



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR
et disciplines associées a.s.b.l.

Passage de grade :

Masters, 1° Degré

Sambo sportif et Sambo de combat

Version du 01 septembre 2016



BASFAD



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR et disciplines associées a.s.b.l.

Sommaire

1. Préambule

2. Pré-requis

- 2.1. Participation aux entraînements
- 2.2. Arbitrage, formation à l'arbitrage
- 2.3. Participation à la vie de la fédération
- 2.4. Résultats en compétition

3. Points bonus

4. Examen

4.1. Techniques debout et au sol

- 4.1.1. Les projections
- 4.1.2. Le sol
- 4.1.3. Les immobilisations
- 4.1.4. Les clés de bras
- 4.1.5. Les clés de jambes
- 4.1.6. Les soumissions

4.2. Techniques de combats

- 4.2.1. Avec partenaire
- 4.2.2. Avec un inconnu

4.3. Techniques de self-défense

- 4.3.1. Sans arme
- 4.3.2. Avec armes

4.4. Connaissance de l'arbitrage

- 4.4.1. Règles en Sambo sportif
- 4.4.2. Règles en Sambo de combat

4.5. Connaissance des règles anti-dopage

4.6. Connaissance de l'histoire du sambo



BASFAD



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR et disciplines associées a.s.b.l.

1. Préambule

Les grades (appelés également niveaux ou degrés) servent avant tout à mettre en évidence la progression technique et pédagogique, la meilleure compréhension de la discipline ainsi que l'aptitude à performer en compétition, en un mot à synthétiser les compétences du samboïste.

Afin de postuler au grade master 1° degré auprès de la commission des grades, le candidat doit répondre à certaines conditions :

- avoir 17 ans au moment où il introduit sa demande de passage de grade auprès de son club,
- avoir 5 ans d'ancienneté (licence effective) le jour du dépôt de la demande,
- remplir les conditions du pré-requis,
- avoir 18 ans le jour du passage de l'examen,
- obtenir la moyenne de 60% au total de l'examen et de 50% au moins dans chaque partie de l'examen

Le candidat sera informé de sa réussite ou de son échec le jour même de son passage de grade.

En cas de réussite, il recevra le diplôme de master 1° degré, symbolisé par la couleur noire.

En cas d'échec ou de réussite partielle, le candidat recevra les recommandations nécessaires afin de représenter la (ou les) partie(s) non réussie(s) lors du passage de grade suivant.

Il est bon de rappeler également que la motivation ou l'attitude seront pris en compte pour l'accession au grade masters. Le comportement doit être exemplaire tant aux entraînements qu'en compétition, il en va de l'image du club et de la fédération !

De même, la spontanéité à se porter volontaire pour participer à la vie de la fédération et donc à son développement, apportera un plus notamment sous forme de points bonus.

2. Pré-requis,

160 points

Les conditions au grade masters 1° degré nécessitent d'obtenir 160 points, répartis comme suit :

- | | |
|--|------------|
| - une participation aux entraînements, | 30 points, |
| - une connaissance de l'arbitrage, | 30 points, |
| - une participation à la vie de la fédération, | 10 points, |
| - des résultats en compétitions, | 90 points. |

Des points bonus permettront aux moins compétiteurs d'entre vous d'accéder au total des 160 points demandés.

Les points seront comptabilisés à partir de la date de notification du dépôt de la demande et remis à zéro après chaque obtention de grade.



BASFAD



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR

et disciplines associées a.s.b.l.

2.1. Participation aux entraînements, **30 points**

- la participation à chaque entraînement fédéral permet d'obtenir 5 points,
- les entraînements nationaux (à venir) seront crédités de 10 points,
- les entraînements internationaux, 20 points.

2.2. Arbitrage, formation à l'arbitrage, **30 points**

- la formation dispensée lors des entraînements fédéraux, 5 points,
- la participation aux stages spécifiques, 10 points,
- l'arbitrage au niveau national, 10 points,
- l'arbitrage en international 20 points.

2.3. Participation à la vie de la fédération, **10 points**

- la contribution, l'investissement, la participation à la réalisation d'événements sportifs ou à leur bon déroulement, 10 points,
- l'investissement, la participation, le développement des différentes structures, commissions ou événements sportifs de la fédération, 10 points.

2.4. Résultat en compétition, **90 points**

- au tournoi national,
 - o la médaille d'or rapporte 20 points,
 - o la médaille d'argent 10 points
 - o la médaille de bronze 5 points,
- à un tournoi de catégorie « C »,
 - o la médaille d'or rapporte 20 points,
 - o la médaille d'argent 10 points
 - o la médaille de bronze 5 points,
- à un tournoi de catégorie « B »,
 - o la médaille d'or rapporte 40 points,
 - o la médaille d'argent 20 points
 - o la médaille de bronze 10 points,
- à un tournoi de catégorie « A »,
 - o la médaille d'or rapporte 80 points,
 - o la médaille d'argent 40 points
 - o la médaille de bronze 20 points,
 - o une cinquième place 10 points.



BASFAD



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR et disciplines associées a.s.b.l.

- à un tournoi World Cup,
 - o la médaille d'or rapporte 120 points,
 - o la médaille d'argent 60 points
 - o la médaille de bronze 30 points,
 - o une cinquième place 15 points.
- au championnat d'Europe,
 - o la médaille d'or rapporte 160 points,
 - o la médaille d'argent 80 points
 - o la médaille de bronze 40 points,
 - o une cinquième place 20 points.
- au championnat du monde ou au championnat du monde universitaire,
 - o la médaille d'or rapporte 200 points,
 - o la médaille d'argent 100 points
 - o la médaille de bronze 50 points,
 - o une cinquième place 25 points.

3. Points bonus

Pour tous ceux qui se sentent moins compétiteurs, il est néanmoins possible de glaner des points et de compléter le quota des 70 points demandés :

- en participant à des stages de 3 jours minimum : 10 points,
- en possédant un titre Adeps niveau 1 : 10 points,
- en possédant un titre Adeps niveau 2 : 20 points,
- en possédant un titre Adeps niveau 3 : 30 points,
- en étant animateur, formateur, enseignant : 10 points,
- en possédant un titre d'arbitre national : 10 points,
- en possédant un titre d'arbitre continental : 30 points,
- en possédant un titre d'arbitre mondial : 60 points.

4. Examen

Rappelons que le carnet est un « outil personnel » pour votre évolution de samboïste et donc qu'il doit être en votre possession continuellement.

Lorsqu'il aura obtenu et validé dans son carnet les points nécessaires au pré-requis, le candidat pourra prétendre à passer l'examen.

Sans carnet, pas de passage d'examen possible. Aussi nous recommandons au candidat de le photocopier régulièrement afin d'avoir une trace des points acquis.



BASFAD



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR et disciplines associées a.s.b.l.

Le jour de l'examen, Il est demandé au candidat, ainsi qu'à son partenaire d'avoir une tenue complète et les protections : rouge pour le candidat, bleue pour le partenaire. Les chaussures et le casque sont obligatoires mais peuvent ne pas être de la bonne couleur. Seul le casque pourra vous être fourni ce jour là.

4.1. Techniques debout et au sol,

70 points

4.1.1. Les projections,

30 points

- 5 mouvements de jambes et balayages,
- 2 mouvements d'épaule ou de bras,
- 4 mouvements de hanche,
- 2 mouvements de sacrifice,
- 2 mouvements d'enfourchement.

4.1.2. Le sol,

5 points

- 2 retournements, partenaire à quatre pattes,
- 1 sortie de garde, partenaire sur le dos,
- 2 dégagements, partenaire dans la garde.

4.1.3. Les immobilisations,

10 points

- 10 immobilisations différentes.

Les variantes éventuelles doivent marquer une réelle différence par rapport à la fondamentale.

4.1.4. Les clés de bras,

10 points

- 3 clés de bras ou luxation sur le dos, partenaire dans la garde,
- 2 clés de bras ou luxation, partenaire sur le dos,
- 5 clés de bras ou luxation (autres) au choix.

4.1.5. Les clés de jambes,

5 points

- 5 clés de jambe :
par clé de jambe, on entend : clé de cheville, de genou, de talon, en ligne ou en torsion.

Une clé de jambe sans contrôle ne sera pas acceptée.

Il faut savoir que certaines de ces techniques sont interdites en compétition,



BASFAD



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR et disciplines associées a.s.b.l.

4.1.6. Les soumissions,

10 points

- 10 soumissions différentes :
exemples : compressions, étranglements, ...
Elles doivent être différentes de celles présentées dans les clés de bras et jambes,
Les frappes au sol ne sont pas comptabilisées.

4.2. Techniques de combat,

30 points

4.2.1. Avec partenaire,

15 points

- durée du combat : 3 minutes,
- le règlement FIAS pour le sambo de combat est appliqué,
- la durée des phases de frappes, les projections et le travail au sol doivent être équilibrées,
- ce module devra comporter impérativement des combinaisons et des enchaînements,
- les techniques au sol doivent être exécutées en moins de dix secondes,
- les temps morts entre chaque technique ne devront pas excéder dix secondes,
- les frappes doivent être exécutées sous forme de combinaisons et légèrement appuyées,
- la tenue complète est impérative : rouge pour le candidat, bleue pour le partenaire,
- seule dérogation tolérée pour la couleur des chaussures et du casque.

4.2.2. Avec un inconnu,

15 points

- durée du combat : 3 minutes,
- le règlement FIAS pour le sambo de combat est appliqué,
- la durée des phases de frappes, les projections et le travail au sol doivent être équilibrées,
- ce module devra comporter des combinaisons et des enchaînements,
- les techniques au sol doivent être exécutées en moins de dix secondes,
- les temps morts entre chaque technique ne devront pas excéder dix secondes,
- les frappes doivent être exécutées sous forme de combinaisons et légèrement appuyées,
- la tenue complète est impérative : rouge pour le candidat, bleue pour le partenaire,
- seule dérogation tolérée pour la couleur des chaussures et du casque,



BASFAD



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR et disciplines associées a.s.b.l.

- le but de ce module n'est pas forcément de gagner le combat mais d'évaluer les capacités de réaction du candidat dans des conditions proches d'un combat réel, le résultat n'est donc pas noté.

4.3. Techniques de self-défense,

30 points

4.3.1. Sans arme,

15 points

- 3 défenses sur coup de poing,
- 3 défenses sur coup de pied,
- 2 défenses sur saisie avant,
- 2 défenses sur saisie arrière,
- 2 défenses sur étranglement,
- 1 défense sur prise de cheveux,
- 2 défenses sur saisie de bras ou de poignet,

La tenue est celle portée habituellement (pas de kurka),

Les défenses doivent être exécutées sans hésitation et réellement efficaces.

4.3.2. Avec armes,

15 points

- 5 défenses contre couteau,
- 3 défenses contre armes de poing,
- 3 défenses contre objets contondants,
- 2 défenses contre bâton long,
- 2 défenses contre objet divers,

La tenue est celle portée habituellement (pas de kurka),

Les défenses doivent être exécutées sans hésitation et réellement efficaces.

4.4. Connaissance de l'arbitrage,

10 points

4.4.1. Règles en Sambo sportif,

5 points

- le candidat se réfèrera au règlement FIAS (voir site FIAS),
- il doit être à même de connaître les règles essentielles rencontrées en sambo sportif ainsi que ce que l'on peut ou ne peut pas faire en combat sportif.

4.4.2. Règles en Sambo de combat,

5 points

- le candidat se réfèrera au règlement FIAS (voir site FIAS),



BASFAD



FEDERATION BELGE DE SAMBO AMATEUR et disciplines associées a.s.b.l.

- il doit être à même de connaître les règles essentielles rencontrées en sambo de combat ainsi que ce que l'on peut ou ne peut pas faire en sambo de combat.

4.5. Connaissance des règles anti-dopage, 5 points

- il sera demandé au candidat, via le site Fias, de prendre connaissance des règles anti-dopage

4.6. Connaissance de l'histoire du sambo, 5 points

