Commission Spécialisée des Dans et Grades Équivalents de la FFTDA

JE PRÉPARE MON EXAMEN DAN

Versions : 012024/032024/052024/102024/112024/012025/052025/102025/012026- V12 - CSDGE / DNG : CC / IZZIDAN

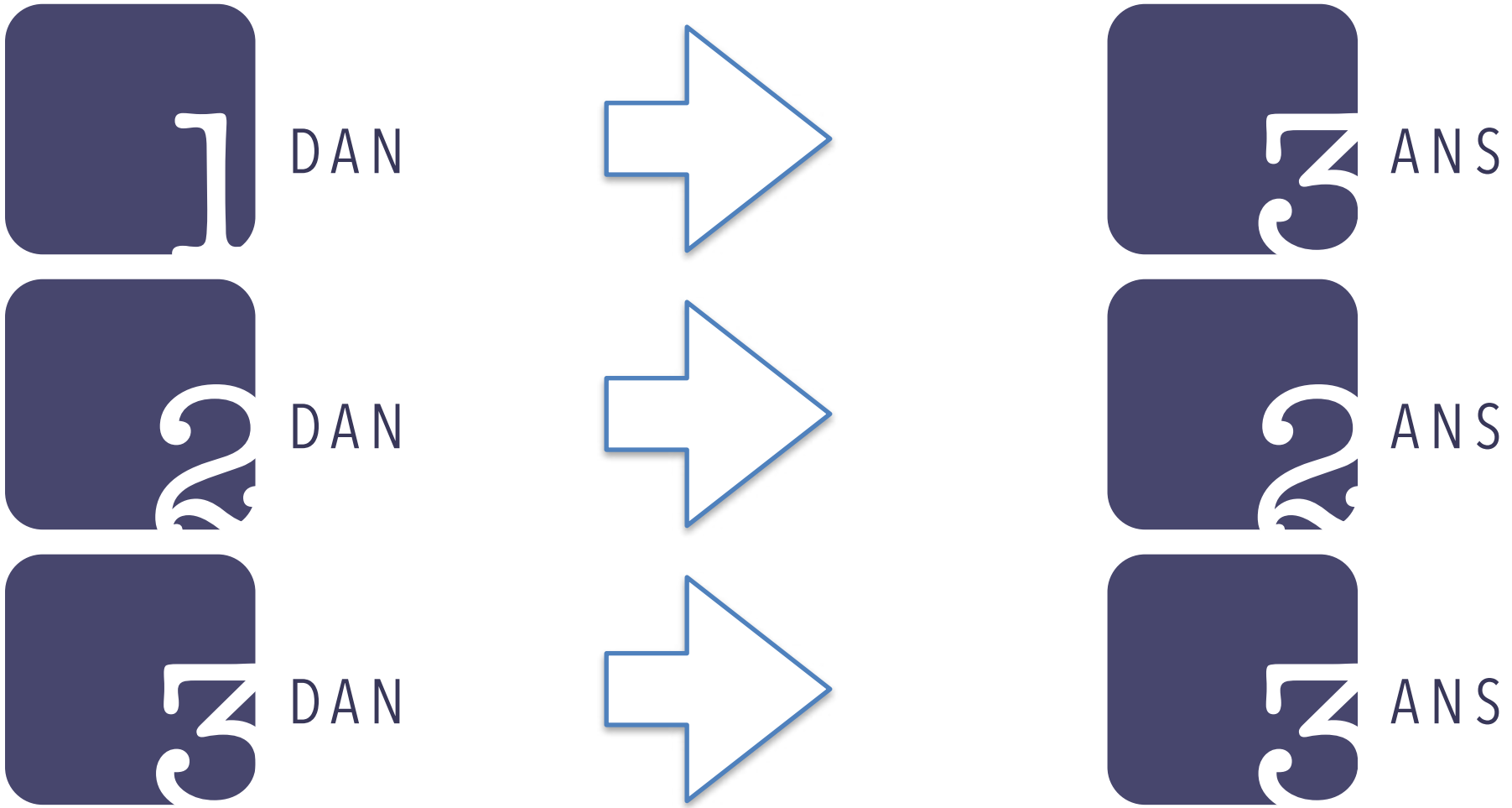
Principe d’attribution des grades

- L’obtention de chaque « Dan » représente un aboutissement
- La ceinture noire valide :
  - La maîtrise technique, physique, psychologique, théorique et pratique d’une discipline
- La ceinture noire permet l’accès aux:
  - Diplômes et formations de la FFTDA
- Délivrance « officielle », attribuée par la C.S.D.G.E, commission nommée par le Ministère des sports.

- Un examen de dan doit se signaler, chez tous les participants, par la volonté d'avoir une tenue exemplaire, à tous les points de vue, à tous les instants.

Un cycle d'apprentissage

Le temps, un facteur important dans l'acquisition des compétences d'un titre protégé



Les délais de présentation imposés entre les examens de Dans successifs, ne correspondent pas à du temps mort mais au temps de maturation minimum indispensable

D’un point de vue juridique

Article L212-5/Code du Sport :

- En France, nul ne peut se prévaloir d’un Dan ou grade de Taekwondo et disciplines associées qui n’aurait pas été délivré par la Commission spécialisée des Dan et Grades Equivalents de la F.F.T.D.A.

Article L212-6/Code du Sport :

- L’usage irrégulier d’un titre protégé (Dan) est constitutif d’une usurpation de titre susceptible de faire l’objet de poursuites sur la base des dispositions du code pénal.

Art. 433-17 : L’usage, sans droit, d'un titre attaché à une profession réglementée par l'autorité publique ou d'un diplôme officiel ou d'une qualité dont les conditions d'attribution sont fixées par l'autorité publique est puni d'un an d'emprisonnement et de 15 000 euros d’amende.

D’un point de vue institutionnel

La Commission Spécialisée des Dans et Grades Équivalents de la F.F.T.D.A. est une commission essentiellement technique, composée :

- d’experts hauts gradés.
- Le Président de la C.S.D.G.E de la F.F.T.D.A. est désigné par le/la Ministre des sports*
- La CSDGE contribue à maintenir l’unité des grades du Taekwondo et des Disciplines Associées.

Rôles des juges au sens du droit

- La fonction première de l'arbitre (ou, selon les appellations, le juge, le commissaire de course, etc.) consiste à conférer un caractère officiel aux résultats d'une compétition (NDLR : ou d'un examen dan dans notre cas).
  - Il contrôle la régularité, l'équité et la loyauté des épreuves dans le but d'aboutir à une validation sans équivoque de leur issue.
  - Il garantie la mise en oeuvre des règles édictées par la FFTDA

Modalités des examens Dan

La délivrance des grades "Dan" se déroule en :

1. 7 épreuves regroupées en 3 modules :
    - Module A : Poomsae - Kibon - Eun Yong Kisoul.
    - Module B : Théorie-Arbitrage (mémoire).
    - Module C : Han Bon kyorugui-Ho shin soul-Kyorugui
    - Les jurys sont composés de deux juges.
2. Pour valider son grade, le candidat doit valider les 3 modules.

3. En cas d'échec au grade, le candidat conserve le ou les module(s) dans lequel(s) il a obtenu la moyenne pendant 5 ans.

Tarification

Frais d’inscription et enregistrement kukkiwon/dan

DAN	FRAIS D’ENREGISTREMENT	FRAIS D’INSCRIPTION
		Modules A, B, C
1er	50 €	25 €
2è	65 €	
3è	80 €	40 €
4è	95 €	
5è	185 €	
6è	215 €	
7è	275 €	
8è	300 €	
9è	300 €	

Conditions d’accès

Âge et grade minimum requis

CONDITIONS D’ACCÈS AUX DANS				
Grades	Âge minimum requis	Grades minimum requis	Passeport sportif (à jour et en règle)	
	Des dérogations pourront être accordées par la CSDGE dans le cadre des bonifications		Nombre de timbre de licence dont celui de la saison en cours (par grades)	Fiche analytique dûment remplie Sur site FFTDA
1er dan Jo-Kyo-Nim	14 ans	1er keup	3	
2ème dan Kyo-Sa-Nim	16 ans	1er dan	2	
3ème dan Boo-Sa-Bon-Nim	19 ans	2ème dan	3	
4ème dan Sa-Bon-Nim	23 ans	3ème dan	4	

Conditions d’accès

Deux stages de préparation Dan obligatoires

- La CSDGE en session du 15/10/2024 à validée l’obligation de participation à 2 stages dont un sur la saison en cours de préparation Dan organisés par les DGD dans les comités départementaux, par les DGL pour les Ligues, par le CTF dans le cadre des examens nationaux, en amont de l’examen pour lequel se présente le/la candidate sur la saison en cours.
- Les stages de préparation à l’examen de Dan relèvent des missions déléguées par la CSDGE aux organes déconcentrés de la FFTDA (comités départementaux et ligues régionales). Ils s’inscrivent dans le cadre des actions à caractère fédéral prévues par la politique des grades. À ce titre, ils doivent être proposés gratuitement aux licencié(e)s, conformément à leur vocation de service public fédéral.
- Tous les stages de préparation d’une durée de 6h organisés par les ligues ou comités et 7h pour les stages nationaux, sont ouverts à l’ensemble des licenciés FFTDA, indépendamment de leur ligue ou comité d’origine, afin de garantir l’équité d’accès sur l’ensemble du territoire.

Conditions d’accès

Aménagement d’épreuves pour raison de santé

- CERTIFICAT MÉDICAL
- Les dispositions du code du sport relatives au certificat médical ont été modifiées par la loi n°2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé ainsi que par le décret n°2016-1157 du 24 août 2016 relatif au certificat médical attestant de l’absence de contre-indication à la pratique du sport.
- L’obtention de la licence sportive est subordonnée à la présentation d’un certificat médical.
- Le taekwondo fait partie des disciplines à contrainte particulière il est donc obligatoire de fournir un certificat médical TOUS les ans.

Il est nécessaire que les volets du passeport médical réservés au contrôle médical n’aient aucun élément contre-indiquant la pratique du TAEKWONDO.

En cas de déclaration d’inaptitude émise par le médecin initialement consulté, le licencié peut fait appel auprès de la Commission Médicale de la Fédération (dans le cadre d’une demande d’aménagement d’épreuves).

Lorsque celle-ci est demandée, la décision du Médecin Fédéral National est considérée comme sans appel.

Conditions d'accès

Aménagement d'examen pour raisons médicales

- La pleine aptitude médicale des candidats à l'examen fait partie des conditions à remplir pour l'obtention d'un Dan. Toutefois, des circonstances exceptionnelles peuvent amener la CSDGE à décider d'aménager une ou plusieurs épreuves pour des raisons médicales. La CSDGE ne peut décider qu'après avis transmis de la Commission Médicale sur l'aptitude de la personne demandeuse d'un aménagement (préconisations d'allègement d'épreuves au regard des critères de celles-ci). La Commission Médicale est composée : d'un médecin fédéral, d'un membre du comité directeur, d'un médecin du sport.
- Afin d'assurer une égalité de traitement de tous les candidats en situation de handicap sur le territoire, les aménagements des épreuves d'examen Dan ont été simplifiés et harmonisés par la CSDGE
- Sont concernés les candidats avec un handicap tel que défini à l'article **L.114 du Code de l'action sociale et des familles** : « Constitue un handicap toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de la santé invalidant ».
- Dossier à constituer : Afin de réunir le jury en temps utile et d'avoir un premier avis, le dossier d'inscription du candidat mentionnera les difficultés inhérentes au handicap. Le dossier sera renseigné par le candidat ou l'enseignant et attesté par un médecin diplômé de médecine du sport qui a rédigé le certificat de non contre indication à la pratique du taekwondo. Une commission spécifique, sera chargée de proposer, au vu des préconisations médicales, l'aménagement des épreuves des modules A, B, C. Elle sera composée de personnes qualifiées nommée par le Président de la CSDGE.
- Le jury évaluera le/la candidate en fonction des critères de l'épreuve et du handicap sur un programme défini « sur mesure ».

Conditions d'accès

Enregistrement en ligne Examens « Dan » Ligues et Comités

Les candidat(e)s devront utiliser systématiquement le fichier d'enregistrement en ligne sur le site de la FFTDA : (Rubriques) Fédération / CSDGE / Inscriptions Grades : https://www.fftda.fr/fr/465/-inscription-examen-dan.html - A terme directement sur IZZIDAN

Pour les examens du 1er et du 2e Dan, les candidats doivent s'inscrire et se présenter exclusivement à la session organisée par le comité départemental ou la ligue régionale, dans le ressort territorial où est situé le siège social du club par l'intermédiaire duquel ils sont licenciés.

Pour les examens nationaux décentralisés du 3e et du 4e Dan, les candidats doivent s'inscrire et se présenter exclusivement à la session organisée par la ligue régionale, dans le ressort territorial du siège social du club par l'intermédiaire duquel ils sont licenciés.

Par dérogation, le Bureau de la CSDGE peut autoriser un candidat à se présenter dans une autre ligue ou structure, sur demande écrite, dûment motivée, adressée au Président de la CSDGE avant la clôture des inscriptions.

Accessible à l'ensemble des licenciés de la F.F.T.D.A, candidat(e)s aux « différents examens de Dan » des que les dates sont communiquées par les comités et les ligues

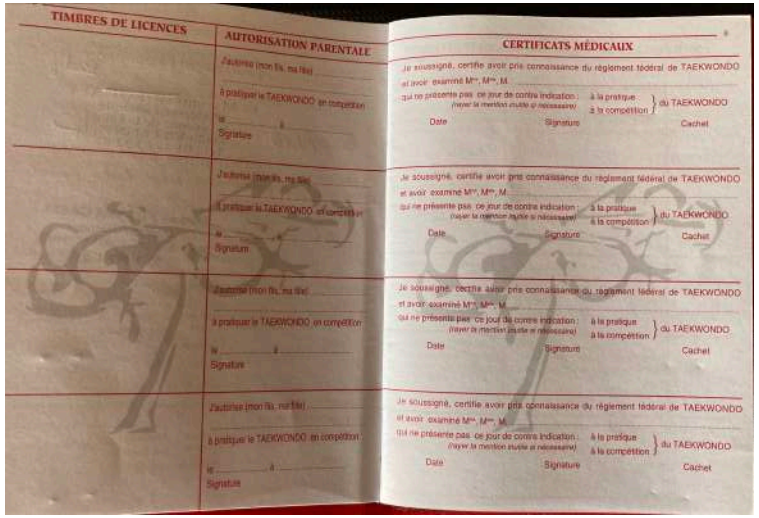
Chaque inscription sera automatiquement transmise au comité d'organisation concerné. A la clôture des inscriptions un fichier « Excel » synthétisant l'ensemble des informations des candidat(e)s enregistrés sera généré et transmit par mail au comité d'organisation. Le contrôle des pièces transmises par les candidats restera à la charge des comités d'organisations. Transition vers IZZIDAN

NOUS ATTIRONS VOTRE ATTENTION SUR LE FAIT DE CORRECTEMENT REMPLIR TOUS LES CHAMPS

Les droits d'inscriptions et frais d'enregistrements seront réglés par le candidat, par virement bancaire sur le compte de la F.F.T.DA, qui reversera à la clôture des candidatures les droits d'inscriptions aux comités d'organisations. Transition vers IZZIDAN

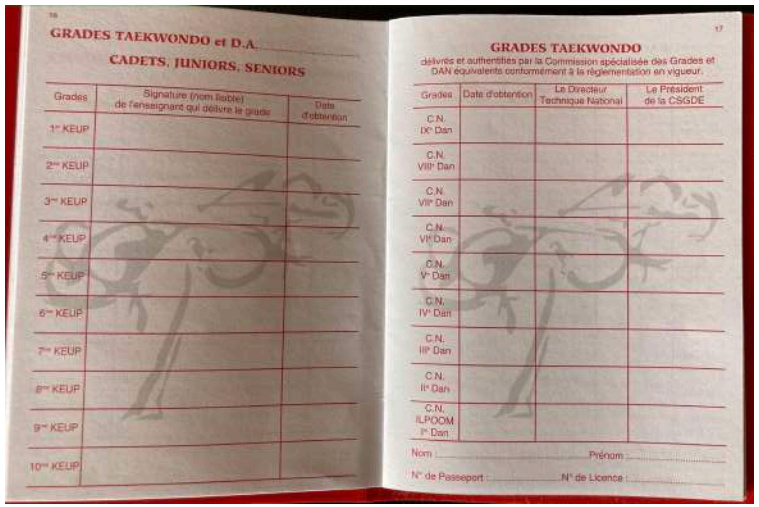
Conditions d’accès

Documents obligatoires Transition vers IZZIDAN


TIMBRES DE LICENCES

AUTORISATION PARENTALE

CERTIFICATS MÉDICAUX


GRADES TAEKWONDO et D.A.

CADETS, JUNIORS, SENIORS

Grades	Signature (nom lisible) de l'enseignant qui délivre le grade	Date d'obtention
1er KEUP		
2ème KEUP		
3ème KEUP		
4ème KEUP		
5ème KEUP		
6ème KEUP		
7ème KEUP		
8ème KEUP		
9ème KEUP		
10ème KEUP		

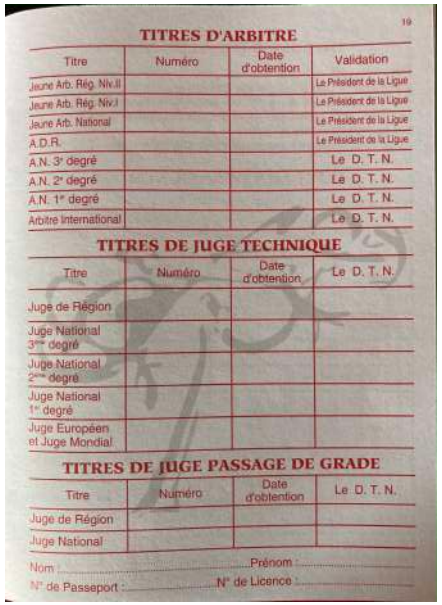
GRADES TAEKWONDO

délivrés et authentifiés par la Commission spécialisée des Grades et DAN équivalents conformément à la réglementation en vigueur.

Grades	Date d'obtention	Le Directeur Technique National	Le Président de la CSGDE
C.N. IXe Dan			
C.N. VIIIe Dan			
C.N. VIIe Dan			
C.N. VIe Dan			
C.N. Ve Dan			
C.N. IVe Dan			
C.N. IIIe Dan			
C.N. IIe Dan			
C.N. ILPOOM Ier Dan			

Nom : Prénom :

N° de Passeport : N° de Licence :


TITRES D'ARBITRE

Titre	Numéro	Date d'obtention	Validation
Jeune Arb. Rég. Niv.II			Le Président de la Ligue
Jeune Arb. Rég. Niv.I			Le Président de la Ligue
Jeune Arb. National			Le Président de la Ligue
A.D.R.			Le Président de la Ligue
A.N. 3e degré			Le D. T. N.
A.N. 2e degré			Le D. T. N.
A.N. 1er degré			Le D. T. N.
Arbitre International			Le D. T. N.

TITRES DE JUGE TECHNIQUE

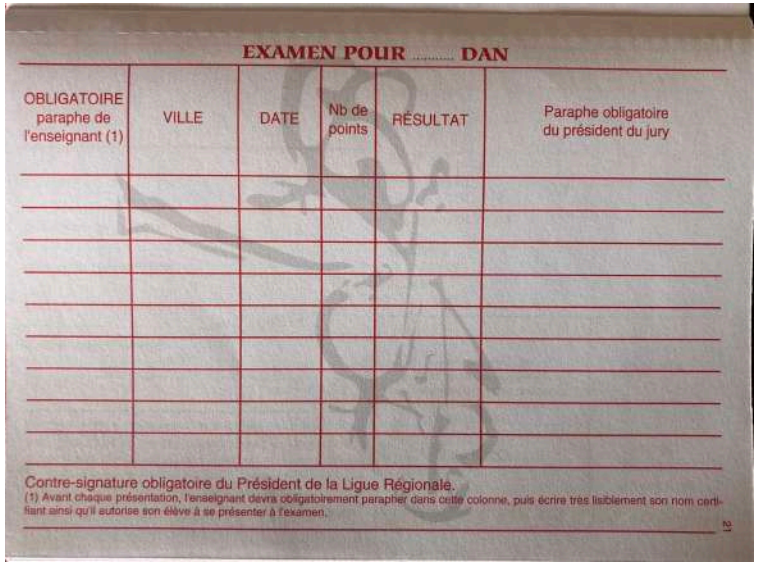
Titre	Numéro	Date d'obtention	Le D. T. N.
Juge de Région			
Juge National 3ème degré			
Juge National 2ème degré			
Juge National 1er degré			
Juge Européen et Juge Mondial			

TITRES DE JUGE PASSAGE DE GRADE

Titre	Numéro	Date d'obtention	Le D. T. N.
Juge de Région			
Juge National			

Nom : Prénom :

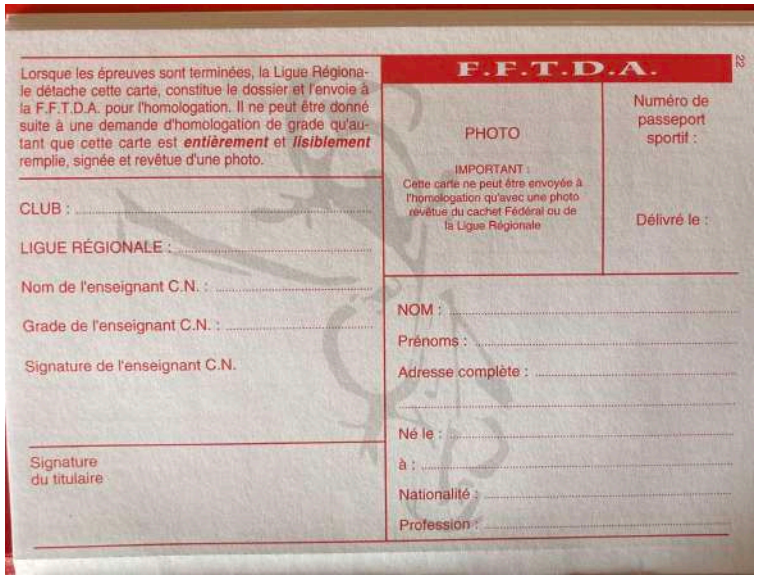
N° de Passeport : N° de Licence :


EXAMEN POUR ..... DAN

OBLIGATOIRE paraphe de l'enseignant (1)	VILLE	DATE	Nb de points	RÉSULTAT	Paraphe obligatoire du président du jury

Contre-signature obligatoire du Président de la Ligue Régionale.

(1) Avant chaque présentation, l'enseignant devra obligatoirement parapher dans cette colonne, puis écrire très lisiblement son nom certifiant ainsi qu'il autorise son élève à se présenter à l'examen.


Lorsque les épreuves sont terminées, la Ligue Régionale détache cette carte, constitue le dossier et l'envoie à la F.F.T.D.A. pour l'homologation. Il ne peut être donné suite à une demande d'homologation de grade qu'autant que cette carte est ***entièrement*** et ***lisiblement*** remplie, signée et revêtue d'une photo.

CLUB :

LIGUE RÉGIONALE :

Nom de l'enseignant C.N. :

Grade de l'enseignant C.N. :

Signature de l'enseignant C.N.

Signature du titulaire

F.F.T.D.A.

PHOTO

IMPORTANT : Cette carte ne peut être envoyée à l'homologation qu'avec une photo revêtue du cachet Fédéral ou de la Ligue Régionale

Numéro de passeport sportif :

Délivré le :

NOM :

Prénoms :

Adresse complète :

Né le :

à :

Nationalité :

Profession :

A moyen terme uniquement ce document

Bonifications et équivalences

Bonification de temps et de points			
Catégories	Licenciés ayants droit	Bonification de points	Bonification de timbre de licence
A	Les médaillés olympiques - Les champions du Monde seniors WT combat - Les champions du Monde seniors et master WT poumse - Les arbitres internationaux ; - Cadres Techniques, membre de la Direction Technique Nationale	+15 points applicables sur un module au choix du candidat	3
B	Les médaillés seniors combat aux compétitions internationales WT G12, G8 et G4 - Les médaillés seniors et masters poumse aux championnats d'Europe (WTE) et du monde (WT)	+15 points sur module opposition	2
	- Les médaillés juniors combat et poumse aux championnats d'Europe (WTE) et du monde (WT) - Membre des Equipes Technique Régional	+15 points sur module forme	
C	- Les champions de France juniors et seniors Combat de la Fédération délégataire pour le Taekwondo et les Disciplines Associées - Les athlètes juniors et seniors sélectionnés en équipe de France combat pour les championnats d'Europe (ETU) ou du monde (WT)	+10 points sur module opposition	1
	- Les champions de France juniors, seniors et masters poumse de la Fédération délégataire pour le Taekwondo et les Disciplines Associées - Les athlètes juniors, seniors et masters sélectionnés en équipe de France poumse pour les championnats d'Europe (ETU) ou du monde (WT)	+10 points sur module forme	
	- Les arbitres nationaux titulaire du diplôme (3ème, 2ème et 1er degré) délivré par la fédération délégataire pour le délégataire pour le Taekwondo et les Disciplines Associées	+10 points sur module théorie	

Une personne ne peut bénéficier que d'une bonification de points par catégorie (A, B ou C)

- Une personne ne peut bénéficier que d'une bonification de timbre par catégorie (A, B ou C)
- Les bonifications de points et /ou de timbres sont applicables simultanément sur un passage du 1er au 6ème dan au choix du candidat.
- Une bonification de points et/ou de timbre n'est utilisable qu'une seule fois. Un candidat ayant échoué à un examen sur lequel il aurait sollicité une bonification, perd le bénéfice de celle-ci sur un examen ultérieur

Précisions importantes :
Une même personne ne peut bénéficier que d'une seule bonification de timbre par catégorie de module (A, B ou C).
Les bonifications de points et/ou de timbres sont cumulables et applicables sur une seule session d'examen, du 1er au 6e Dan inclus, au choix du candidat.
Chaque bonification (points et/ou timbre) n'est utilisable qu'une seule fois sur l'ensemble du parcours de grade du candidat.
En cas d'échec à la session d'examen pour laquelle une bonification a été utilisée, le bénéfice de cette bonification est définitivement perdu et ne peut être reconduit ni reporté sur une session ultérieure.

Equivalence de module

- *Les arbitres, juges examen dan et juges compétitions poumses actifs, obtiennent par équivalence, la partie Arbitrage du module B du 1er au 4ème Dan*. Sont considérés comme actifs, les arbitres, les juges passage de grades et juges compétitions poumses qui ont officiés au niveau régional ou national, durant la saison sportive en cours ou la saison sportive qui précède l'examen.
- *Les membres de l'Equipe Technique Régionale obtiennent par équivalence, la partie Théorie du module B du 1er au 4ème dan*.
- Les autres *techniciens bénévoles* des commissions compétitions régionales ou nationales actifs, obtiennent par *équivalence la partie Théorie du module B du 1er au 4ème dan*. Sont considérés comme actifs, les techniciens bénévoles des commissions compétitions régionales ou nationales qui ont officiés durant la saison sportive en cours ou la saison sportive qui précède l'examen.

Pour tous ces techniciens bénévoles, l'équivalence s'obtient sur *présentation d'une attestation de fonction occupée*, délivrée par le président de ligue pour les fonctions régionales ou le Directeur Technique National pour les fonctions nationales.
Cette attestation doit être jointe au dossier d'inscription.

Composition des modules
critères et notation

EXAMENS DE "DAN" *(mise à jour 19/09/25)*

	Préalable et Grades minimum requis	Passeport Sportif à jour et en règle Formulaire d'inscription en ligne	**Module A : de 70 à 90 points**		**Module B : 30 points**		**Module C : 70 points**				
			POUMSE /20 (chaque poumsé sur 20 pts)	KIBON / 30	ARBITRAGE /15	THEORIE /15	HAN BON KIORUGUI /20 Les 6 contres sont exécutés dans l'ordre et consécutivement par chaque candidat(e)			KIORUGUI /30	HO SHIN SOUL /20
Grades et ceintures	-	Nombre d'années de pratique dont celle de la saison en cours	Pour les candidat(e)s de + de 60 ans les coups de pied pourront être réalisés au niveau moyen (Les Poumsé tirés au sort ou proposés, le seront par le/la candidat(e)s) cf réglementation CSDGE	Trois groupes de techniques - **Membres supérieurs** - **Membres Inférieurs** - **Mixte membres sup + inf** *Cf Fiches descriptives et vidéos* Le jury demande au/à la candidat(e) de pratiquer des séries de techniques tirées au sort selon les annexes du tableau des « Kibon » *Pour les candidat(e)s de + de 60 ans les coups de pied pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés par des coups de pied au sol.*	Le jury demande au/à le/la candidat(e) de répondre à un Q.C.M *Durée maximum de l'épreuve : 15 minutes.*		Contre : membre supérieur	Contre : membre inférieur	Contre : membre inférieur sauté	Les combats se déroulent selon les règles de compétition FFTDA à l'exception des catégories de poids	Les gestes de self défense seront libres, seules les attaques sont codifiées comme ci-dessous. Les 5 enchainements seront exécutés dans l'ordre et consécutivement par chaque candidat(e)
							Les candidats de + de 60 ans auront un aménagement de leur passage du fait de leur âge, à savoir : Les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol.			Les candidats de + de 60 ans auront un aménagement de leur passage : 2 rounds en mode « Assauts »	
1er Dan Jo-Kyo-Nim	**1er Keup** **14 ans** *(révolus)*	**3**	**Pal jang** + 1 TAEGUEUG tiré au sort entre le 1er et le 7eme	- 2 Membres supérieurs - 2 Membres Inférieurs - 2 Mixte membres supérieurs + inférieurs	La filière d'arbitrage, les règles d'arbitrage et de compétitions *(combats et Poumse)*	- La FFTDA - La vie associative	2	2	2	2 x 1 min	**Saisies :** - du poignet direct - du poignet croisé - des deux poignets - d'un poignet à deux mains - des deux poignets par derrière
2eme Dan Kyo-Sa-Nim	**1er dan**	**2**	**Koryo** + 1 TAEGUEUG tiré au sort entre le 1er et le 8eme			- L'historique du Taekwondo - La vie associative	2	2	2	2 x 1 min	**Saisies :** - du revers du col à une main face (bras semi fléchi) - double du col de face. + 3 techniques du programme du 1er dan demandé par le jury
3eme Dan Boo-Sa-Bon-Nim	**2eme Dan**	**3**	**Koryo + Keumgan imposé** + 1 TAEGUEUG tiré au sort entre le 1er et le 8eme			- Les instances dirigeantes internationales - La vie associative	2	2	2	2 x 1 min	- Bandal tchagui niveau ventre - Ap tchagui ventre, suivi de coup de poing visage - Saisie col ou manche, coup de poing (crochet) au visage + 2 techniques du programme 1er ou 2e dan demandé par le jury
4eme Dan Sa-Bon-Nim	**3eme Dan**	**4**	**Taebek imposé + Keumgan** ou **Koryo** tiré au sort + 1 TAEGUEUG tiré au sort entre le 1er et le 8eme			- L'évolution du Taekwondo dans le contexte international - La vie associative	2	2	2	2 x 1 min	- Etranglement à 2 mains de face - Ceinturage de face, 2 bras libres - Ceinturage arrière bras pris - + 2 techniques du programme 1er, 2e ou 3e Dan demandé par le jury
5eme Dan Soo-Suk-Sa-Bon-Nim	**4eme Dan**	**5**	**Pyonwon imposé**, Koryo, Keumgan ou Taebek, proposé + 1 TAEGUEUG entre Sa jang et Pal jang tiré au sort			Rédaction d'un mémoire qui devra aborder les thèmes fixés dans l'annexe : Examen du 5e dan *(+ Version Kukkiwon en anglais)*	2	2	2	2 x 1 min	- Dégagement en utilisant les points vitaux : - Etranglement - Ceinturage de face, bras non pris - Saisie de la ceinture + 2 techniques du programme 1er, 2e, 3e ou 4e dan demandé par le Jury
6eme Dan Kwan-Jang-Nim	**5eme Dan** *1er Dan au moins depuis 20 ans*	**6**	**Jitae imposé,** + 1 Poumsé proposé parmi : Sipjin, Koryo, Keumgan, Taebek ou Pyonwon +1 Poumsé tiré au sort parmi : Sipjin, Koryo, Keumgan, Taebek ou Pyon won (différent du Poumsé proposé)	**Eung yong Kisoul (30 points)** Démonstration technique commentée et application avec un partenaire des mouvements clés du Poumsés du module A. (Cf note relative Eung Yong Kisoul 6, 7, 8, 9è Dan)		Rédaction d'un mémoire qui devra aborder les thèmes fixés dans l'annexe : Examen du 6e dan *(+ Version Kukkiwon en anglais)* *(Cf note relative aux mémoires* 6, 7, 8, 9è Dan*)*	**Pas concerné**			- 5 enchainements libres dont 2 ripostes exécutées sur des attaques au couteau
7ème Dan Kwan-Jang-Nim	**6ème Dan** Autorisation de la CSDGE	**7**	**Chunkwon imposé,** +1 Poumsé proposé parmi : Koryo, Keumgan, Taebek, Pyon Won, Sipjin ou Jitae. +1 Un Poumsé tiré au sort parmi : Jitae, Koryo, Keumgan, Taebek, Pyon Won, Sipjin, ou Jitae Poumsé. (différent du Poumsé proposé)		**Pas concerné**						
8ème Dan Chong-Kwan-Jang-Nim	**7ème Dan** Autorisation de la CSDGE	**8**	**Hansoo imposé,** +1 Poumsé proposé parmi : Chunkwon, Jitae, Sipjin +1 Un Poumsé tiré au sort parmi : Chunkwon, Jitae, Sipjin (différent du Poumsé proposé)								**Pas concerné**
9ème Dan Chong-Kwan-Jang-Nim	**8ème Dan** Autorisation de la CSDGE	**9**	**Ilyo imposé,** +1 Poumsé proposé parmi : Hansoo, Chunkwon, Jitae +1 Poumsé tiré au sort parmi : Hansoo, Chunkwon, Jitae (différent du Poumsé proposé)								

EVALUATION

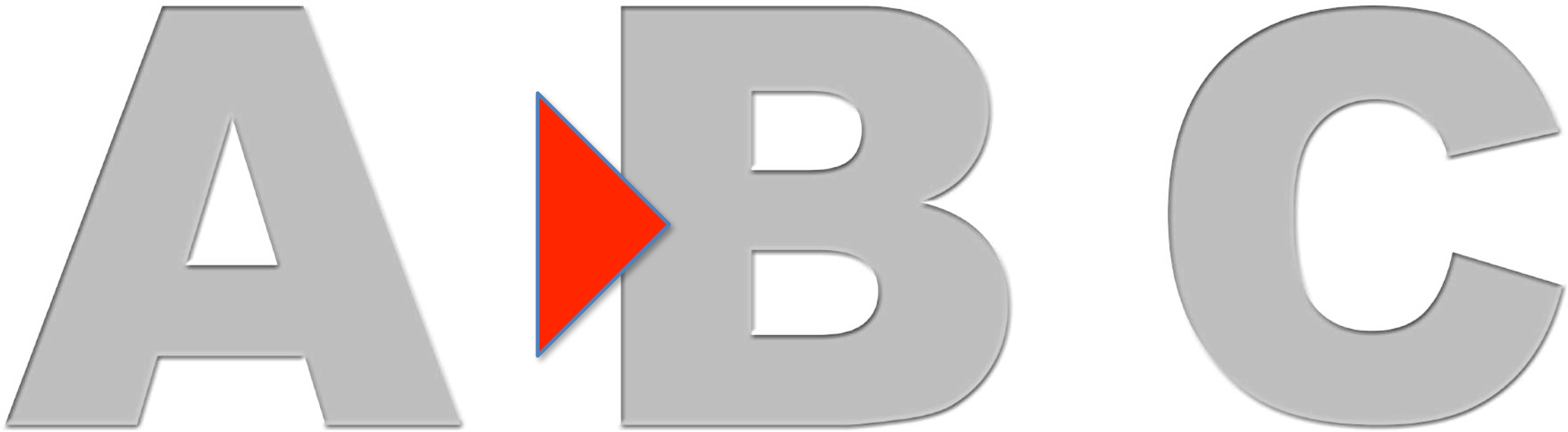
POUMSE (40 à 60 pts)	Les critères d'évaluation notés par le jury sont : Le respect des techniques & du diagramme, la maîtrise des techniques, l'équilibre, la stabilité, le rythme, la respiration, la concentration, l'orientation du regard, la puissance. En cas d'erreur de diagramme dans l'exécution du Poumse le jury demande une nouvelle exécution qui est notée sur 10 points seulement.
Kibon (30 pts)	**Les candidat(e)s tireront au sort 6 cartes (2 par groupe)** sur lesquelles seront mentionnées les noms des enchaînements. Le jury demandera aux candidat(e)s de présenter ces enchaînements, 4 fois en aller-retour. Les critères sont les suivants : maîtrise technique, précision, concentration, puissance, efficacité, vitesse d'exécution, connaissance de la terminologie, équilibre et stabilité
Eung Yong Kisoul (30pts)	L'évaluation neutre et sans partie pris du jury sera réalisée sur l'exposé oral, la démonstration commentée des mouvements clés du Poumsé, l'analyse technique des mouvements clés, *application technique de deux enchaînements au moins avec partenaire(s)* et l'application de deux techniques en situation de hoshinsul (Cf note relative au Eung Yong Kisoul 6, 7, 8, 9è Dan)
Arbitrage (15 pts) Théorie (15 pts)	Le jury demande au/à la candidat(e) de répondre à un Q.C.M - **Durée maximum de l'épreuve par candidat : 15 minutes.** Le module B est acquis si le/la candidat(e) obtient une note égale ou supérieur à 15 points moyenne des parties a.(arbitrage) et b. (théorie)
Han Bon Kiorugui (20 pts)	Cette épreuve se déroule en respectant les critères de réalisation fixés. Les binomes sont constitués par le jury, qui associera dans la mesure du possible des candidats de même sexe et corpulence. Les candidats sont évalués sur les critères suivants : Originalité, difficulté et réalisme, précision des techniques et concentration, maitrise , équilibre et efficacité, vitesse de réaction et d'exécution.
Kiorugui (30 points)	Il est accordé 15 points par rounds. Il ne sera pas tenu compte des points marqués par les candidat(e)s. Le jury évaluera les candidat(e)s sur : La précision des gestes, le sens tactique, les stratégies mises en oeuvre, la qualité des techniques utilisées, la combativité. Dans la mesure du possible les candidats seront regroupés par catégories d'âge, de poids et de sexe. En cas d'impossibilité le jury constituera des groupes de combats homogènes et cohérents.
Ho Shin Soul (20 pts)	Cette épreuve se déroule en respectant les critères de réalisation fixés. Les binomes sont constitués par le jury, qui associera dans la mesure du possible des candidat(e)s de même sexe et corpulence. Les candidats sont évalués sur les critères suivants : Maitrise des techniques controlées, stabilité et équilibre, réalisme et efficacité, concentration et détermination.

Tenue officielle des candidat.e.s



- Tenue des candidats (es) durant l'examen :
  - Dobok col blanc pour les Keup/ceinture rouge
  - Dobok col noir pour les Dan/ceinture noire
- Présentation personnelle :
  - Les candidats doivent se présenter ongles coupés, mains et pieds, afin de prévenir tout risque de blessure pour eux-mêmes ou leurs partenaires ;
  - Le port de tout bijou ou accessoire métallique est strictement interdit pendant toute la durée de l'examen, pour des raisons de sécurité (boucles d'oreilles, colliers, bracelets, montres, piercings visibles, etc.) ;
  - Aucun article ne pourra être porté sur la tête (Amendement règlementation CSDGE 15/05/2024), à l'exception d'attaches à cheveux simples, de type élastique ou pince non métallique, destinées uniquement à des fins de maintien capillaire.
- Protections officielles F.F.T.D.A. / W.T dans le cadre de l'épreuve Kyeurougui du module C

Les épreuves des modules



POOMSAE	/20
KIBON	/30
EUNG YONG KISOUL	/30

ARBITRAGE	THÉORIE (Vie associative)
QCM 15 questions / 15 pts	QCM 15 questions / 15 pts
15mn	
Total / 30 pts	

HAN BON KYORUGUI	/20
HO SHIN SUL	/20
KYORUGUI (2x1mn)	/30

Le candidat valide le module B s'il obtient une note égale ou supérieur à
15 points moyenne des parties a.(arbitrage) et b. (théorie)

Module A - Poomsae

Modalités de l'épreuve par dan

Grades et ceintures	POOMSAE (chaque poumsé sur 20 points)
	Les candidats de + de 60 ans auront un aménagement de leur passage du fait de leur âge et pour ne pas porter préjudice à leur intégrité physique, à savoir : Module A (Poumsee et Kibon) : les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol En cas d'erreur de diagramme dans l'exécution du Poumse le jury demande une nouvelle exécution qui est notée sur 10 points seulement. cf réglementation CSDGE
1er Dan	TAEGUEUG Paljang + 1 poumsé tiré au sort entre le 1er et le 7eme TAEGUEUG
2eme Dan	**Koryo** + 1 poumsé tiré au sort entre le 1er et le 8eme TAEGUEUG
3eme Dan	**Koryo imposé + Keumgan imposé** + 1 poumsé tiré au sort entre le 1er et le 8eme TAEGUEUG
4eme Dan	**Taebek imposé** + **Keumgan** ou **Koryo** tiré au sort par le/la candidat(e) + 1 poumsé tiré au sort entre le 1er et le 8eme TAEGUEUG

Module A - Poomsae

Critères & Observables

Critères	Observables	
Respect des techniques et du diagramme (5 pts)	Positions Précision des mouvements	Direction des déplacements Précision des directions
Maîtrise des techniques, équilibre et stabilité (5 pts)	Précision des mouvements Fluidité Puissance et contrôle	Ancrage (verrouillage) du corps Ancrage au sol Solidité dans les postures
Rythme, respiration concentration, orientation du regard (5 pts)	Variation des vitesses Fluidité Respect des temps clés Respiration	Expression de l'énergie Détermination Coordination avec les mouvements
Puissance (5 pts)	Expression physique de la puissance • Impact visible des techniques • Amplitude des techniques • Stabilité dans les postures Utilisation du bassin et du corps • Rotation des hanches • Engagement du corps entier	Respiration et énergie interne (Ki) • Kihap Rythme et accélération • Dynamique des mouvements • Transitions nettes Concentration et intention mentale • Intention visible dans l'exécution

Poomsae

Protocole de l'épreuve du point de vue du/de la candidat(e)

- Présentation en dobok classique
- Appel du ou de la candidat(e)
- Salut au jury et départ aux commandement du jury (tchalyot, joumbi, sijak)
- Exécution du ou des poomsae imposés en fonction du dan
- Annonce du poomsae à exécuter a voix haute
- Une fois le poomsae terminé, le/la candidat(e) revient en position joumbi seugi et salut du jury
- Exécution du ou des poomsae tirés au sort en fonction du dan
- Annonce du poomsae tiré au sort à exécuter a voix haute
- Une fois le poomsae tiré au sort terminé, le/la candidat(e) revient en position joumbi seugi et salut du jury avant de repartir

Protocole de l'épreuve du point de vue des juges

- *Précisé au briefing des juges + Rappel du protocole a chaque début d'épreuve*
- En cas d'erreur de diagramme :
  - Se tromper de sens,
  - Faire une technique différente de celle attendue (blocages, frappes poings/pieds, positions),
  - L'oubli du Kihap sera considéré comme une erreur de diagramme
  - En cas d'erreur de diagramme dans l'exécution du poomsae le jury demande une nouvelle exécution qui est notée sur 10 points seulement, après l'exécution complète du poomsae.
- Les juges notent de manière individuelle

Kibon

Modalités d'utilisation des cartes de kibon lors des examens ou des stages de préparation

Les candidats de + de 60 ans auront un aménagement de leur passage du fait de leur âge et pour ne pas porter préjudice à leur intégrité physique, à savoir : Module A (Poumsee et Kibon) : les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol

- Objectifs pour les candidat(e)s :
    - Assurer une équité de traitements (difficulté et répétition) - S'assurer de la compréhension terminologique
    - Permettre une préparation ciblée (contribuer à faire progresser le niveau technique et redonner du sens aux épreuves) - Afficher une parfaite transparence
- Présentation :
- Trois groupes de techniques :
    1. **Membres supérieurs**
    2. **Membres Inférieurs**
    3. **Mixte membres supérieurs + inférieurs**

6 à 8 enchaînements de 3 à 4 techniques sont définis par groupe, adaptés au niveau de chaque « Dan ». Ces enchaînements seront mis en ligne sur le site fédéral afin que les candidats puissent les consulter et se préparer. Ils seront illustrés de courtes séquences vidéos. Le jour de l'examen, les candidats tireront aux sorts 6 cartes (2 par groupe) sur lesquelles seront mentionnés les noms des enchaînements. Le jury demandera aux candidats de présenter deux enchaînements par groupe, 4 fois en allers-retours.

Pour vous aider à préparer au mieux votre examen de Dan, retrouvez toutes les vidéos de référence des Kibon sur la chaîne youtube de la FFTDA :

https://youtube.com/playlist?list=PLkzlCCDzCVSt8U5HaWL8kAuVvAcsIuSEb

Module A - Kibon

Critères & Observables

Critères	Observables
Maîtrise technique, précision et concentration (8 pts)	Exécution correcte des techniques Coordination globale Utilisation des hanches (Bassin) Contrôle et fluidité Respect des niveaux Trajectoires des mouvements Positions
Puissance efficacité et vitesse d'exécution (8 pts)	Utilisation des hanches (Bassin) Impact visible Placement correct des techniques Absence de gestes parasites Transition fluide Rapidité des frappes et des blocages Contrôle
Connaissance de la terminologie (7 pts)	Maîtrise des noms des techniques Correspondance entre la terminologie et l'exécution Utilisation appropriée des termes de direction et de niveaux
Equilibre et stabilité (7 pts)	Maintien du centre de gravité Contrôle pendant les transitions Coup de pied et maintien postural Répartition correcte du poids Postures solides Transitions nettes

Kibon

Protocole de l'épreuve du point de vue du/de la candidat(e)

- Appel du ou de la candidat(e)
- Salut au jury
- Tirage au sort des enchainements disposées par famille par le/la candidat(e)
- Lecture a voix haute de l'enchainement
- Relation enchainement/lexique par les juges
- Retrait du/de la candidat(e)s et salut au jury
    - Exécution des kibons 2x a gauche et 2x à droite (retour en position tchoumbi après chaque exécution) à minima *(définit au briefing candidats et juges)*
- Fin de l'exécution - Salut au jury

Protocole de l'épreuve du point de vue des juges

- Préparation des lexiques
- Préparation du tirage au sort
    - Enchainement membres supérieurs/Positions
    - Enchainement membres inférieurs et position
    - Enchainement membres supérieur+inférieur+position
- Appel du ou de la candidat(e)
- *Rappel du protocole de l'épreuve et des modalités d'exécution au briefing des juges et à chaque début d'épreuve*
- Laisser le/la candidat(e) effectuer son tirage au sort
- Faire la relation avec les lexiques après lecture des cartes par le/la candidat(e)
- Observer l'exécution (aucune intervention des juges pendant l'exécution)
- Fin d'exécution, après salut remercier le/la candidat(e) et le/la libérer
- Noter le/la candidat(e) au regard des critères de l'épreuve
- Le nombre de répétitions est défini lors du briefing des juges en amont de l'examen

Module C - Hanbon Kyorugi

Protocole de l'épreuve du point de vue du/de la candidat(e)

- ***Les candidats de + de 60 ans auront un aménagement de leur passage du fait de leur âge et pour ne pas porter préjudice à leur intégrité physique, à savoir :***
    - ***Module C (Han Bon Kyorugui) : les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol.***
- Présentation en dobok classique (amendement C.S.D.G.E du 15 mai 2024)
- Respect par rapport à la distance de l'attaque.
- Restitution et application des techniques issues des kibons (lien avec épreuves du module A) possible (préparation à la transition vers Eung Yong Kisoul)?
- Après salut au jury, les deux candidat(e)s se font face, se saluent et se mettent en joumbi seugi,
- L'attaquant se positionne en réalisant un alé makki en position apkoubi simultanément avec un kihap pour indiquer qu'il est prêt,
- Le défenseur lui fait face en position joumbi et déclenche l'attaque de son partenaire par un kihap.
- Distance de frappe de l'attaquant (distance de touche).
- Distance de frappe du défenseur (10 cm avec le membre supérieur maximum, 15 cm avec le membre inférieur maximum).
- Niveau d'attaque :
    - Eulgoul (point nasal),
- Niveau de la contre attaque :
    - points vitaux
- La contre attaque est terminée par un Ki-Hap

Protocole de l'épreuve du point de vue du jury

- *Précisé au briefing des juges + Rappel du protocole a chaque début d'épreuve*
- Le jury devra rappeler au candidat(e) qui attaque d'être à distance de frappe. Le jury devra rappeler au candidat qui contre-attaque d'être à distance de frappe de l'attaquant (10cm avec le membre supérieur maximum, 15 cm avec le membre inférieur maximum).
- Niveau de la contre attaque :
    - Points vitaux
- Lors de la contre-attaque, le/la candidat(e) peut saisir pour riposter,
- Le/la candidat(e) peut prendre appui sur son/sa partenaire pour effectuer avec précision et maîtrise des mouvements, sans porter atteinte à l'intégrité physique du/de la partenaire,
- Le jury sanctionnera le/la candidat(e) exécutant une ou plusieurs techniques dont la touche, non maîtrisée, est de nature à compromettre ou à porter atteinte à l'intégrité physique du ou de la partenaire.
- Les balayages (action un des deux appuis), sont possibles et non systématiques, ils doivent être exécutés de façon maîtrisés et ne doivent pas porter atteinte à l'intégrité physique du/de la partenaire.
- **Le fauchage est prohibé (action sur les deux appuis simultanée)**

Module C - Hanbon Kyorugi

Modalités de l'épreuve par dan

	Han Bon Kiorugui /20. Les 6 contres sont executés successivement par chaque candidat		
Grades et ceintures	Contre membre supérieur	Contre membre inférieur	Contre technique membre inférieur sautées
1er Dan	2	2	2
2eme Dan	2	2	2
3eme Dan	2	2	2
4eme Dan	2	2	2

Module C - Hanbon Kyorugi

Critères & Observables

Critères	Observables	
Variété , difficulté et réalisme (5 pts)	Diversité des techniques utilisées Changements de niveaux Exploration des directions Richesse des transitions Complexité des techniques Transitions complexes	Précision dans les techniques complexes Adéquation des réponses Cohérence dans les enchaînements Gestion de la distance et du timing Intensité et engagement
Précision des techniques et concentration (5 pts)	Placement correct des techniques Trajectoire des mouvements Contrôle de la puissance Stabilité posturale Adaptabilité à l'attaque	Expression faciale et engagement Anticipation et réactivité Gestion du stress Contrôle de l'énergie
Maîtrise, équilibre et efficacité (5 pts)	Exécution conforme - standards techniques - Protocole Contrôle des techniques Coordination corporelle Gestion de l'énergie Stabilité dans les postures Contrôle pendant les transitions	Adéquation des techniques Rapidité et pertinence des réponses : • Puissance adaptée • Application réaliste
Vitesse de réaction et d'exécution (5 pts)	Anticipation Temps de réponse Choix pertinent de la technique Concentration	Exécution rapide des techniques Fluidité et enchaînement Maintien de la précision malgré la vitesse

Module C - Hoshinsul

Protocole de l'épreuve du point de vue du/de la candidat(e)

- Les deux candidat(e)s saluent le jury, se font ensuite face et se saluent et se placent en combat,
- L'attaquant se positionne en kyeurougi joumbi seugi, en réalisant simultanément un kihap pour indiquer qu'il est prêt,
- Le défenseur lui fait face en position « neutre » et déclenche l'attaque de son partenaire par un kihap
- Le/la candidat(e) effectue des techniques avec touches légères au corps et maîtrisées au visage avec Kihap qui ne risquent pas de porter atteinte à l'intégrité physique du/ de la partenaire,

Protocole de l'épreuve du point de vue du jury

- *Précisé au briefing des juges + Rappel du protocole a chaque début d'épreuve*
- Applications des nouvelles règlementations :
- 5 situations imposées en fonction du dan présenté avec self défense libre (principe de dégagement riposte),
- Le jury s'efforcera de constituer des binômes homogènes en termes de catégories de poids, d'âge et de sexe.
- Le jury évaluera la pertinence de la riposte en fonction notamment de l'engagement de l'attaquant, de la vitesse de réaction et de la cohérence de la réponse du défenseur,
- Le jury sanctionnera le/la candidat(e) exécutant une ou plusieurs techniques dont la touche, non maîtrisée, est de nature à compromettre ou à porter atteinte à l'intégrité physique du ou de la partenaire.
- L'amené et contrôle au sol sont possibles mais pas obligatoires.
- Les projections sont autorisées sans caractère obligatoire. Elles doivent être exécutées de manière parfaitement maîtrisée et ne peuvent, en aucun cas, compromettre ou porter atteinte à l'intégrité physique du ou de la partenaire.

Module C - Hoshinsul

Modalités de l’épreuve par dan (actuellement)

Grades et ceintures	Ho Shin Soul /20
	Les gestes de self défense seront libres, seules les attaques sont codifiées comme ci-dessous. Les 5 enchainements seront exécutés consécutivement par chaque candidat
1er Dan	Saisie du poignet direct. Saisie du poignet croisés. Saisie des deux poignets. Saisie d'un poignet à deux mains. Saisie des deux poignets par derrière.
2eme Dan	Saisie du revers du col à une main face (bras semi fléchi). Double saisie du col de face. + 3 techniques du programme du 1er dan demandé par le jury
3eme Dan	Bandal tchagui niveau ventre Ap tchagui ventre, suivi de coup de poing visage Saisie col ou manche suivi de coup de poing (crochet) au visage + 2 techniques du programme 1er ou 2e dan demandé par le jury
4eme Dan	Etranglement à 2 mains de face Ceinturage de face, 2 bras libres Ceinturage arrière bras pris + 2 techniques du programme 1er, 2e ou 3e Dan demandé par le jury

Module C - Hoshinsul

Critères & Observables

Critères	Observables
Restitution de l'enchaînement et concentration (5 pts)	Respect de l'ordre des techniques Cohérence et fluidité Exactitude technique Adaptabilité aux situations d'attaque Temps global d'exécution Attention portée à l'adversaire Maîtrise émotionnelle Focus continu Gestion du stress
Maîtrise et précision des techniques contrôlées (5 pts)	Exécution fluide et cohérente Contrôle des techniques Coordination globale Adaptabilité à l'attaque Placement exact des techniques : • Trajectoire des mouvements • Dosage de la force
Stabilité et équilibre (5 pts)	Postures solides Ancrage au sol Alignement corporel Contrôle pendant les transitions Stabilité
Rythme et fluidité des mouvements (5 pts)	Cadence appropriée Adaptation à l'attaque Gestion de l'intensité Transitions naturelles Coordination des techniques Absence de pauses inutiles Contrôle des mouvements

Module C - Kyorugi

Protocole de l'épreuve du point de vue du/de la candidat(e)

- ***Les candidats de + de 60 ans auront un aménagement de leur passage du fait de leur âge et pour ne pas porter préjudice à leur intégrité physique, à savoir :***
    - ***Module C (Kyorugui) : les 2 rounds en combat plastrons seront remplacés par 2 rounds en mode « Assauts » (échanges avec un partenaire d'enchainements de deux coups pied chacun sans touches)***
- Équipements et protections officielles F.F.T.D.A. / W.T obligatoire sauf + de 60 ans « assauts » sans touche.
- Pour tout candidat à l'appel chez qui il manque 1 équipement de combat, le jury lui donnera 1 minute pour se présenter avec l'équipement complet (sauf + de 60 ans « assauts » sans touche)
- Passé la minute, le candidat sera disqualifié et la note attribuée sera de 00 point (zéro point) pour ce round.
- …

Protocole de l'épreuve du point de vue du jury

- *Précisé au briefing des juges + Rappel du protocole a chaque début d'épreuve*
- Le jury sera particulièrement vigilant au contrôle des touches dans un but de préservation de l'intégrité physique de chaque candidat(e).
- Le jury sanctionnera le/la candidat(e) exécutant une ou plusieurs techniques dont la touche, non maîtrisée, est de nature à compromettre ou à porter atteinte à l'intégrité physique du ou de la partenaire.
- Le jury évaluera le/la candidat(e) en fonction des critères de l'épreuve

Protocole Kyorugi :

- Le jury s'efforcera de constituer des binômes homogènes en termes de catégories de poids, d'âge et de sexe.
- Les candidat(e)s master pourront, s'ils le souhaitent, utiliser un casque à bulle.
- Les candidat(e)s de + de 60 ans seront évalués en mode assauts sans touche sur les mêmes critères de l'épreuve

Module C - Kyorugi

Critères & Observables

Critères	Observables	
Précision des gestes (3 pts)	Placement des frappes Gestion de la distance Synchronisation avec l'adversaire Contrôle des gestes Respect des zones réglementées	
Sens tactique et stratégies mises en place (5 pts)	Anticipation des actions de l'adversaire Gestion de la distance Utilisation des opportunités Variante des techniques Gestion du rythme	Planification et intention visible Utilisation des techniques adaptées Gestion de l'espace Efficacité dans la mise en œuvre
Qualité des techniques utilisées (5 pts)	Conformité technique • Trajectoire précise • Technique respectant les standards Efficacité et adaptabilité • Pertinence des techniques • Capacité à marquer des points • Réactivité et ajustement	Puissance et contrôle • Puissance visible • Contrôle de l'impact Esthétique et fluidité • Harmonie des mouvements • Absence de saccades
Combativité (2 pts)	Engagement physique • Initiative dans les actions • Réactivité • Énergie déployée Engagement mental • Attitude • Persévérance • Absence de découragement	Maintien de l'intensité • Régularité dans l'action • Pression sur l'adversaire • Rythme soutenu

Module B - Théorie

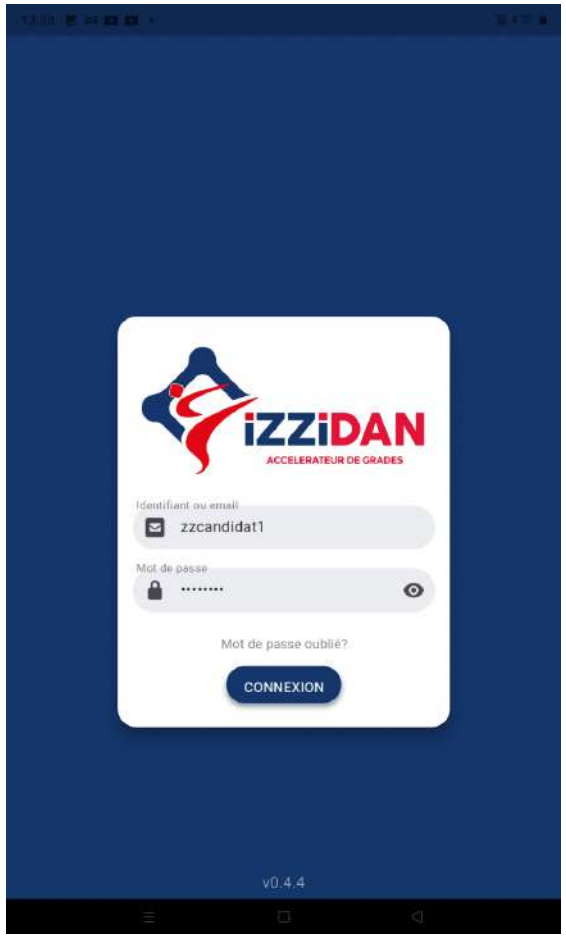
Connaissance théoriques du taekwondo et de son environnement

- Le module B de l'examen dan doit permettre à chaque pratiquant(e) d'appréhender les connaissances théoriques du taekwondo et de son environnement dans le parcours de celui-ci.

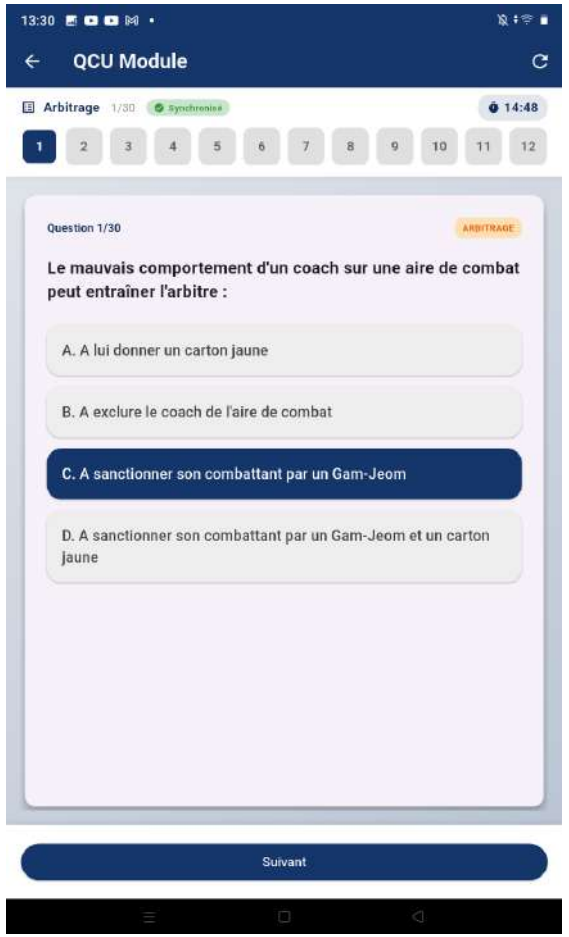
Grades et ceintures	**Module B : 30 points**	
	Arbitrage /15	Théorie /15
	QCM Duree maximum de l'épreuve : 15 minutes.	
1er Dan	Les régles d'arbitrage et de compétition.	La FFTDA. La vie associative
2eme Dan	La filière d'arbitrage. Les régles d'arbitrage et de compétition (combat et technique)	L'historique du Taekwondo. La vie associative.
3eme Dan	La filière d'arbitrage. Les régles d'arbitrage et de compétition (combat et technique)	Les instances dirigeantes internationales. La vie associative.
4eme Dan	La filière d'arbitrage. Les régles d'arbitrage et de compétition (combat et technique)	L'évolution du Taekwondo dans le contexte international, La vie associative

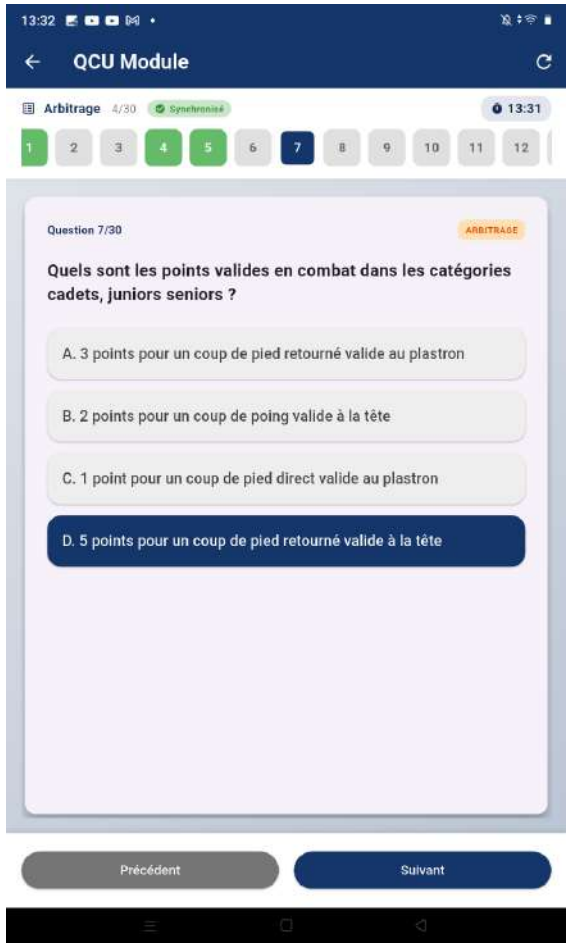
Module B - Prochainement

Réviser et valider à distance









Ceinture noire

10 conseils pour réussir

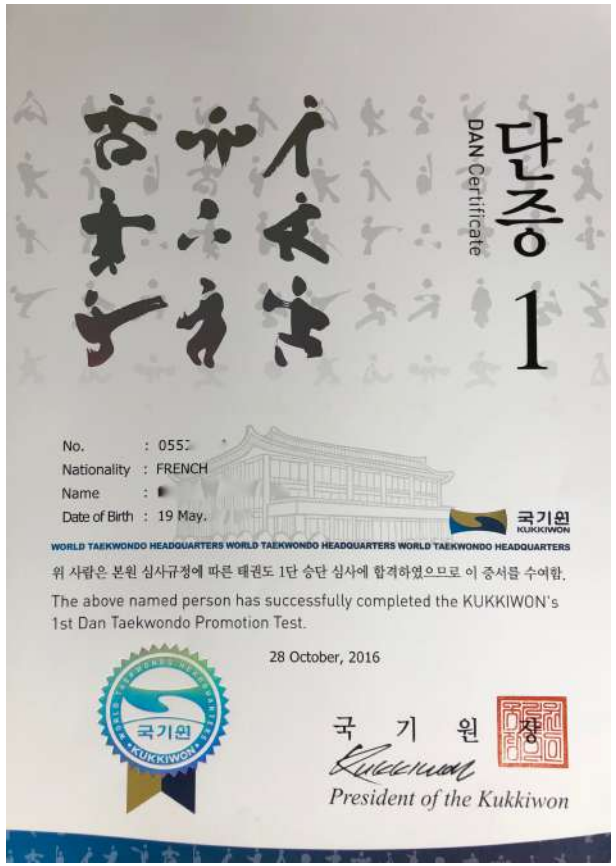
1. ***Pensez et préparez votre examen de ceinture noire de Taekwondo.***
2. ***Soignez votre présentation et tenue.***
3. ***Calmez-vous en respirant lentement pour vous concentrer.***
4. ***Concentrez-vous uniquement sur le moment présent pour ne rien oublier et ne pas vous tromper.***
5. ***Construisez les Hanbon Kyorugui divertissant pour vous démarquer.***
6. ***Assurez-vous du nom de la technique ou de l'enchainement demandé et transpirez !***
7. ***Le combat doit être un aperçu de vos connaissances technico-tactiques alors faites voir ce que vous savez.***
8. ***Soyez réactif sur vos Hoshinsoul et sachez vous adapter à la situation.***
9. ***Les questions d'arbitrage et d'histoire du Taekwondo demandent des connaissances, apprenez l'essentiel.***
10. ***Respectez le code et l'éthique martiale.***

Après l’examen

Ce qui doit vous être rendu - ce que vous avez payé





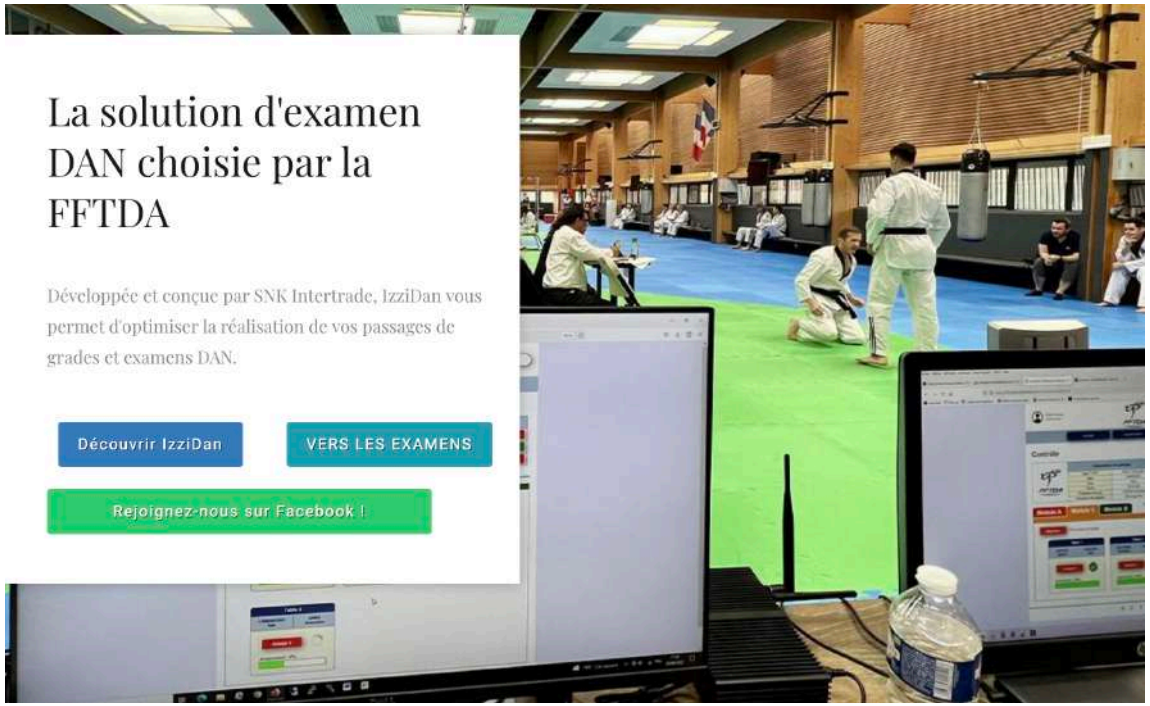




Nouveautés et ressources

Désormais grâce a l’outil de gestion des examens Dan IZZIDAN, vous n’aurez plus besoin de faire la demande de vos notes par épreuve.

Celles-ci seront automatiquement intégrées dans l’attestation de résultats qui vous sera remise à l'issue de l’examen ou transmise par mail.



VERS LES EXAMENS

Formation des juges examen dan à 4 niveaux

20 heures de formation
Quatre étapes indissociables de travail pour s'approprier les processus inhérents à la fonction de juge d'examen dan sur une saison sportive

Participation à 6 heures de formation en présentiel.

Objectif : S'approprier les connaissances et attitudes indispensables à l'exercice de la fonction de juge d'examen de dan.

Étape 1

Participation à un stage de préparation d'examen de dan (6 heures)

Objectif : Repérer les éléments de mise à jour technique et de protocoles de chaque épreuves.

Étape 2

Observateur.trice sur un examen de dan (4heures)

Objectif : Repérer tous les éléments de fonctionnement d'un examen de dan.

Étape 3

Mise en situation pédagogique pendant un examen de dan (4 heures)

Objectif : Permettre au stagiaire de s'expérimenter sur la notation

Étape 4