

QUIZZ JUDO CEINTURE BLANC JAUNE ET + :



Nom :
Ceinture :

Prénom :

« Culture judo »

- 1) Que signifie le mot "judo" ?
 - Voie de la souplesse
 - Contrôle du combat
 - C'est le nom de celui qui l'a inventé

- 2) Comment s'appelle la tenue du judoka ?
 - Le kimono
 - Le judogi
 - Le karate-gi

- 3) Qui a créé le judo ?
 - Maître Kawaishi
 - Maître Kano
 - Maître Awazu

- 4) Comment s'appellent les techniques pratiquées au sol ?
 - Nage waza
 - Ashi waza
 - Ne waza

- 5) Qu'est ce que la compétition ?
 - Le shiai
 - Le randori
 - Le yaku soku geiko

- 6) Comment s'appelle la prise de garde ?
 - Le kumi kata
 - Le tokui waza
 - Le nage waza

- 7) Définir « uchi-komi » et « nage-komi » et expliquer la différence entre les deux

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

« Vocabulaire judo »

- 1) Les Ashi-waza sont des techniques de :
 - Jambes
 - Hanche
 - Bras
 - Sacrifice

- 2) Les Te-waza sont des techniques de :
 - Jambes
 - Hanches
 - Bras
 - Sacrifice

- 3) Les Koshi-waza sont des techniques de :
 - Jambes
 - Hanches
 - Bras
 - Sacrifice

- 4) Hiza-guruma est une technique appartenant à la famille des :
 - Te-waza
 - Koshi-waza
 - Ashi-waza

- 5) Quelles sont les catégories de techniques appartenant au Tachi-waza ? (Plusieurs réponses)
 - Te-waza
 - Masutemi-waza
 - Koshi-waza
 - Ne -waza
 - Ashi-waza

- 6) Tai-otoshi est une technique appartenant à la famille des :
 - Jambes
 - Hanches
 - Bras
 - Sacrifice

- 7) Uchi-mata est une technique de :
 - Jambes
 - Hanches
 - Bras
 - Sacrifice

QUIZZ JUDO CEINTURE BLANC JAUNE ET + :



8) Définir « Tandoku-renshu » et donner un exemple :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

« Notion arbitrage »

9) Au sol, pour marquer un waza-ari, il faut immobiliser son adversaire sur le dos pendant ?

- 10 à 15s
- 15 à 20s
- A partir de 20s

10) Au sol, pour marquer ippon, il faut immobiliser son adversaire sur le dos pendant ?

- 10 à 15s
- 15 à 20s
- A partir de 20s

11) Tori projette Uke sur O Uchi Gari, l'impact est sur le côté, l'arbitre annonce :

- Rien
- Kinza
- Wazari
- Ippon

12) En cas d'égalité à la fin du temps réglementaire, l'arbitre annonce :

- Golden score
- Hiki wake
- Décision

13) Les contres sont-ils autorisés pour votre catégorie d'âge?

- Oui
- Non

14) Lorsque qu'un combattant fait tomber 2x son adversaire sur le coté, l'arbitre annonce :

- Ippon
- Wazari
- Wazari awasete ippon

15) A quel moment le coach peut intervenir pendant le combat ?

- Quand il veut
- Pendant les matte
- Quand le combattant le demande

QUIZZ JUDO CEINTURE BLANC JAUNE ET + :

- 16) Quel est le terme d'arbitrage pour « match nul » ?
- Ippon
 - Sonomama
 - Hiki wake
- 17) Que doit porter le premier appelé lors d'une compétition?
- Une ceinture blanche
 - Une ceinture rouge
 - Un judogi vert
- 18) On peut mettre un shido lors ...
- D'une attitude défensive qui dure 3s
 - D'une sortie de tapis régulière
 - D'une chute en dehors de la surface
- 19) On peut mettre directement hansoku-make (disqualification du combat) lors ...
- D'une insulte vers autrui
 - D'une prise avec la tête qui touche le sol (ex : uchi-mata enroulé)
 - D'une non-combativité