

# Les réponses !

Prénom et nom :....., grade actuel :.....

1. Qui a inventé le « *judo* » sous sa forme pratiquée aujourd'hui ?

Un Japonais, KANO Jigoro (28 octobre 1860 - 4 mai 1938).

2. Que signifie *judo* ? comment appelons-nous le pratiquant : a) un garçon, b) une fille ?

*Judo* signifie « voie de la souplesse » ; un pratiquant de *judo* est un ou une *judoka*.

3. Comment se nomme l'espace, le lieu où le *judo* est pratiqué ? sur quoi évoluons-nous ?

Le lieu est le *dojo* et nous évoluons sur des *tatami*.

4. Quel vêtement spécifique devons-nous porter pour la pratique du *judo* ?

Un *judogi* dont la veste est tenue fermée par un ou une *obi* marquant le grade.

5. Que devons-nous faire avant et après chaque combat, comme avant et après chaque cours ? et pourquoi ?

Saluer son partenaire, saluer les « anciens », comme marque de respect et de non agressivité.

6. Que signifie : a) *tori*, b) *uke* ?

*Tori* est celui qui fait l'action, la technique et *uke*, celui qui la subit, qui chute.

7. Que signifie : a) *hajime*, b) *matte*, c) *sore made* ?

*Hajime* = commencement, début ; en combat = — Commencez !

*Matte* = arrêt ; en combat = — Séparez-vous !

*Sore made* = « jusqu'à ce moment-là », fin d'une séance de travail, fin du combat en compétition.

8. Quelles sont les grandes familles de mouvements, de techniques debout (*ne waza*), au *judo* ? pouvez-vous les citer ?

Il existe trois grandes familles principales : les *te waza* (techniques de mains, de bras), les *koshi waza* (techniques de hanche) et les *ashi waza* (techniques de jambes).

Une autre, étudiée par les « plus grands », est celle des *sutemi waza* (techniques de sacrifice), elle-même subdivisée en deux, *mae sutemi waza* (techniques de sacrifice de face) et *yoko sutemi waza* (techniques de sacrifice de côté).

9. Comment se nomment l'ensemble des techniques exécutées a) debout, b) au sol ?

Les techniques exécutées debout sont les *tachi waza*, celles au sol sont les *ne waza*.

10. À quelle famille appartiennent les techniques suivantes : a) *Tai otoshi*, b) *O goshi*, c) *Uchi mata* ?

*Tai otoshi* est un mouvement de bras (de main), *te waza*.

*O goshi* est un mouvement de hanche, *koshi waza*.

*Uchi mata* est un mouvement de jambe, *ashi waza*.

11. Sauriez-vous nommer les quatre côtés du *dojo* ?

Il y a le côté *Kamiza* (au Nord) où figure l'effigie de Kano Jigoro *Shihan* et où se tient le ou les enseignants (*sensei*), en face (au Sud) est le *Shimozu* où sont les élèves, à gauche de l'enseignant (à l'Est) est la place d'honneur nommée *Joseki*, le dernier côté (à l'Ouest) est le *Shimozeki*.