

LIVRET D'ARBITRAGE JEUNE OFFICIEL

CNA - Septembre 2025

NOM :

PRÉNOM :

N° DE LICENCE :

CLUB :

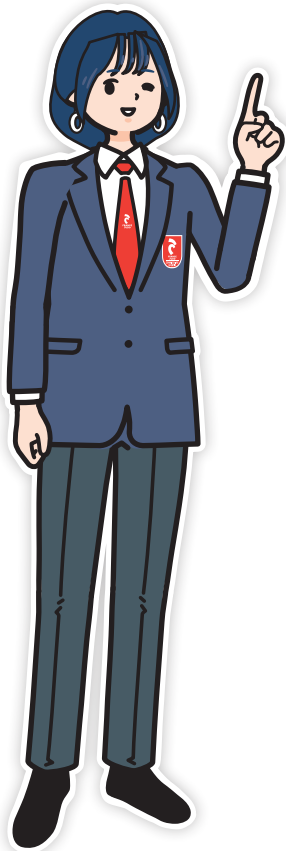
COMITÉ DÉPARTEMENTAL :
.....

**SAISON
2025 - 2026**

“*L’arbitre, c’est celui qui, par son intégrité, son impartialité, sa motivation et son état d’esprit, sait faire accepter ses décisions.*”



► SOMMAIRE



1. CULTURE

Qu’est-ce qu’un arbitre ?

Qu’est-ce que l’arbitrage ?

3 compétences « inséparables »

Tes objectifs

2. RÔLES des arbitres et commissaires sportifs

3. LA TENUE et la CONVOCATION

4. LES GESTES, LES VALEURS ET LES PÉNALITÉS

5. TENUE DE LA TABLE ET SUIVI DES COMBATS

6. DEVENIR ARBITRE / COMMISSAIRE SPORTIF

7. SUIVI DE FORMATION

8. JOURNÉE TYPE

9. PRÉSENTATION DE TON COMITÉ

LIVRET D'ARBITRAGE JEUNE OFFICIEL

CNA - Septembre 2025

1. CULTURE

La voie de l'arbitrage n'est pas une voie à part dans le judo, elle est partie intégrante du judo car l'arbitre ou le commissaire sportif est un JUDOKA. Mieux tu comprendras et aimeras le judo, mieux tu connaîtras l'arbitrage. Connaître l'arbitrage, c'est aimer le judo.

Maître Jigoro KANO expliquait :

« Le sens du sport n'est pas dans le score ou le record mais dans l'habileté et les moyens déployés pour y parvenir ».

Qu'est-ce qu'un arbitre ?

Si tu veux devenir arbitre, tu seras le personnage central d'un combat de judo. Deux juges t'assisteront ainsi que deux commissaires sportifs. Tu devras te faire comprendre par tes gestes mais aussi ta voix. Tu seras garant de l'expression physique, culturelle et philosophique du judo mais surtout tu devras appliquer au plus juste les règles d'arbitrage.

Sans arbitres et sans commissaires sportifs, les compétitions n'existeraient pas. Pour y parvenir, il faut que :

- ⇒ tu aimes le judo
- ⇒ tu sois motivé
- ⇒ tu sois disponible
- ⇒ et surtout tu devras être équitable envers les combattants en appliquant le règlement de la Fédération Française de Judo.

Qu'est-ce que l'arbitrage ?

- ⇒ **PERCEPTION** visuelle = tu dois savoir lire un combat et reconnaître les "erreurs" que tu vois.
- ⇒ **DÉCISION** = il faut que tu sois précis dans tes critères en donnant le "bon avantage" et la juste "sanction". Pour réussir, il faut connaître le règlement afin de bien juger.
- ⇒ **COMMUNICATION** = explique clairement tes décisions, cela permettra d'éviter les éventuels conflits.
- ⇒ **MOTIVATION** = l'arbitrage doit être un plaisir avant tout pour réussir à surmonter les difficultés.

3 Compétences « inséparables ». Il faut avoir du :

- ⇒ **SAVOIR** -> c'est à dire - Maîtriser les règles d'arbitrage
- ⇒ **SAVOIR-FAIRE** -> c'est à dire
 - Savoir comprendre et "lire" un combat (*si tu es combattant, c'est un plus*)
 - Savoir juger et prendre une décision sans hésiter
 - Savoir bien te placer et te déplacer sur la surface, il faut que tu sois "au bon endroit au bon moment"
 - Savoir t'exprimer oralement et par geste, en étant clair et précis dans tes annonces.
- ⇒ **SAVOIR-ÊTRE** -> c'est à dire
 - Avoir une belle attitude et un bon état d'esprit avant / pendant / et après le combat
 - Savoir prendre et assumer tes décisions. Tu dois ÊTRE RESPONSABLE
 - Savoir maîtriser tes émotions. Il faut avoir CONFIANCE en toi et avoir de l'ASSURANCE
 - Que tu sois MOTIVÉ
 - Surtout, tu dois savoir te remettre en cause (t'auto-évaluer, t'auto-critiquer) et rester humble.

Tes objectifs

Dans ton département, les formateurs sont présents pour t'accompagner tout au long de ta formation. Tu assimileras des compétences pour continuer l'arbitrage ou ton rôle de commissaire sportif sur plusieurs niveaux : DÉPARTEMENTAL - RÉGIONAL - NATIONAL.

⇒ Le secteur de l'arbitrage est **une excellente ÉCOLE de la VIE, tu y apprendras :**

- à garder ton sang-froid en toutes circonstances,
- à gérer ton autorité, à te faire respecter,
- à vaincre ta timidité,
- à t'exprimer devant les autres,
- à canaliser ton agressivité,
- à te construire une personnalité face aux réflexions et attitudes des autres,
- à manager des femmes et des hommes.

2. RÔLES

Les arbitres et les commissaires sportifs font partie de la même commission : **ILS FORMENT UNE ÉQUIPE** qui doit être en parfaite harmonie pour le bon déroulement des compétitions, il s'agit de : **LA COMMISSION D'ARBITRAGE.**

ARBITRES / JUGES

Quand tu es arbitre, tu es responsable de la conduite du combat jusqu'à la décision finale. Tu évalues les techniques, sanctionnes toute infraction conformément aux règlements en vigueur. C'est toi qui a la responsabilité d'annoncer les divers commandements prévus dans le règlement afin de diriger le combat. Par exemple :

- Faire entrer les combattants sur la surface de combat et **vérifier si le SALUT est fait correctement** par les deux combattants.
- Annoncer le début du combat : « **HAJIME** »
- Annoncer les arrêts pendant le combat : « **MATE** »
- Annoncer la fin du combat : « **SORE-MADE** »
- Veiller à la sortie des combattants et **vérifier si le SALUT, après la désignation du vainqueur est fait correctement dans la surface de combat.**

Tes juges sont assis à l'extérieur de la surface de combat près de la table des commissaires ou en coin sur une chaise. Ils doivent donner leur avis, en effectuant le geste correspondant à leur opinion, à chaque fois que celui-ci diffère de ton annonce, que ce soit sur une valeur ou sur une pénalité. Si les opinions divergent, tu devras faire la moyenne des différentes valeurs.

COMMISSAIRES SPORTIFS

Au début de la compétition, tu réalises la pesée en contrôlant l'identité et le poids du combattant. Ensuite, tu es chargé de suivre le combat en t'occupant du chronomètre qui fonctionne par décompte ainsi que du chronomètre d'immobilisation.

En fonction des annonces de l'arbitre, tu démarres et arrêtes les chronomètres (HAJIME / MATE ; OSAEKOMI / TOKETA). Tout au long de la journée, tu occuperas plusieurs fonctions sur la table avec les autres commissaires présents. Notamment, tu devras aussi comptabiliser et afficher sur le tableau les valeurs (YUKO, WAZA-ARI et IPPON) et les pénalités (SHIDO et HANSOKU-MAKE) annoncées par l'arbitre. Parfois, tu appelleras le service médical (sur demande de l'arbitre). Enfin, entre les combats, tu seras chargé du suivi des tableaux ou des poules sur la compétition.

3. LA TENUE ET LA CONVOCATION

⇒ Afin d'être reconnu comme membre du corps arbitral, il est demandé de te présenter en tenue officielle sur chaque manifestation pour exercer ta fonction d'arbitre ou de commissaire sportif.

Petit rappel de la tenue : pantalon gris foncé ou noir, chemise blanche, veste bleu marine et cravate ou polo bleu pour les stagiaires.

4. LES GESTES, LES VALEURS ET LES PÉNALITÉS

LES GESTES



SALUT
EN ENTRANT ET SORTANT
DE LA SURFACE

Se pencher en avant et saluer



ATTENTE
AVANT LE COMBAT

Rester droit



INVITER
LES COMBATTANTS À
ENTRER SUR LE TATAMI

Ouvrir les bras



HAJIME
DÉBUT DU COMBAT

SORE MADE
FIN DU COMBAT

Rester droit



MATTE
ARRÊT PENDANT
LE COMBAT

*Tendre le bras devant soi
et en direction
de la table des
Commissaires Sportifs*



AJUSTER LE JUDOGI

*Croiser ses bras devant,
mains vers soi*



ATTACHER LES CHEVEUX

*Poing fermé, à l'envers,
près de sa tempe*



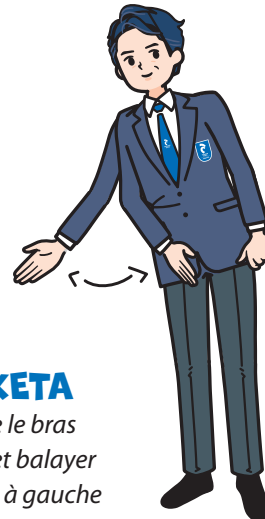
APPELER LE MÉDECIN

*Bras plié, main ouverte
vers le haut*



OSAEKOMI

*Tendre le bras
devant en direction
des combattants*



TOKETA

*Tendre le bras
devant et balayer
de droite à gauche*



SONOMAMA / YOSHI

*Poser ses deux mains,
l'une sur chaque combattant
et appuyer simultanément*



VAINQUEUR

*Tendre son bras côté
vainqueur*

*Ce livret est une
découverte de
l'arbitrage, la liste
des gestes est non
exhaustive.*

LES VALEURS

📣 IPPON

- Projection largement sur le dos avec force, vitesse, contrôle et impact largement sur le dos.
- OSAEKOMI tenir 20 secondes.

📣 WAZA-ARI

- Projection avec un impact à + de 90 degrés à laquelle il manque partiellement l'un des critères du Ippon.
- OSAEKOMI entre 10 et 19 secondes.

📣 YUKO

- Projection sur les fesses ou sur la tranche avec un angle de 80 à 90 degré.
- OSAEKOMI entre 5 et 9 secondes.



IPPON

Tendre le bras vers le haut



WAZA-ARI

Bras tendu à 90° sur le coté



YUKO

Bras tendu à 45° sur le coté



NON VALABLE

*Bras vers le haut,
balayant sur le coté*



ANNULER UNE VALEUR

*Refaire le geste de la valeur et
tendre l'autre bras vers haut,
balayant sur le coté*

5.3 LES PÉNALITÉS

Pendant le combat il pourra y avoir deux « **SHIDO** », le troisième sera pénalisé par « **HANSOKU MAKE** » (*deux avertissements suivis d'une disqualification*). En cas d'égalité parfaite en fin de combat et dans le cadre du règlement international, un golden score est lancé par l'arbitre. Une valeur ou la disqualification met fin au golden score.

➤ **ACTIONS PÉNALISÉES PAR SHIDO** - Liste non exhaustive.

NON COMBATIVITÉ

Après une première saisie, ne pas faire une attaque concrète au cours d'une période de 30 sec. en Tachi-waza ou Ne-waza.

ATTITUDE

Attitude défensive exagérée,
Garder le/les bras tendus en empêchant volontairement son adversaire d'attaquer.

SORTIE DE TAPIS

Sortir de la surface de combat volontairement en fuyant le combat en Tachi-waza ou Ne-waza.

SAISIE

- Rompre la saisie sans garder une main sur la veste,
- Rompre la saisie de la manche avec son propre genou,
- Rompre la saisie en donnant un coup,
- Ne pas s'engager à venir saisir à plusieurs reprises ou éviter d'être saisi.

FAUSE ATTAQUE

- Attaquer sans préparation, ni déséquilibre.
- Simuler une attaque pour fuir ou sans intention réelle de projeter son adversaire.
- Réaliser une attaque qui manque de réalisme.

DIVERS

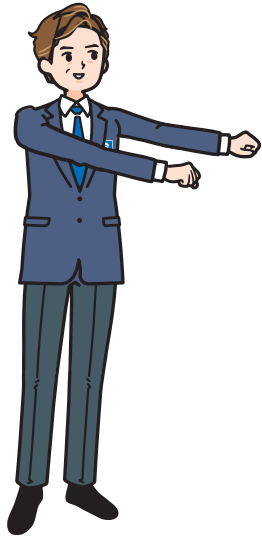
- Toute action avec saisie, en tachi waza, en dessous de la jupe (veste),
- Appliquer la prise de l'ours directe en serrant son adversaire les mains ou les bras joints,
- Essayer de ne pas être saisi par l'adversaire (exemple : protection des revers, etc.),
- Se déshabiller volontairement en retirant sa ceinture ou en retirant la veste de sa ceinture,
- Etc.

La liste des Shidos est non exhaustive.



DONNER UNE PÉNALITÉ (SHIDO OU HANSOKU MAKE)

Pointer avec son index
en direction du combattant



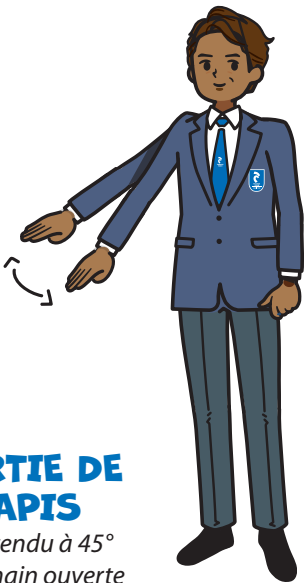
ATTITUDE DÉFENSIVE

Bras tendus en direction
du combattant



FAUSSE ATTAQUE

Poings fermés, descendre
ses bras de haut en bas une seule fois



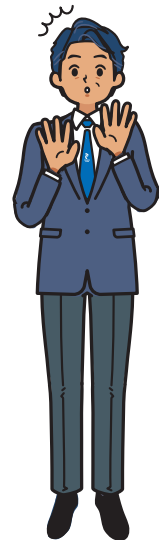
SORTIE DE TAPIS

Bras tendu à 45°
avec main ouverte
en mouvement



NON COMBATIVITÉ

Tourner les bras devant soi,
mains ouvertes



REFUS DE KUMIKATA

Mains ouvertes devant soi,
puis les avancer et les reculer



ACTION OU SAISIE SOUS LA JUPE

Faire le geste de saisir
et ramener son bras vers soi



DOIGT DANS LA MANCHE

Mettre ses doigts
dans sa propre manche

⇒ **ACTIONS PÉNALISÉES PAR HANSOKU MAKE DIRECT** - Liste non exhaustive.

DIVING

- Plonger la tête la première dans l'axe en direction du tatami, (se pencher vers l'avant pour faire une technique comme Uchi-mata, etc),
- Faire un saut périlleux vers l'avant avec Uke sur le dos ou sur les épaules.

TECHNIQUES DANGEREUSES

- Appliquer Kantsetsu Waza (clé de bras) en lançant une technique de projection où Uke n'a aucune chance de s'échapper.
- Effectuer une technique dangereuse comme Kawazu-Gake, kani basami...

ATTITUDE

- Insulter son adversaire ou le corps arbitral.
- Toute faute contraire à l'esprit du judo.
- Soulever Uke du sol pour le re-projeter sur le tatami
- Porter un objet dur ou en métal
- Etc.



DIVING

Faire le geste de plonger avec la main

La liste des HANSOKU MAKE est non exhaustive, il existe des différences dans les catégories cadets et inférieures.

TRÈS IMPORTANT

Si la situation n'est pas suffisamment claire pour attribuer une valeur ou une pénalité, dans un esprit de Fair Play, il est plus raisonnable de ne rien attribuer et de laisser le combat continuer.

Pour plus amples explications sur le règlement, voir sur le site Internet France Judo, rubrique Arbitrage : **“Règlement International, Adaptations Pédagogiques Françaises”**.



5. TENUE DE LA TABLE ET SUIVI DES COMBATS



La notation s'établit à 3 chiffres, suivie du nombre de shido, en cohérence avec le logiciel de tirage au sort.

Exemples : 100 / 000 ; 020 / 001.3 ; 001.1 / 000.2 ; 002.2 / 001 ...

Disqualification

Il existe 3 cas de disqualification possible lors d'un combat :

1) HANSOKU MAKE direct

faute technique grave - le judoka peut reprendre la compétition = 100 / 000.H

2) HANSOKU MAKE direct

faute contraire à l'esprit - le judoka ne peut pas reprendre la compétition = 100 / 000.X

3) HANSOKU MAKE par cumul de SHIDO = 100 / 000.3

Forfait ou raison médicale

Il existe 3 cas possibles lors d'un combat :

1) Forfait, non présentation sur un combat = 100 / 000.F

2) Abandon, le judoka abandonne de lui-même suite à une blessure = 100 / 000.A

3) Décision médicale, le service médical interdit la reprise du combat au judoka = 100 / 000.M

Attribution des points en poule ou en équipe (pour les classements)

- Victoire par YUKO : 001 / 000 = 1 point

- Victoire par WAZA-ARI : 010 / 000 = 10 points

- Victoire par WAZA-ARI AWASETE IPPON : 020 / 000 = 100 points

- Victoire par IPPON : 100 / 000 = 100 points

- Victoire par disqualification ou raison médicale (100 / 000.3 ou H, X, F, A, M) = 10 points

- Victoire au golden score (avantage décisif) :

Par IPPON ou WAZA-ARI AWASETE IPPON = 100 points

- Par disqualification = 100 points

- Par WAZA-ARI = 10 points

- Victoire par décision (règlement jeunes ou animations) = 0 point.

Critères de classement pour les compétitions individuelles en poule

1) Nombre de victoires individuelles

2) Nombre de points marqués

• 100 points - IPPON, WAZA-ARI AWASETE IPPON, HANSOKU MAKE
forfait, blessure (même dans l'avantage décisif) = 100 points

• 10 points - WAZA-ARI

en victoire ou défaite, pendant le temps nominal ou l'avantage décisif = 10 points

• 1 point - YUKO en victoire ou défaite, pendant le temps nominal ou l'avantage décisif = 1 point

• 0 point - Victoire par décision (en animation) = 0 point

(pour les combats se terminant sur le score 001 / 001, aucun point n'attribué au perdant).

- 3) Comparaison directe (si égalité parfaite entre 2 judokas)
- 4) Poule en Avantage décisif (si plus de 2 judokas sont à égalité parfaite).

Critères de classement pour les rencontres par équipes

- 1) Nombre de victoires individuelles de l'équipe
- 2) Nombre de points marqués (en victoire ou défaite).

Critères de classement en poule pour les compétitions par équipes

- 1) Nombre de victoires de l'équipe
- 2) Nombre de victoires Individuelles globales (en victoire ou défaite d'équipe)
- 3) Nombre de points marqués (en victoire ou défaite d'équipe)
- 4) Comparaison directe
- 5) Poule en Avantage décisif (1 judoka / équipe) même catégorie qui a débuté la rencontre et mêmes judokas.

6. DEVENIR ARBITRE / COMMISAIRE SPORTIF

Dès le niveau Club, le secteur de l'arbitrage fait partie intégrante de l'activité pratique du judo jujitsu. Pour toi, peu importe ton âge, être présent sur et autour des tatamis dans un rôle actif et engagé, doit rester une source de motivation.

Tu peux vivre le judo dans l'arbitrage en accédant à des responsabilités, du club jusqu'au niveau international :

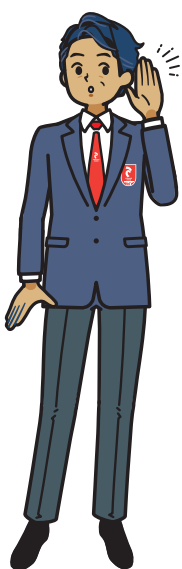
➤ **COMMISAIRE SPORTIF**

➤ **ARBITRE**

➤ **FORMATEUR**

➤ **ÉVALUATEUR**

➤ **SUPERVISEUR**



En tant que Judoka, arbitre ou commissaire sportif, tu obtiens les requis et tu participes activement à la représentativité de ton club. Quel que soit ton niveau sportif, en tant que judoka, fille ou garçon, tu peux suivre une formation pour évoluer dans le secteur de l'arbitrage, sous réserve des conditions suivantes : être licencié, benjamin(e)s, avoir le grade de ceinture orange minimum et être arbitre ou commissaire sportif de club.

- a) Inscription : tu dois t'inscrire par l'intermédiaire de ton professeur.
- b) Cycle de formation : tu deviendras stagiaire et assisteras aux formations indiquées par ton département et ensuite tu pourras participer aux compétitions en fonction des convocations proposées (arbitre ou commissaire sportif).
- c) Examen : Après avoir suivi les cours et une bonne pratique, il sera possible de te présenter aux différents examens qui prouveront ta compétence.

8. JOURNÉE TYPE (EXEMPLE)

MATINÉE



Arriver à l'heure de la convocation



Aider à la mise en place du plateau
(tables, chaises, ordinateurs, etc.)



PESÉE

- Gestion des différentes pesées



BRIEFING COMMUN
(arbitres, commissaires sportifs, coaches)

Dispatching

ARBITRAGE
Arbitre central -
Juge -
Gestion de la caméra -



GESTION DE LA TABLE
- Annonce des combattants
- Tenue des tableaux ou des poules
- Gestion de l'ordinateur



PAUSE DÉJEUNER
(gérée par le responsable de tapis /
de la table ou du responsable
de la manifestation)

ARBITRAGE
Tournus des arbitres
jusqu'à la fin de la
manifestation



GESTION DE LA TABLE
Tournus des commissaires
sportifs jusqu'à la fin de la
manifestation



RANGEMENT
Aide au rangement du matériel.
Débriefing de la journée.

APRÈS-MIDI

9. PRÉSENTATION DU COMITÉ

ORGANIGRAMME DU COMITÉ

Membres du Comité Directeur

Les membres : _____

COMMISSIONS :

Responsable de la Commission sportive :.....
Responsable de la Commission des Grades :.....
Responsable de la Commission d'Arbitrage :.....
Responsable de la Commission Formation :.....
Responsable de la Commission Culture du judo :.....
Responsable de la Commission Ju-Jitsu :.....
Responsable de la Commission Sports Adaptés / Handisports :.....

Formateur/trice départemental d'arbitrage :
Formateur/trice départemental des Commissaires sportifs :
Responsable(s) de l'école d'arbitrage :

Conseiller/ère Technique Fédéral :

Site internet du département :

“ *C'est en multipliant les occasions que
tu deviendras Arbitre ou Commissaire Sportif !* ”

www.ffjudo.com

CONTACT

COMMISSION NATIONALE D'ARBITRAGE SECTEUR ÉCOLES D'ARBITRAGE ET JEUNES OFFICIELS

Domingo SALAS, arbitre international

Christelle VIALIS, arbitre continentale

Anne-Marie DUCONGER, commissaire sportive continentale

cna@ffjudo.com

 <https://www.facebook.com/groups/cnajudo/>