

@chapeau  
**Le jeu du judo**

@TITRES\_ECRAN

@BULLES

@IB01

**Les ceintures**

@IB02

**Le tatami**

@IB03

**Les chutes**

@IB05

**Le combat**

@IB07

**Le judo debout**

@IB09

**Le combat au sol**

@IB10

**La ceinture noire**

@IB11

**Prêt(e) pour l'épreuve de judo ?**

@IB12

**Joue avec les ceintures**

@IB99

**Retour au sommaire**

@BOUTONS

@LEGENDES\_MEDIA

@LM00

**Débutant**

@LM11

**Expert**

@LM01

**Les ceintures**

@LM02

**Le tatami**

@LM03

**Les chutes**

@LM05

**Le combat**

@LM07

**Le judo debout**

@LM09

**Le combat au sol**

@LM10

**La ceinture noire**

@LM12

**Nombre\de clics :**

@AIDE

@INFO

@DICO

@@

@TOUT01\_00

« Principe de la souplesse », c'est ce que signifie le mot judo en japonais. Ce sport fait son entrée aux Jeux olympiques en 1964. Normal, ils se déroulent à Tokyo. Découvre quelques principes du judo en cliquant sur les judokas, et si tu veux participer à la compétition, clique sur la couronne de laurier.

@TOUT01\_01A

Quand on débute au judo, on est ceinture blanche. Si je continue à m'entraîner, je pourrai bientôt porter la ceinture blanc et jaune. La ceinture indique le niveau des judokas, leur grade. Là, elles sont classées du grade le moins élevé au plus élevé, de gauche à droite. Observe-les bien avant de cliquer sur la couronne de laurier.

@TOUT01\_02A

Le judo se pratique sur un tapis génial : le tatami. Idéal pour bouger vite, que ce soit debout ou à quatre pattes. Il n'est pas dur, donc on ne se fait pas mal lorsqu'on tombe.

@TOUT01\_03A

Pour pratiquer le judo, il ne faut pas avoir peur des chutes. Le but du combat est de projeter son adversaire au sol.

@TOUT01\_03B

Alors, en avant, en arrière, sur le côté, il faut apprendre à tomber sans se faire mal. Le mieux, c'est de chuter en roulant comme une grosse balle.

@TOUT01\_05A

Attention, au judo, on ne se bagarre pas, on combat. La règle d'or, c'est de ne jamais faire mal. On ne saisit l'adversaire que par la toile du judogi, le vêtement de judo.

@TOUT01\_05B

Pour gagner, il faut projeter le partenaire au sol et le maintenir le dos orienté vers le tapis pendant un temps indiqué.

@TOUT01\_07A

Un combat de judo commence toujours debout. Pour projeter son partenaire au sol, le judoka a le choix entre plusieurs mouvements. En fonction de l'adversaire, de sa manière de combattre, il faut choisir le plus efficace, c'est de la tactique. Le judo est un sport de malins !

@TOUT01\_09A

Lorsque l'adversaire est au sol, il faut l'immobiliser au moins vingt-cinq secondes. Le judoka a le choix entre plusieurs techniques d'immobilisation. Parfois, aucune ne marche.

@TOUT01\_10A

En France, c'est la Fédération française de judo qui délivre la ceinture noire, ou 1<sup>er</sup> dan. Près de 38 000 Français et Françaises ont ce grade.

@TOUT01\_10B

Et ce n'est pas fini ! Après le 1<sup>er</sup> dan, il existe d'autres grades. À partir du 7<sup>e</sup> dan, la ceinture devient rouge et blanc.

@TOUT01\_10C

Au 9<sup>e</sup>, elle est toute rouge.

@TOUT01\_11

Regarde bien les couleurs des ceintures, elles indiquent le grade du judoka, du débutant à l'expert. Tu as bien observé dans quel ordre elles sont placées ? Alors clique à nouveau sur les lauriers pour lancer ton défi.

@TOUT01\_12

Aïe ! Les ceintures sont mélangées. En les classant du grade le moins élevé au plus élevé, aide chacun des judokas à retrouver la sienne.

@TOUT01\_13

Gagné ! Les ceintures sont dans le bon ordre. Bravo ! Voyons, maintenant, en combien de clics tu as réussi ce défi. OK, retourne au sommaire pour voir ton score.

@EOF