâchement, sortie de forces, utilisation du souffle, ancrage des postures ou dynamique du style)

Spécificité // Style: Respect des caractéristiques techniques propres au style présenté

Compétences martiales spécifiques: (Valable pour les épreuves 5 et 6)

Engagement: Intensité de l'engagement physique dans l'action, utilisation de la force et /ou de la vitesse d'exécution en fonction des consignes, évaluation de la puissance

Clarté: Capacité à réaliser des techniques enchaînées de défense et de contre attaque avec précision du geste et des positions

Rythme: Capacité à organiser sa technique en prenant en compte la juste distance, la synchronisation des techniques par rapports aux attaques, ainsi que les temps de réaction