KICKBOXING

REFERENTIEL DES GRADES

LOW KICK-KICK LIGHT : GANTS DE COULEUR

K1 STYLE-K1 STYLE LIGHT : GANTS DE COULEUR

FULL CONTACT-LIGHT CONTACT : CEINTURES DE COULEUR

POINT FIGHTING : CEINTURES DE COULEUR

21 Juillet 2026

SOMMAIRE

1. PREAMBULE **2**
2. PRESENTATION DES GRADES **2**
2.1 PRESENTATION 2
2.2 TABLEAU SYNTHETIQUE PAR ÂGE 2
2.3 EQUIVALENCES GRADES BLANCS ET JAUNES INTER STYLES 2
3. PREROGATIVES DES GRADES **3**
3.1 POUR ACCEDER A LA COMPETITION 4
3.2 POUR ACCEDER AUX FORMATIONS 4
4. MATERIALISATION **4**
5. TABLEAU GENERAL DE PRESENTATION **5**
6. TABLEAU DE SYNTHESE DES COMPETENCES VISEES PAR GRADE **6**
7. EPREUVES ET EXAMENS **7**
7.1 ORGANISATION 7
7.2 SESSIONS D'EXAMENS 7
7.3 CONFIDENTIALITE 8
7.4 PROCEDURES D'APPEL 8
7.5 PERIODICITE/ORGANISATION 8
7.6 DEFRAIEMENTS/VACATIONS 8
7.7 EQUIVALENCE ET RECONNAISSANCE DES ANCIENS GRADES 10
7.8 RESULTATS 10
7.9 CAS PARTICULIERS SESSIONS REGIONALES ET LICENCIES HORS LIGUE 11
8. COMPETENCES VISEES PAR GRADE (être capable de) **11**
9. LES GRADES EN DETAILS (1er et 2nd degrés) **13**
9.1 BLANC 13
9.2 JAUNE 15
9.3 VERT 17
9.4 BLEU 19
9.5 NOIR 21
9.6 BRONZE 23
9.7 ARGENT 25
9.8 OR 27
10. LES SUPPORTS TECHNIQUES D'APPRENTISSAGE (CONTENUS ET COMPETENCES) **28**
11. LES GRILLES D'EVALUATION (EXAMENS) **28**

1. PREAMBULE

Ce référentiel des grades s'appuie sur le glossaire des techniques du kickboxing de la FFKMDA (lexique) en ce qui concerne la description des différentes techniques offensives et défensives autorisées.

L'élu en charge de la commission nationale des grades de la fédération est le responsable du dispositif.
La commission nationale des grades se compose, en plus du responsable, de membres du collège des hauts gradés (niveau argent ou or) dans chaque style et d'un cadre technique. Les experts hauts gradés sont désignés par le Président de la fédération.

Chaque grade représente un niveau de maîtrise technico-tactique du kickboxing.

Ce référentiel est une méthodologie de l'apprentissage des savoir-faire en kickboxing. C'est également un outil pédagogique d'évaluation des compétences individuelles de kickboxeur.

La FFKMDA a conçu ce dispositif pour plusieurs raisons :

1/ Proposer une méthodologie commune de progression et d'apprentissage des savoir-faire du kickboxing
2/Augmenter le niveau technico-tactique des pratiquants (viser l'excellence)
3/Assurer un véritable niveau de maîtrise technique de la discipline pour les stagiaires entrant en formation de moniteur
4/Garantir la sécurité des compétiteurs en leur imposant un niveau minimal de maîtrise de la discipline avant de combattre
5/ Fidéliser les pratiquants « loisirs » et valoriser leurs progrès grâce à l'obtention d'un grade reconnu.

Les grades, au nombre de 8, témoignent du niveau du pratiquant. Ils représentent la maîtrise du débutant à l'expert des différentes techniques, de l'historique, des aspects technico-tactiques et règlementaires pour tous les styles du kickboxing.

Le kickboxing sous tous ses styles étant un sport d'opposition, l'adaptation de la technique en situation de combat ou d'assaut démontre des qualités supérieures de la part du combattant qui doivent être mises en exergue lors des passages de grade. L'apprentissage de la gestuelle n'a de sens que si elle s'exprime en situation d'opposition.

C'est tout l'intérêt de ce référentiel des grades, du premier niveau de pratique à l'expert, qui précise les modalités de passage et les conditions d'attribution de chaque grade afin que les différents pratiquants, entraîneurs et membres du jury puissent préparer tous les candidats de la même façon dans des conditions optimales.

Les grades sont enregistrés dans la base de données fédérale (intranet) ainsi que sur le passeport du licencié.

Lors de l'évaluation, les candidats sont jugés par module représentant un des 4 aspects de la maîtrise du kickboxing :

- La technique (forme gestuelle) à travers la capacité physique d'exécution
- L'aspect technico-tactique (l'utilisation de la technique en situation d'opposition) ; la lecture évènementielle
- La maîtrise d'outils spécifiques à la pratique (selon niveau)
- Les connaissances théoriques

2. PRESENTATION DES GRADES

2.1 PRESENTATION

Les grades se présentent sous forme de gants ou de ceintures en fonction du style disciplinaire.

Il existe 7 styles différents de pratique en opposition qui composent le kickboxing : low kick, kick light, k1 style, k1 style light, full contact, light contact, point fighting.

Certaines formes de pratique du kickboxing sont plus ou moins proches en fonction de leurs règles techniques et compétitives. Ainsi certains styles sont regroupés (déclinaisons) pour faciliter le passage des grades et rendre cohérent l'ensemble du dispositif.

Le grade pourra être passé dans l'une des 4 déclinaisons spécifiques présentées ci-dessous, fonction du style de kickboxing choisi par le candidat :

- Avec coups dans les membres inférieurs (Gants)

STYLE : LOW KICK-KICK LIGHT : gants de couleur
STYLE : K1 STYLE-K1 STYLE LIGHT : gants de couleur

- Sans coups dans les membres inférieurs (Ceintures)

STYLE : FULL CONTACT-LIGHT CONTACT : ceintures de couleur
STYLE : POINT FIGHTING : ceintures de couleur

Ainsi, un licencié pourra préparer et passer l'examen d'un grade dans l'une des 4 déclinaisons présentées ci-dessus.

2.2 TABLEAU SYNTHETIQUE PAR ÂGE (grades du débutant à l'expert)

En début de pratique, le licencié n'a ni ceinture ni gant. Il pourra les obtenir, s'il possède les prérequis, en présentant et en réussissant les examens qu'il aura préalablement préparés en ayant appris les contenus spécifiques pour chaque grade.

Les 5 premiers grades concernent l'acquisition des fondamentaux et la maîtrise des aspects technico-tactique, historique et règlementaire du Kickboxing. Les 3 derniers grades représentent l'expertise et l'innovation des pratiquants.

LK-KL / K1S-K1SL	FC-LC / PF	Ages minimum
Gant blanc 1er et 2nd degré	Ceinture blanche 1er et 2nd degré	5 ans
Gant jaune 1er et 2nd degré	Ceinture jaune 1er et 2nd degré	6 ans
Gant vert 1er et 2nd degré	Ceinture verte 1er et 2nd degré	10 ans
Gant bleu 1er et 2nd degré	Ceinture bleue 1er et 2nd degré	13 ans
Gant noir 1er et 2nd degré	Ceinture noire 1er et 2nd degré	16 ans
Gant de bronze	Ceinture noire degré bronze	20 ans
Gant d'argent	Ceinture noire degré argent	25 ans
Gant d'or	Ceinture noire degré or	35 ans

Un grade est **complet** et considéré comme pleinement acquis lorsque le pratiquant possède le second degré (2nd). C'est uniquement à ce moment-là que son détenteur peut profiter des prérogatives attachées. Le premier degré (1er) est un niveau intermédiaire mais qui ne se présente pas directement en examen.

Lorsqu'un candidat présente un grade, il présente le grade complet à savoir le second (2nd) degré. Le premier degré peut être attribué par le jury si le candidat ne possède pas les notes suffisantes pour obtenir le grade complet (2nd degré).

Il n'est pas obligatoire de posséder un grade de premier (1er) degré pour présenter le second (2nd) degré.

2.3 EQUIVALENCES GRADES BLANC ET JAUNE INTER STYLES

Les styles low kick-kick light et k1style-k1style light font partie des disciplines avec coups autorisés dans les membres inférieurs. Les grades sont reconnus par des « gants ».

Les styles full contact-light contact et point fighting font partie des disciplines sans coups autorisés dans les membres inférieurs. Les grades sont reconnus par des « ceintures ».

En fonction de ses rapprochements disciplinaires, deux équivalences de grades de niveaux 1 et 2 (blanc et jaune) sont possibles pour les styles proches.

- Pour les gants : l'obtention d'un gant blanc ou jaune en K1S-K1SL confère à son titulaire automatiquement les gants blancs ou jaunes en LK-KL et inversement.

- Pour les ceintures : l'obtention d'une ceinture blanche ou jaune en FC-LC confère à son titulaire automatiquement les ceintures blanche ou jaune en PF et inversement.

A partir du grade vert, plus aucune équivalence n'existe entre les styles, tous les grades doivent être présentés.

3. PREROGATIVES DES GRADES

Les prérogatives attachées à l'obtention d'un grade de couleur dans un style (gants ou ceintures), fonctionnent pour toutes les disciplines du kickboxing. Un titulaire bénéficie des prérogatives à partir de l'obtention du second degré du grade concerné. C'est-à-dire que si je suis titulaire du gant bleu en low kick-kick light, j'ai par exemple également accès à la compétition plein contact en full contact.

3.1 POUR ACCEDER A LA COMPETITION (POUR TOUTES LES DISCIPLINES DU KICKBOXING)

ATTENTION : CETTE MESURE NE CONCERNE QUE LES NEO COMPETITEURS (C'EST-A-DIRE CEUX QUI S'INSCRIVENT EN COMPETITION POUR LA PREMIERE FOIS ET DANS LA FORME DE PRATIQUE ASSAUT OU PLEIN CONTACT). LES LICENCIES DEJA ENGAGES EN COMPETITION NE SONT PAS CONCERNES ; TOUTEFOIS, LEUR ENGAGEMENT EN COMPETITION NE LEUR PROCURERA PAS AUTOMATIQUEMENT LE GRADE.

Le grade jaune (gant ou ceinture 2nd degré) est obligatoire pour s'inscrire en compétition officielle assaut sur tatami. La FFKMDA permet au titulaire d'un grade de niveau jaune de boxer en compétition sur tatami dans tous les styles du kickboxing.

Exemple : un licencié minime ayant un gant jaune low kick-kick light pourra s'inscrire en compétition en light contact.

Le grade bleu (gant ou ceinture 2nd degré) est obligatoire pour s'inscrire en compétition officielle combat sur ring (coupe, open, championnat, manifestation publique de sport de combat). La FFKMDA permet au titulaire d'un grade de niveau bleu de boxer en compétition sur ring dans tous les styles du kickboxing.

Exemple : un licencié junior ayant une ceinture bleue en full contact-light contact pourra s'inscrire en compétition combat plein contact en k1 style.

Le contrôle des grades se fait via les outils numériques de la fédération.

3.2 POUR ACCEDER AUX FORMATIONS

Le grade vert 2nd degré, quel que soit le style (gant ou ceinture) est obligatoire pour s'inscrire en formation BMF1.

Le grade bleu 2nd degré, quel que soit le style (gant ou ceinture) est obligatoire pour s'inscrire en formation BMF2 mention kickboxing.

4. MATERIALISATION

Les ceintures sont identiques à celles utilisées dans les arts martiaux. Les ceintures officielles, de couleur, comportent le logo de la fédération.
Le port de la ceinture est interdit en compétition (sauf en Point fighting). Elle peut cependant être portée à l'entrainement.

Les gants sont matérialisés par des écussons (cercle) de 6 cm de diamètre à l'intérieur desquels est dessiné un gant. La couleur de l'écusson est celle du grade correspondant. Ils peuvent être cousus sur le short au niveau de la face avant de la cuisse droite. Le port de l'écusson sur le short du compétiteur en compétition est facultatif.

Pour se procurer les ceintures et les écussons de niveau club, le club doit se connecter à la e-boutique en ligne, rubrique grades.
Pour les grades de niveau ligue et fédéral, ils sont délivrés aux lauréats le jour de la session ou juste après par l'organisme organisateur.

Seuls les diplômes de grade édités par le module de la fédération sont officiels et reconnus ; les grades obtenus peuvent également être identifiés sur le passeport du licencié dûment renseigné. Les grades apparaissent sur la fiche intranet du licencié.

Dans la mesure du possible, les diplômes, qui doivent être signés par le responsable pour être valables, doivent être délivrés aux lauréats le jour même.

5. TABLEAU GENERAL DE PRESENTATION DES GRADES

OBJECTIFS	NIVEAUX	GANTS/CEINTURES	EXAMEN/PASSAGE	PREROGATIVES
INITIATION	NOVICE	BLANC JAUNE	EN CLUB	Niveau jaune minimum pour accéder à la compétition assaut sur tatami (tous styles)
ACQUISITION	INTERMEDIAIRE	VERT	EN CLUB	Niveau vert (tous styles) pour s'inscrire au BMF1
MAÎTRISE	CONFIRME	BLEU NOIR	NIVEAU LIGUE	Niveau Bleu minimum pour accéder à la compétition plein contact¤ sur ring (tous styles). Niveau bleu (tous styles) pour s'inscrire au BMF2
EXPERTISE INNOVATION	EXPERT	BRONZE ARGENT OR	NIVEAU NATIONAL	Niveau argent (tous styles) pour être responsable Régional des grades

6. TABLEAU DE SYNTHESE DES COMPETENCES VISEES PAR GRADES

Thèmes/grades	Blanc/jaune 2nd	Vert 2nd	Bleu 2nd	Noir (2nd)/Bronze
Type d'activité (intention/ anticipation)	Je boxe en action et en réaction	Je boxe en anticipation guettée*	Je boxe en anticipation guettée	Je boxe en anticipation provoquée*
Garde/ déplacements	Je connais les techniques de déplacements en restant en garde	Je sais changer de rythme pendant mes déplacements	Je sais modifier ma position de garde et mes déplacements pendant l'assaut	Je sais adapter mes déplacements et ma position de garde par rapport à la boxe de l'adversaire
Gestion de la distance par rapport à l'adversaire	Je boxe en restant à distance et à mi-distance de l'adversaire	Je sais boxer à courte distance de l'adversaire	Je sais boxer dans les 3 distances pendant un enchainement	Je sais boxer à toutes les distances de façon opportune
Attaque poings	Je sais attaquer avec des coups simples	Je sais enchainer tous types de techniques de poings	Je sais combiner* en poings et je maîtrise le spinning back fist	Je sais utiliser les techniques de poings en fonction des opportunités que j'aurai provoquées
Attaque jambes (pieds)	Je sais attaquer avec des coups simples	Je sais enchainer et effectuer toutes techniques de jambes	Je sais combiner en jambes et effectuer des techniques complexes	Je sais utiliser les techniques de jambes en fonction des opportunités que j'aurai provoquées
Liaisons enchaînements (hors point fitghing)	Je sais effectuer des liaisons de deux ou trois coups	Je sais effectuer des liaisons poings/pieds et Pieds/poings de 4 coups	Je sais effectuer des liaisons poings/pieds/poings et pieds/poings/ pieds	Je sais effectuer des liaisons poings/pieds/poings et pieds/poings/pieds de façon opportune
Attaque de genoux (K1S)	Je sais donner un coup de genou au corps (2 jambes)	Je sais donner un coup de genou dans les membres inférieurs	Je sais donner un coup de genou au visage et un coup sauté	Je sais enchainer toutes techniques de coups de genoux avec d'autres attaques
Parades / esquives	Je sais réaliser des parades et des esquives sur des attaques simples	Je sais réaliser des parades et des esquives sur des attaques de deux ou trois coups	Je sais combiner des parades et des esquives dans le même enchainement	Je sais alterner des parades et des esquives en combinant sur l'attaque de l'adversaire
Décalages/ Débordements*	Je sais réaliser des déplacements latéraux	Je sais effectuer un décalage en défense et en attaque	Je sais effectuer des débordements en attaque et en défense	Je sais boxer en utilisant des décalages et débordements de façon opportune (intérieur et extérieur)
Ripostes	Je sais riposter sur des attaques simples	Je sais riposter sur des attaques enchainées	Je sais utiliser la riposte pour toucher sur des attaques complexes	Je sais utiliser les ripostes de plusieurs coups en combinant avec la boxe de l'adversaire
Contre-attaque/contre/ coups d'arrêts / neutralisation	X	Je sais faire une contre-attaque sur attaque simple	Je sais utiliser les coups d'arrêts	Je sais utiliser des contres et neutraliser la boxe de l'adversaire
Utilisation des feintes	X	Je connais les feintes	Je sais utiliser toutes les feintes pour toucher	Je sais perturber et surprendre l'adversaire en me créant des opportunités
Gestion de l'espace d'affrontement (ring ou tatami)	Je sais suivre un adversaire en utilisant mon corps	Je sais utiliser les cordes ou les limites pour surprendre l'adversaire	Je sais tenir le rôle de cadreur et je sais sortir du cadrage de l'adversaire situation d'assaut	Je sais utiliser l'espace de façon stratégique

Précision des coups	Je sais toucher l'autre sur des attaques simples sans puissance	Je sais toucher de façon contrôlée et précise sur toutes les lignes	Je sais être précis dans mes attaques complexes en situation d'assaut	Je sais réaliser des techniques complexes à haute vitesse en contrôlant mes coups en assaut
Variété des techniques offensives	Je commence à varier mes techniques rectilignes et circulaires	Je commence à maîtriser certaines techniques tournées et sautées	Je maîtrise toutes les techniques en situation d'assaut	Je sais réaliser toutes les techniques de façon opportune
Attitude	Je respecte l'adversaire, les officiels, j'accepte la défaite. Je connais la procédure d'examen du grade que je présente. Je suis en tenue officielle.			
Connaissances	Je connais le glossaire des techniques	Je connais le glossaire des techniques	Je connais la règlementation des compétitions	Je connais les règles d'arbitrage et l'historique

*lexique :
Combinaison : série de coups réalisée pendant l'attaque de l'adversaire
Décalage : écartement d'un appui par rapport à l'axe d'opposition direct représenté par la ligne des épaules de l'adversaire de face
Débordement : déplacement des deux appuis
Anticipation guettée : je guette ce que va faire l'adversaire pour agir
Anticipation provoquée : je provoque chez l'adversaire un comportement pour agir

7. EPREUVES ET EXAMENS

Remarque : pour présenter un grade il faut être titulaire du grade inférieur.

Les passages de grades sont des examens dits « techniques » réalisés dans une des 4 déclinaisons issues des différents styles du kickboxing.
Les épreuves servent à évaluer la maîtrise des pratiquants dans les tous domaines du kickboxing (style présenté). C'est le niveau du candidat qui est évalué.

Il est préconisé de mettre en place l'organisation de stages techniques et de sessions blanches d'examen, avant chaque session officielle, afin de permettre aux candidats de se préparer et de maitriser les épreuves et les exigences des jurys.

7.1 ORGANISATION

L'obtention des grades (gants ou ceintures) est effective si tous les modules sont validés avec une note minimale correspondant à la moyenne.

Les temps de passage de certains modules peuvent prendre la forme de round. Ce ne sont pas des temps de compétition avec un objectif de victoire. Le but du round est la démonstration technique. Il faut distinguer les rounds de travail en coopération (avec un partenaire pour démontrer) et les rounds de travail en opposition (avec un adversaire).

De façon générale, dans toutes les épreuves sous forme de rounds, si deux candidats passent en même temps, le jury peut décider de les évaluer en même temps chacun sur leur rôle : par exemple une minute chacun si round de deux minutes.

Les temps de passage fournis le sont à titre indicatif et surtout maximal. Pour des raisons d'organisations le jury peut diminuer les temps des épreuves, à l'exception des évaluations technico tactiques.

Hormis le module 4 (connaissances), si le candidat échoue à un module (moins de la moyenne), il doit repasser la totalité de l'examen mais il est dispensé des droits d'inscription pendant 2 saisons après l'échec. Si le candidat échoue le module 4, il peut conserver les autres modules pour la session suivante et présenter uniquement le module connaissances.

Les droits d'inscription (comprenant le diplôme et le grade si réussite à fournir par la structure organisatrice) :

- Blanc/jaune/vert : le club (les droits d'inscription ne sont pas obligatoires)
- Bleu/noir : la ligue KMDA (25 euros)
- Bronze/Argent/Or : la FFKMDA (50 euros)

7.2 SESSIONS D'EXAMENS

Les jurys : en fonction du nombre de candidats, ils sont composés de 2 à 4 binômes afin de proposer un examen fluide ne dépassant pas une demi-journée. Chaque jury est dédié à l'évaluation d'un module (évaluations par ateliers). Pour des contraintes organisationnelles, le nombre de jury peut varier, sans jamais descendre en dessous de 2 personnes.

Les candidats sont informés de la réussite ou de l'échec à l'examen immédiatement après la réunion plénière de fin de session, composée par tous les jurys et le président de la session.

- Clubs

Pour être membre du jury de niveau club, il faut obligatoirement être titulaire du BMF1, BMF2, BMF3 ou BPJEPS, DEJEPS, DESJEPS.

- Ligue

Pour être membre du jury de niveau ligue pour le grade bleu, il faut obligatoirement être titulaire du gant noir ou de la ceinture noire (minimum), être minimum de catégorie d'âge junior, et convoqué par le responsable de la session d'examen (responsable régional des grades ou CTL ou Président de ligue).

Pour être membre du jury de niveau ligue pour le grade noir, il faut obligatoirement être titulaire du gant de bronze ou de la ceinture noire degré bronze (a minima*) et convoqué par le responsable de la session d'examen (responsable régional des grades ou CTL ou Président de ligue).

**En cas d'impossibilité, la ligue peut, après accord de la commission nationale des grades, proposer des jurys de niveau de grade équivalent (noir).*

Avant chaque session d'examen, les jurys doivent effectuer une réunion préparatoire d'harmonisation dans laquelle ils travailleront sur les fiches d'évaluation et le nombre de candidats. Ils devront envisager l'harmonisation des évaluations.

A l'issue de l'examen, une réunion bilan doit également être organisée.

- National

Pour être membre du jury sur les examens nationaux (grades bronze et argent), il faut être titulaire du gant d'argent ou de la ceinture noire degré argent* et convoqué par le responsable de la session d'examen (fédération / responsable national des grades).
**sauf exception et accord de la commission.*

Pour être membre du jury sur les examens de gant d'or ou ceinture noire degré or, il faut être titulaire du gant d'or ou de la ceinture noire degré or et convoqué par le responsable de la session d'examen (responsable national des grades). Etant donné qu'aucune équivalence du grade or n'est possible, pour les premières sessions d'examens les titulaires du grade argent pourront participer au jury des premières sessions en co jury avec les membres de la Direction Technique Nationale. Le responsable national de la commission des grades composera le Jury avec le DTN ou le DTNA.

7.3 CONFIDENTIALITE

Les examens se déroulent à huit clos (hors examen en club pour les grades blanc, jaune, vert au choix du moniteur), c'est-à-dire non ouverts au public, aux familles des candidats ou aux entraineurs de clubs.

7.4 PROCEDURE D'APPEL

En cas de contentieux de la part d'un candidat à l'issue de la proclamation des résultats (examens ligue et national), ce dernier doit transmettre sa requête, sur papier libre, à l'attention du Conseiller Technique de Ligue pour les grades de sa responsabilité et à l'attention du Président de la FFKMDA pour les grades supérieurs de niveau national. La requête doit être envoyée dans un délai de 72 heures après l'examen sans quoi elle sera jugée non recevable. Une réclamation ne sera recevable que si elle porte sur un dysfonctionnement dans l'organisation de la session d'examen ou sur le non-respect des procédures d'examen.

7.5 PERIODICITE ET ORGANISATION

- *Session* gant ou ceinture blanc, jaune et vert (examen à l'échelon du club)
  - Fréquence des sessions : au choix avec respect des temps imposés (âge) entre chaque grade
  - Centre d'examen : le club

- Président du jury : le moniteur titulaire du BMF2 kickboxing ou d'un BMF3

- *Session* gant ou ceinture bleu et noir (examen à l'échelon de la ligue)
  - Fréquence des sessions : minimum deux sessions par saison pour les ligues
  - Centre d'examen : l'examen se déroule dans la ligue. Les épreuves sont organisées par le responsable régional des grades de kickboxing ou à défaut le CTL.
  - Président du jury : le Conseiller Technique de Ligue ou à défaut Président de ligue

- *Session* gant ou ceinture de bronze à or (examen à l'échelon national)
  - Fréquence des sessions : une ou deux sessions par an
  - Centre d'examen : l'examen se déroule au niveau national. Les épreuves sont organisées par la commission nationale des grades et la DTN.
  - Président du jury : Le DTN ou son représentant.

7.6 DEFRAIEMENT

Les membres du jury sont défrayés pour leur intervention selon le règlement financier de la FFKMDA, par la ligue pour les examens de niveau ligue et par la fédération pour les examens nationaux.

7.7 EQUIVALENCE ET RECONNAISSANCE DES ANCIENS GRADES

Remarque : concernant les anciennes ceintures noires de full contact (du 1er au 8ème degré), délivrées par la FFFCDA pendant la période avec agrément de l'Etat (jusqu'en 2014) : les titulaires peuvent faire le choix de conserver les appellations en degrés. Ils doivent tout de même faire une demande par mail auprès de la commission nationale. Si le diplôme est reconnu et accepté, ils pourront alors bénéficier des prérogatives identiques en conservant cette appellation.

Période d'instruction des demandes d'équivalences : de septembre 2016 au 31 Août 2018.

1/ FFSCDA/FFKMDA : reconnaissance des ceintures délivrées par la FFSCDA et la FFKMDA et ses ligues, entre 2009 et 2016, selon les indications ci-dessous (attention fournir le diplôme officiel signé) :

- Ceinture noire 6°,7°,8°: gant d'argent ou ceinture noire degré argent
- Ceinture noire 4°,5°: gant de bronze ou ceinture noire degré bronze
- Ceinture noire 1°,2°,3°: gant noir ou ceinture noire
- Ceinture marron : gant bleu ou ceinture bleue

2/ Fédérations de boxes pieds/poings anciennement agréées par l'Etat : reconnaissance des ceintures noires délivrées par les anciennes fédérations de kickboxing et de full contact, uniquement durant les périodes pendant lesquelles ces dernières disposaient d'un agrément de l'Etat, selon les indications ci-dessous (attention fournir le diplôme officiel daté et signé ou passeport) :

- Ceinture noire 6°,7°,8°: gant d'argent ou ceinture noire degré argent
- Ceinture noire 4°,5°: gant de bronze ou ceinture noire degré bronze
- Ceinture noire 1°,2°,3°: gant noir ou ceinture noire

3/ Autres structures : aucune équivalence, entre l'ancien système d'évaluation des grades délivrés par d'autres fédérations non reconnues par l'Etat et le nouveau dispositif, n'est effective. La prise en compte de ces ceintures noires existe uniquement pour un repositionnement de passage des nouveaux grades (au choix du candidat). Les titulaires de ces grades peuvent repasser l'examen en étant repositionnés comme suit (examen sec possible jusqu'en aout 2018) :

-Toutes ceintures noires : gant noir ou ceinture noire

Durant la période de transition, chaque candidat ne peut se présenter qu'une seule fois à la « réévaluation » de son grade. Le respect de l'ensemble des prérequis est obligatoire pour tous les passages de grades hors exception exposés ci avant.

Remarque : le gant d'or ou la ceinture noire degré or est inaccessible par équivalence. Tous les candidats devront passer l'examen.

NB : les ceintures marrons de kickboxing et de full contact délivrées par les fédérations de kickboxing et de full contact agréées et leurs associations affiliées sont reconnues par la FFKMDA. Elles peuvent être conservées en l'état et permettre à leur titulaire de jouir des prérogatives attachées selon les équivalences ci-dessous :

- Ceintures marrons de kickboxing (FFKBDA) et de full contact (FFFCDA) : gant bleu low kick-kick light et ceinture bleue full contact-light contact et point fighting.

7.8 RESULTATS

Chaque moniteur de club, titulaire du BMF2 minimum, peut inscrire après réussite à l'examen sur le passeport sportif fédéral le grade de son élève uniquement pour les trois premiers niveaux (blanc, jaune et vert). Les niveaux bleu et noir sont inscrits dans le passeport par le responsable régional des grades ou le CTL. A compter du niveau bronze, l'enregistrement sur la base de données et le passeport est effectué par la Direction Technique Nationale de la FFKMDA.

Pour les examens en club, le jury est présidé par le moniteur principal du club. Seuls les détenteurs du grade supérieur au grade présenté par le licencié et titulaires du BMF1 minimum sont habilités à composer le jury d'examen (membre) sous la responsabilité du moniteur principal (BMF2 minimum).

Les diplômes sont accessibles aux licenciés à travers le service intranet. Les licenciés peuvent consulter leur grade obtenu sur leur fiche licence en ligne.
Un fichier national des gradés est tenu par la fédération et mis à jour en temps réel en fonction des résultats des examens de clubs, ligues et nationaux.

Conformément au fonctionnement du module intranet de gestion des grades, ces derniers doivent être renseignés pour chaque lauréat d'une session dans le module (cf. tuto club et ligue).

7.9 Cas particuliers - Sessions régionales de grades et procédure administrative pour les licenciés « hors ligue »

A/ Pour les ligues
1. A l'aide du module des grades prévu à cet effet (exalto), les ligues déclarent plusieurs sessions régionales d'examen de grades par saison dans toutes les disciplines délégataires. Ces sessions sont soumises à validation fédérale et sont prioritairement adressées aux clubs de la ligue;
2. Les sessions d'examen, les inscriptions et les résultats sont obligatoirement saisis dans le module;
3. Les grades régionaux sont attribués aux lauréats par le gestionnaire des grades de ligue après réussite de l'examen.

B/ Pour les clubs
1. Les clubs consultent dans leur espace en ligne les sessions régionales de grades organisées dans leur ligue (ressort géographique);
2. Les clubs (et leurs licenciés) doivent s'inscrire aux sessions régionales de grades dans leur ligue;
3. Dans certains cas* listés ci-dessous, par dérogation et sur présentation d'un courriel motivé, les clubs sont autorisés à passer les grades dans des sessions régionales d'examens d'autres ligues : voir la procédure ci-dessous :

<u>* Cas recevables :</u>
- la ligue n'a pas organisé de session régionale dans le grade concerné au moment de la demande (jour de réception du mail), ni dans les 30 jours précédents ou 30 jours suivant (période de deux mois).
- la session organisée par la ligue dans laquelle le club devait s'inscrire n'a plus de place et il n'y a pas d'autre session prévue avant 45 jours après la date de l'examen.

C/ Procédure de demande dérogatoire de participation à une session régionale de grade dans une autre ligue
1. Le club doit adresser sa demande motivée par mail à la direction technique nationale (DTNA) : laurentbois.ffkmda@gmail.com;
2. Le DTNA vérifie les prérequis des demandeurs;
3. Le DTNA vérifie la session puis contacte la ligue pour connaître le nombre de place restante dans la session concernée et obtenir l'accord de la ligue;
4. Si l'accord est donné, le club entre en contact avec la ligue (le responsable de la session) pour organiser les conditions de présentation et de régularisation administrative des candidats (paiement à réaliser directement à la ligue);
5. Le responsable de la session de ligue communique par mail au DTNA (laurentbois.ffkmda@gmail.com) les résultats de cet examen pour les licenciés extérieurs.
6. En cas de réussite, le DTNA saisit le grade du licencié et expédie par mail le diplôme à l'intéressé.

8. <u>COMPETENCES VISEES PAR GRADE : ETRE CAPABLE DE (EC)</u>

<u>Novice/intermédiaire : EC de réaliser les fondamentaux technico-tactiques (examen en club)</u>

► Gant blanc / ceinture blanche : être capable de réaliser les parades, les techniques d'attaques simples rectilignes et circulaires et de connaître le lexique spécifique des techniques utilisées

► Gant jaune / ceinture jaune : être capable de réaliser les esquives, les techniques d'attaques circulaires et rectilignes avancées et de connaître le lexique spécifique des techniques utilisées

► Gant vert / ceinture verte : être capable de réaliser toutes les formes de techniques défensives et de diversifier son organisation défensive en opposition dans le style présenté. Il doit également savoir réaliser et enchainer* des techniques d'attaques variées. Il doit connaître le lexique des techniques défensives utilisées

<u>Confirmé : EC de maîtriser les aspects technico-tactiques (examen niveau ligue)</u>

► Gant bleu / ceinture bleue : être capable de réaliser toutes les formes de techniques offensives et les feintes et de diversifier son organisation offensive en opposition dans le style présenté. Il doit connaître la règlementation de la discipline en matière de compétition (selon style choisi).

► Gant noir / ceinture noire : être capable de boxer en anticipation provoquée et d'adapter son action technique et technico-tactique en fonction des situations proposées par son « adversaire » dans le style présenté. Maîtriser toute la règlementation de la discipline en matière d'arbitrage et de jugement.

<u>Expert : EC de démontrer et d'expliciter des situations technico-tactiques complexes et d'innover dans le style (examen niveau national)</u>

► Gant de bronze / ceinture noire degré bronze : être capable de démontrer un niveau de maîtrise technique et technico-tactique avancée du kickboxing (style) et de connaître l'historique du Kickboxing.

► Gant d'argent / ceinture degré argent : être capable de démontrer un niveau d'expertise technique et technico-tactique dans la discipline et de connaître la règlementation fédérale en matière de grades.

► Gant d'or / ceinture noire degré or : être capable de démontrer un niveau d'innovation technique et de maîtrise de la théorisation de la discipline. Proposer un travail de recherche théorique sur l'activité.

**hors point fighting*

9. LES GRADES EN DETAILS

Remarque : toutes les situations et épreuves qui exigent des enchainements et liaisons de coups ne sont pas utilisées en Point Fighting. Le critère sera la vitesse d'exécution et la précision (cf. fiches d'examens)

Remarque 2 : les épreuves présentées ci-dessous sont généralistes. Elles seront adaptées en fonction du style présenté par le candidat (cf. fiche d'examen). Par exemple pour le K1-K1L, les techniques de genoux apparaissent dans les fiches ; pour le FC-LC, les coups dans les membres inférieurs sont retirés.

9.1 Gant blanc / Ceinture blanche (1er et 2nd degrés)

DEFINITION

C'est un grade technique ou le licencié doit réaliser les différents types de parades, les techniques d'attaques simples rectilignes et circulaires. Il doit, par ailleurs, connaître le lexique spécifique des techniques qu'il utilise.
L'examen est organisé, au niveau du club, par le moniteur du club, titulaire d'un diplôme reconnu par la fédération (BMF2 Kickboxing minimum).

CONDITIONS PREALABLES

Pour être retenu candidat, il faut disposer des prérequis suivants :
- Avoir 5 ans révolus
- Etre licencié

PROGRAMME D'EXAMEN

L'examen se décompose en 4 modules. Pour réussir un module il faut avoir la moyenne (*a minima*).

Module 1 : réalisation des techniques défensives / **Travail en coopération** (A est évalué)

B attaque sur une technique imposée et A effectue une parade
- Epreuve 1 : Etre Capable (EC) de réaliser des parades + 1 riposte de 1 coup en poing sur attaques rectilignes et/ou circulaires en poings (1x2')*
- Epreuve 2 : EC de réaliser des parades + 1 riposte de 1 coup en pied sur attaques rectilignes et/ou circulaires en pieds (1x2')*

Module 2 : réalisation des techniques offensives / **Travail en coopération** (A est évalué)

A effectue des enchaînements pendant 2' et B pare le second coup et remise.*
- Epreuve 3 : EC de réaliser des enchaînements de 2 coups poings/pieds rectilignes ou circulaires (1x2')*
- Epreuve 4 : EC de réaliser des enchaînements de 2 coups pieds/poings rectilignes ou circulaires (1x2')*

Module 3 : démonstration du niveau technico-tactique / **Situation d'opposition (assaut)**

- Epreuve 5 : EC de réaliser un round en utilisant des attaques simples rectilignes (1x2')*
- Epreuve 6 : EC de réaliser un round en utilisant des attaques simples circulaires (1x2')*
- Epreuve 7 : EC de réaliser un round en utilisant des parades simples sur des attaques simples de 1 coup (1x2')*

Module 4 : connaissance du glossaire des techniques du kickboxing : préciser ici le style choisi par le candidat, au choix dans la liste suivante (4 styles possibles) : LK-KL OU K1S-K1SL OU FC-LC OU PF

- Epreuve 8: EC de définir des techniques utilisées du style

** la durée du round de présentation est de 1x1' pour les 6-13 ans et 1x1'30 pour les 14-15 ans et 2' au-delà.*

CONDITIONS D'OBTENTION

1er degré

Pour réussir le gant blanc ou la ceinture blanche 1er degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 10/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

2nd degré

Pour réussir le gant blanc ou la ceinture blanche 2ème degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 16/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

DEROULEMENT DES EPREUVES

Le candidat se présente seul et/ou avec un partenaire de son choix selon les épreuves. Un temps de récupération de 5 minutes minimum est prévu entre chaque module.
Le jury utilise les grilles d'évaluations spécifiques pour le gant ou la ceinture, en renseignant les champs de chaque module et épreuve : non acquis (0 point) / acquis (1 point).

9.2 Gant jaune / Ceinture jaune (1er et 2nd degrés)

DEFINITION

C'est un grade technique où le licencié doit réaliser les différents types d'esquives et les techniques d'attaques circulaires et rectilignes avancées. Il doit, par ailleurs, connaître le lexique spécifique des techniques utilisées.
L'examen est organisé, au niveau du club, par le moniteur du club, titulaire d'un diplôme reconnu par la fédération (BMF2 Kickboxing minimum).

Le gant jaune ou la ceinture jaune (2nd degré) est un prérequis pour s'inscrire en compétition assaut de tous styles du kickboxing sur tatami (light contact / kick light / k1 style light / point fighting)

CONDITIONS PREALABLES

Pour être retenu candidat, il faut disposer des prérequis suivants :
- Avoir 6 ans révolus
- Etre licencié
- Etre titulaire du gant blanc ou de la ceinture blanche depuis au moins 6 mois

PROGRAMME D'EXAMEN

L'examen se décompose en 4 modules. Pour réussir un module il faut avoir la moyenne (*a minima*).

Module 1 : réalisation des techniques défensives / **Travail en coopération** (A est évalué)

B attaque sur une technique imposée
- Epreuve 1 : Etre Capable (EC) de réaliser des esquives + 1 riposte de 2 coups en poings sur attaques rectilignes et circulaires en poings (1x2')*
- Epreuve 2 : EC de réaliser des esquives + 1 riposte de 2 coups en pieds sur attaques rectilignes et circulaires en pieds (1x2')*

Module 2 : réalisation des techniques offensives / **Travail en coopération** (A est évalué)

A effectue des enchaînements pendant 2' et B pare le troisième coup et remise.*
- Epreuve 3 : EC de réaliser des enchaînements de 3 coups poings/pieds rectilignes/circulaires (1x2')*
- Epreuve 4 : EC de réaliser des enchaînements de 3 coups pieds/poings circulaires/rectilignes (1x2')*

Module 3 : démonstration du niveau technico-tactique / **Situation d'opposition (assaut)**

- Epreuve 5 : EC de réaliser un round en utilisant des attaques de 3 coups circulaires (1x2')*
- Epreuve 6 : EC de réaliser un round en utilisant des attaques de 3 coups rectilignes (1x2')*
- Epreuve 7 : EC de réaliser un round en utilisant des esquives + riposte sur des attaques de 1 coup (1x2')*

Module 4 : connaissance du glossaire des techniques du Kickboxing : préciser ici le style choisi par le candidat, au choix dans la liste suivante : LK-KL OU K1S-K1SL OU FC-LC OU PF

- Epreuve 8 : EC de définir des techniques utilisées (15')

** la durée du round de présentation est de 1x1' pour les 7-13 ans et 1x1'30 pour les 14-15 ans et 2' au-delà*

CONDITIONS D'OBTENTION

1er degré

Pour réussir le gant jaune ou la ceinture jaune 1er degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 10/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

2nd degré

Pour réussir le gant jaune ou la ceinture jaune 2ème degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 16/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

DEROULEMENT DES EPREUVES

Le candidat se présente seul et/ou avec un partenaire de son choix selon les épreuves. Un temps de récupération de 5 minutes minimum est prévu entre chaque module.
Le jury utilise les grilles d'évaluations spécifiques pour le gant ou la ceinture, en renseignant les champs de chaque module et épreuve : non acquis (0 point) / acquis (1 point).

9.3 Gant vert / Ceinture verte (1er et 2nd degrés)

DEFINITION

Etre capable de réaliser toutes les formes de techniques défensives et de diversifier son organisation défensive en opposition dans le style présenté. Il doit également savoir réaliser et enchainer des techniques d'attaques variées. Il doit connaître le lexique des techniques défensives utilisées
L'examen est organisé, au niveau du club, par le moniteur du club, titulaire d'un diplôme reconnu par la fédération (BMF2 Kickboxing minimum).

A partir de septembre 2022, ce grade sera impératif pour entrer en formation BMF1

CONDITIONS PREALABLES

Pour être retenu candidat, il faut disposer des prérequis suivants :
- Etre benjamin minimum (10 ans)
- Etre licencié
- Etre titulaire du gant jaune ou de la ceinture jaune depuis au moins 12 mois

PROGRAMME D'EXAMEN

L'examen se décompose en 4 modules. Pour réussir un module il faut avoir la moyenne (*a minima*).

Module 1 : démontrer sa maîtrise des outils spécifiques

- Epreuve 1 : Etre capable (EC) de réaliser un travail de corde à sauter (1x2')*
- Epreuve 2 : EC de réaliser un « shadow » à dominante défensive (1x2')*
- Epreuve 3 : EC de réaliser un travail au sac sans puissance (1x2')*

Module 2 : proposer une diversité de son organisation défensive (OD). Utilisation de la riposte et de la contre-attaque / **Travail en coopération** *(le jury peut imposer les attaques)*

- Epreuve 4 : Etre Capable de diversifier son OD sur une attaque en poings de 2 coups (1x2')*
- Epreuve 5 : Etre Capable de diversifier son OD sur une attaque en pieds de 2 coups (1x2')*
- Epreuve 6 : Etre Capable de diversifier son OD sur une attaque poings/pieds de 2 coups (1x2')*
- Epreuve 7 : Etre Capable de diversifier son OD sur une attaque pieds/poings de 2 coups (1x2')*

Module 3 : démonstration du niveau technico-tactique et des enchaînements / **Situation d'opposition (assaut)**

- Epreuve 8 : EC de réaliser un round avec enchaînements poings/pieds de 4 coups (1x2')*
- Epreuve 9 : EC de réaliser un round avec enchainement pieds/poings de 4 coups (1x2')*
- Epreuve 10 : EC de réaliser un round libre en utilisant des techniques variées (1x2')*

Module 4 : connaissance du glossaire des techniques du Kickboxing : préciser ici le style choisi par le candidat, au choix dans la liste suivante : LK-KL OU K1S-K1SL OU FC-LC OU PF

- Epreuve 11: EC de définir toutes les techniques défensives du kickboxing.

** la durée du round de présentation est de 1x1' pour les 10-13 ans et 1x1'30 pour les 14-15 ans et 2' au-delà*

CONDITIONS D'OBTENTION

1er degré

Pour réussir le gant vert ou la ceinture verte 1er degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 10/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

2nd degré

Pour réussir le gant vert ou la ceinture verte 2ème degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 16/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

DEROULEMENT DES EPREUVES

Le candidat se présente seul et/ou avec un partenaire imposé par le jury selon les épreuves. Un temps de récupération de 5 minutes minimum est prévu entre chaque module.
Le jury utilise les grilles d'évaluations spécifiques pour le gant ou la ceinture, en renseignant les champs de chaque module et épreuve : non acquis (0 point) / acquis (1 point).

9.4 Gant bleu / Ceinture bleue (1er et 2nd degrés)

DEFINITION

Etre capable de réaliser toutes les formes de techniques offensives et les feintes et de diversifier son organisation offensive en opposition dans le style présenté. Il doit, par ailleurs, connaître la règlementation de la discipline en matière de compétition (selon style choisi). L'examen est organisé, au niveau ligue, par le responsable régional des grades et présidé par le Conseiller Technique de Ligue.

Le gant bleu ou la ceinture bleue est un prérequis pour s'inscrire en compétition combat plein contact dans tous les styles de kickboxing sur ring (k1 style / low kick / full contact)

Ce grade sera impératif pour entrer en formation BMF2

CONDITIONS PREALABLES

Pour être retenu candidat, il faut disposer des prérequis suivants :
- A partir de minime (13 ans)
- Avoir minimum deux années de licence
- Etre titulaire du gant vert ou ceinture verte depuis au moins 12 mois
- Avoir acquitté ses droits d'inscription (25 euros à l'ordre de la Ligue)

PROGRAMME D'EXAMEN

L'examen se décompose en 4 modules. Pour réussir un module il faut avoir la moyenne (*a minima*).

Module 1 : démontrer sa maîtrise des outils spécifiques

- Epreuve 1 : Etre Capable (EC) de réaliser un travail de corde à sauter avec changements de rythme (1x2')*
- Epreuve 2 : EC de réaliser un « shadow » à dominante offensive (1x2')*
- Epreuve 3 : EC de réaliser un travail au sac à haute vitesse d'exécution (1x2')*

Module 2 : proposer une diversité de son Organisation Offensive (OO) **/ Travail en coopération**

- Epreuve 4 : Être Capable de diversifier son OO avec des attaques en poings/pieds de 4 à 5 coups puis défendre sur une attaque poings et riposter (1x2')*
- Epreuve 5 : Être Capable de diversifier son OO avec des attaques en pieds/poings de 4 à 5 coups puis défendre sur une attaque pieds et riposter (1x2')*
- Epreuve 6 : Etre Capable de diversifier son OO avec des attaques en poings/pieds/poings de 4 à 5 coups et défendre (contre-attaque) sur une attaque poings/pieds (1x2')*
- Epreuve 7 : Etre Capable de diversifier son OO avec des attaques en pieds/poings/pieds de 4 à 5 coups et défendre (contre-attaque) sur une attaque pieds/poings (1x2')*

Module 3 : démonstration du niveau technico-tactique / **Situation d'opposition (assaut). Avoir une bonne condition physique pendant les 3 rounds.**

- Epreuve 8 : EC de réaliser un round en utilisant des feintes pour toucher (1x2')*
- Epreuve 9 : EC de réaliser un round libre en réalisant des attaques de 5 coups minimum (1x2')*
- Epreuve 10 : EC de réaliser un round avec une dominante de techniques au corps à corps (1x2')*

Module 4 : connaissance du règlement des compétitions du Kickboxing : préciser ici le style choisi par le candidat, au choix dans la liste suivante : LK-KL OU K1S-K1SL OU FC-LC OU PF

- Epreuve 11: EC de répondre au QCM de 15 questions (QCM). Durée 15 minutes maximum.

** la durée du round de présentation est de 1x1'30 pour les 12-13-14-15 ans et 2'au-delà*

CONDITIONS D'OBTENTION

1er degré

Pour réussir le gant bleu ou la ceinture bleue 1er degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 10/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

2nd degré

Pour réussir le gant bleu ou la ceinture bleue 2ème degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 16/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

VALIDATION AUTOMATIQUE DE MODULE

Les juges arbitres de Kickboxing, à partir du niveau BJAR valident de droit le module 4 du présent programme d'examen sur présentation du diplôme détenu dans la discipline. Ils obtiennent la note maximale.

DEROULEMENT DES EPREUVES

Le candidat se présente seul et/ou avec un partenaire imposé par le jury selon les épreuves. Un temps de récupération de 5 minutes minimum est prévu entre chaque module.
Les 3 rounds du module 3 se font en condition réelle de compétition amateur c'est-à-dire avec 1 minute de repos entre les rounds.

Le jury (2 personnes pour chaque module si possible) utilise les grilles d'évaluations spécifiques pour le gant ou la ceinture, en renseignant les champs de chaque module et épreuve : non acquis (0 point) / acquis (1 point).

9.5 Gant noir / Ceinture noire (1er et 2nd degrés)

DEFINITION

Etre capable de boxer en anticipation provoquée et d'adapter son action technique et technico-tactique en fonction des situations proposées par son « adversaire » dans le style présenté. Maîtriser toute la règlementation de la discipline en matière d'arbitrage.

L'examen est organisé, au niveau ligue, par le responsable régional des grades et présidé par le Conseiller Technique de Ligue.

CONDITIONS PREALABLES

Pour être retenu candidat, il faut disposer des prérequis suivants :
- A partir de junior (16 ans)
- Avoir minimum deux années de licence
- Etre titulaire du gant bleu ou ceinture bleue depuis au moins 24 mois
- Avoir acquitté ses droits d'inscription (25 euros à l'ordre de la Ligue)

PROGRAMME D'EXAMEN

L'examen se décompose en 4 modules. Pour réussir un module il faut avoir la moyenne (*a minima*).

Module 1 : démontrer sa maîtrise des outils spécifiques

- Epreuve 1 : Etre Capable (EC) de réaliser un travail de corde à sauter avec changements de rythme (1x2')
- Epreuve 2 : EC de réaliser un « shadow » avec les techniques complexes et enchainées (sautées et tournées) (1x2')
- Epreuve 3 : EC de réaliser un travail au sac avec toutes techniques tournantes (1x2')

Module 2 : démontrer sa capacité à adapter son action par rapport à la situation connue / **Travail à thème en coopération** *(le jury peut imposer les attaques)*

- Epreuve 4 : Etre Capable de diversifier son OD sur une attaque poings/pieds de 3 coups et riposter sur 3 coups (1x2')
- Epreuve 5 : Etre Capable de diversifier son OD sur une attaque pieds/poings de 3 coups et contre attaquer avant le 3ème coup (1x2')
- Epreuve 6 : Etre Capable de diversifier son OO avec des attaques poings/pieds/poings de 6 coups et riposter de façon libre sur une attaque en poings/pieds de 2 coups après l'enchainement (1x2')
- Epreuve 7 : Etre Capable de diversifier son OO avec des attaques pieds/poings/pieds de 6 coups et contrer sur une attaque en pieds/poings de 2 coups (1x2')

Module 3 : démonstration du niveau technico-tactique, boxer en anticipation provoquée / **Situation d'opposition (assaut)**. **Avoir une bonne condition physique pendant les 3 rounds.**

- Epreuve 8 : EC de réaliser un round et développer une boxe de contre-attaque en provoquant des réactions chez un adversaire qui avance (1x2')
- Epreuve 9 : EC de réaliser un round et développer une boxe offensive en provoquant des réactions chez un adversaire qui recule et contre (1x2')
- Epreuve 10 : EC de réaliser un round en respectant les consignes tactiques changeantes du jury en temps réel (1x2')

Module 4 : maîtrise du règlement sportif d'arbitrage et de jugement du Kickboxing (selon style).

- Epreuve 11: EC de répondre au QCM de 15 questions (QCM). Durée maximum 15 minutes.

CONDITIONS D'OBTENTION

1er degré

Pour réussir le gant noir ou la ceinture noire 1er degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 10/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

2nd degré

Pour réussir le gant noir ou la ceinture noire 2ème degré, il faut obtenir les quatre modules (avoir la moyenne) et avoir une note minimale de 16/20. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

VALIDATION AUTOMATIQUE DE MODULE

Les champions de France classe A ou assaut senior de Kickboxing valident de droit le module 3 du présent programme d'examen sur présentation du diplôme attestant du titre détenu dans la discipline (style). Ils obtiennent la note maximale.

Les titulaires du BJAN mention kickboxing valident de droit le module 4, sur présentation du diplôme. Ils obtiennent la note maximale.

DEROULEMENT DES EPREUVES

Le candidat se présente seul et/ou avec un partenaire imposé par le jury selon les épreuves. Un temps de récupération de 5 minutes minimum est prévu entre chaque module.
Les 3 rounds du module 3 se font en condition réelle de compétition amateur c'est-à-dire avec 1 minute de repos entre les rounds.

Le jury (2 personnes pour chaque module si possible) utilise les grilles d'évaluations spécifiques pour le gant ou la ceinture, en renseignant les champs de chaque module et épreuve : non acquis (0 point) / acquis (1 point).

9.6 Gant de bronze / Ceinture noire degré bronze

DEFINITION

C'est un grade technique qui démontre un niveau de maîtrise technique et technico-tactique avancé du Kickboxing (selon style). L'examen est organisé, au niveau national, par le responsable de la commission nationale des grades et le département formation. Il est présidé par le DTN (ou son représentant) de la FFKMDA.

CONDITIONS PREALABLES

Pour être retenu candidat, il faut disposer des prérequis suivants :
- Etre senior (à partir de 20 ans)
- Etre titulaire du gant noir ou de la ceinture noire depuis au moins 24 mois
- Etre licencié
- Avoir acquitté ses droits d'inscription (50 euros à l'ordre de la FFKMDA)

PROGRAMME D'EXAMEN

L'examen se décompose en 4 modules. Pour réussir un module il faut avoir la moyenne (*a minima*).

Module 1 : démontrer sa maîtrise des outils spécifiques

- Epreuve 1 : Etre Capable (EC) de réaliser un travail de musculation naturelle spécifique (5 minutes) pour le haut du corps et les membres inférieurs
- Epreuve 2 : EC de réaliser un travail d'étirement spécifique pour l'échauffement (5 minutes)
- Epreuve 3 : EC de réaliser un travail au sac en expliquant les techniques complexes utilisées (1x2')

Module 2 : démonstration technique / **Travail en coopération**

- Epreuve 4 : EC de démontrer des enchaînements complexes (techniques en sautant) poings/pieds/poings avec un partenaire en mouvement (1x2')
- Epreuve 5 : EC de démontrer des enchaînements complexes (techniques en tournant) pieds/poings/pieds avec un partenaire en mouvement (1x2')
- Epreuve 6 : EC de démontrer des enchaînements complexes libres de 6 coups minimum à haute vitesse avec un partenaire qui présente des cibles (5 minutes)
- Epreuve 7 : EC de démontrer des enchainements techniques tirés au sort avec un partenaire qui présente des cibles (5 minutes)

Module 3 : démonstration du niveau technico-tactique / **Situation d'opposition (assaut). Avoir une bonne condition physique pendant les 3 rounds.**

- Epreuve 8 : EC de réaliser un round avec une dominante défensive utilisant des techniques complexes sur un adversaire qui avance (1x2')
- Epreuve 9 : EC de réaliser un round avec une dominante offensive utilisant des techniques complexes sur un adversaire qui recule et contre (1x2')
- Epreuve 10 : EC de réaliser un round avec comme thématique les combinaisons sur attaques de l'adversaire (1x2')

Module 4 : présentation des connaissances spécifiques (entretien de 15 minutes)

- Epreuve 11: EC de présenter, à l'oral, sa maîtrise de la réglementation fédérale et de l'historique de la discipline

CONDITIONS D'OBTENTION

Pour obtenir le gant de bronze ou la ceinture noire degré bronze, il faut obtenir les quatre modules et obtenir la note minimale. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

DEROULEMENT DES EPREUVES

Le candidat se présente seul et/ou avec un partenaire imposé par le jury selon les épreuves. Un temps de récupération de 5 minutes minimum est prévu entre chaque module.
Les 3 rounds du module 3 se font en condition réelle de compétition amateur c'est-à-dire avec 1 minute de repos entre les rounds.

Le jury (2 personnes pour chaque module si possible) utilise les grilles d'évaluations spécifiques pour le gant ou la ceinture, en renseignant les champs de chaque module et épreuve : non acquis (0 point) / acquis (1 point).

9.7 Gant d'argent / Ceinture noire degré argent

DEFINITION

C'est le grade qui justifie d'un niveau d'expertise technique et technico-tactique en Kickboxing (style). L'examen est organisé, au niveau national, par le responsable de la commission nationale des grades et le département formation. Il est présidé par le DTN (ou son représentant) de la FFKMDA.

CONDITIONS PREALABLES

Pour être retenu candidat, il faut disposer des prérequis suivants :
- Avoir 25 ans révolus
- Etre licencié
- Etre titulaire du gant de bronze ou de la ceinture noire degré bronze depuis au moins 3 ans.
- Avoir acquitté ses droits d'inscription (50 euros à l'ordre de la FFKMDA)

PROGRAMME D'EXAMEN

L'examen se décompose en 4 modules. Pour réussir un module il faut avoir la moyenne (*a minima*).

Module 1 : démontrer sa maîtrise des outils spécifiques

- Epreuve 1 : Etre Capable (EC) d'analyser les points forts et les points faibles d'un pratiquant, puis de proposer des pistes d'amélioration technico-tactique (5 minutes)
- Epreuve 2 : EC de réaliser un travail d'étirements spécifiques de fin de séance ayant pour but les assouplissements (5 minutes)
- Epreuve 3 : EC de réaliser une séquence de travail aux paos avec un partenaire (2x2 minutes)

Module 2 : démonstration technique / **Travail en coopération**

- Epreuve 4 : EC de réaliser sur une attaque en poings libre : une riposte en poing/pied/poing (1x2')
- Epreuve 5 : EC de réaliser sur attaque en pieds libre : une riposte en pied/poing/pied (1x2')
- Epreuve 6 : EC de réaliser sur attaque libre : une riposte libre sur 6 coups (1x2')

Module 3 : démonstration du niveau technico-tactique / **Situation d'opposition (assaut)**

- Epreuve 7 : EC de réaliser un round à thème en utilisant des enchaînements et combinaisons poings/pieds/poings (1x2')
- Epreuve 8 : EC de réaliser un round à thème en utilisant des enchaînements et combinaisons pieds/poings/pieds (1x2')
- Epreuve 9 : EC de réaliser un round libre en respectant une consigne du jury (1x2')

Module 4 : présentation des connaissances spécifiques (entretien 15 minutes)

- Epreuve 10 : EC de présenter, à l'oral, sa maîtrise de la réglementation fédérale des grades et des examens.

CONDITIONS D'OBTENTION

Pour obtenir le gant d'argent ou la ceinture noire degré argent, il faut obtenir les quatre modules et obtenir la note minimale. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

VALIDATION AUTOMATIQUE DE MODULE

Les champions et vice-champions aux championnats d'Europe et du Monde Amateur (WAKO) de Kickboxing valident de droit le module 3 du présent programme d'examen (pour le style concerné) sur présentation du diplôme attestant de la médaille obtenue dans la discipline et certifiée par le DTN. Ils obtiennent la note maximale.

DEROULEMENT DES EPREUVES

Le candidat se présente seul et/ou avec un partenaire imposé par le jury selon les épreuves. Un temps de récupération de 5 minutes minimum est prévu entre chaque module.

Le jury (2 personnes pour chaque module si possible) utilise les grilles d'évaluations spécifiques pour le gant ou la ceinture, en renseignant les champs de chaque module et épreuve : non acquis (0 point) / acquis (1 point).

QUALIFICATION

Le titulaire du gant d'argent ou de la ceinture noire degré argent peut postuler auprès de la commission nationale des grades pour être nommé responsable de la commission régionale des grades de la ligue dont il dépend (avec accord du Président de ligue).

9.8 Gant d'or / Ceinture noire degré or

DEFINITION

C'est le grade le plus élevé qui justifie d'un niveau d'innovation technique et de maîtrise de la théorisation du Kickboxing (style). L'examen est organisé, au niveau national, par le responsable de la commission nationale des grades et le département formation. Il est présidé par le DTN (ou son représentant) de la FFKMDA.

CONDITIONS PREALABLES

Pour être retenu candidat, il faut disposer des prérequis suivants :
- Etre licencié
- Etre titulaire du gant d'argent ou de la ceinture noire degré argent depuis au moins 5 ans
- Etre âgé d'au moins 35 ans
- Avoir acquitté ses droits d'inscription (50 euros à l'ordre de la FFKMDA)

PROGRAMME D'EXAMEN

L'examen se décompose en 2 modules. Pour réussir un module il faut avoir la moyenne (*a minima*). Les candidats d'un certain âge peuvent être dispensés à titre exceptionnel du module 1. Cette demande doit être faite au Président de la fédération et dûment motivée, 1 mois avant la date de l'examen. La fédération se réserve le droit d'accepter ou non cette demande.

Module 1 : démonstration technique / Travail en coopération

- Epreuve 1 : Etre Capable (EC) de réaliser un round en utilisant toute la panoplie technique offensive avec un adversaire attentiste (1x2')
- Epreuve 2 : EC de réaliser un round en utilisant toute la panoplie technique défensive avec un adversaire qui avance et attaque (1x2')
- Epreuve 3 : EC de réaliser un round en démontrant des techniques sautées et tournées à haute vitesse et contrôlées (1x2')
- Epreuve 4 : EC de démontrer son innovation technique en réalisant des enchaînements libres complexes au choix (1x5')

Module 2 : présenter une théorisation innovante de la discipline

- Epreuve 5: Le candidat doit joindre, 21 jours avant le passage de grade, à la direction technique nationale de la FFKMDA un rapport d'expertise technique sur le Kickboxing (style de son choix) qui présentera une analyse poussée de l'activité (bio-mécanique, bio-informationelle, psycho affective etc.) de 20 pages maximum qu'il soutiendra oralement (15') avec l'aide d'un support multimédia (PowerPoint ou vidéo). La présentation sera suivie d'un entretien avec les membres du jury d'une durée maximale de 15 minutes.

Le thème du rapport portera sur (au choix) :

- Un aspect technique à faire évoluer en termes d'apprentissage / pour la compétition / pour l'efficacité
- Un aspect technico-tactique à faire évoluer en termes de compétition / de performance
- Un aspect règlementaire en lien avec le lexique à faire évoluer en termes de présentation/explication/pédagogie

CONDITIONS D'OBTENTION

Pour réussir le gant d'or ou la ceinture noire degré or, il faut obtenir les deux modules. Pour réussir chaque module, il faut que le jury valide les critères de réussite de chaque épreuve.

DEROULEMENT DES EPREUVES

Le candidat se présente seul et/ou avec un partenaire imposé par le jury selon les épreuves. Un temps de récupération de 5 minutes minimum est prévu entre chaque module.
Le jury (2 personnes pour chaque module si spossible) utilise les grilles d'évaluations spécifiques pour le gant ou la ceinture, en renseignant les champs de chaque module et épreuve : non acquis (0 point) / acquis (1 point). Seul le rapport sera évalué sur 20.

COLLEGE DES HAUTS GRADES (experts)

Les titulaires des gants d'argent, d'or ou ceintures noires degré argent ou or peuvent demander à intégrer le collège national des hauts gradés de la FFKMDA. Pour cela, envoyer un CV et une demande motivée à la commission nationale des grades.

10. LES SUPPORTS D'APPRENTISSAGE PAR GRADE (CONTENUS ET COMPETENCES)

En annexe se trouvent les différentes fiches de présentation des attendus pour chaque grade selon le style choisi.

11. LES GRILLES D'EVALUATION (EXAMENS)

En annexe se trouvent les différentes fiches d'évaluation pour chaque grade en fonction du style choisi.