

MMA SCO^{MD}

Mixed Martial Arts scolaire et universitaire



PREAMBULE

L'enseignement de l'éducation physique et sportive (EPS) a pour ambition de perfectionner chez les jeunes qu'elle encadre, les conduites motrices, d'améliorer la sécurité des pratiques ainsi que l'efficacité de leurs actions.

À travers les pratiques sportives qu'elle propose comme support de son enseignement, elle favorise le développement corporel, psychologique et social. C'est ainsi qu'un élève qui connaît mieux ses limites physiques, motrices, affectives et psychologiques, améliore ses performances et peut se situer parmi les autres.

Par ailleurs, nous savons que le goût durable pour les pratiques sportives concourt à l'équilibre et à la santé (physique et mentale), contribue à la lutte contre la sédentarité et l'obésité, affermit le sens de l'effort, habitue à l'action collective.

C'est pourquoi, l'éducation physique et sportive est une éducation à la responsabilité et à l'engagement. C'est une éducation globale visant le développement de compétences variées (motrice, méthodologique, sociale) et l'intégration de valeurs comme le respect de l'autre, l'entraide, la solidarité et l'autonomie, fondements de la citoyenneté.

C'est en nous appuyant sur l'ensemble de ces objectifs éducatifs et développementaux que nous pensons que les pratiques sportives innovantes doivent être intégrées à l'école dans le but de préparer nos jeunes à une pratique lucide, critique et raisonnée.

Le Mixed Martial Art (MMA) fait partie de celles-ci. Nous croyons à la richesse de son enseignement en milieu scolaire et universitaire, et cela pour plusieurs raisons :

1- Le MMA est une discipline sportive appartenant à la famille des sports d'opposition. Ce sport de combat de synthèse mêle des techniques de percussion (inspirées des boxes anglaise et pieds-poings), de projections (issues pour la plupart de la lutte et du judo) et de soumission (provenant notamment du jujitsu brésilien, mais aussi d'autres disciplines comme le sambo). Sa richesse pédagogique et développementale sur le plan des capacités et compétences méthodologiques est liée au fait que le pratiquant développe de multiples ressources motrices, physiologiques, cognitives, informationnelles et affectives puisque dans la même action, celui-ci doit gérer différentes distances (pied, poing, saisie, corps à corps), une opposition debout qui peut transiter vers une opposition au sol.

Les prises de décision jouent ici un rôle important dans l'apprentissage de la responsabilité au travers de sa pratique. Des compétences sociales se développent notamment au travers des différents rôles d'arbitre (attribution de points et/ou pénalités, gestion du tournoi, comptage des points, ...) et de coach assistant.

2- La pratique du MMA a connu une expansion mondiale fulgurante en 15 ans. Retransmise sur des chaînes télévisées câblées qui ont su mettre en avant les champions de la discipline, la pratique du MMA est devenue incontournable dans le monde.

Que ce soit en Asie, en Europe, en Océanie, ce sport codifié attire de nombreuses personnes (hommes, femmes) pour une pratique de loisir ou de compétition. Le développement marketing et la structuration de l'activité en Fédération internationale (IMMAF) a permis la mise en place d'un programme structuré et progressif pour les enfants et adultes sous la forme de passage de grades.

S'il est difficile de recenser le nombre d'adeptes de la discipline sur le territoire français, il existe néanmoins près de 240 clubs de MMA (entre 30 000 et 50 000 pratiquants), selon la Comité Française de MMA (CFMMA).

3- La Ministre des sports a lancé cette année 2019, un appel à manifestation d'intérêt aux fédérations de sports de combat existant en France pour accompagner, dès janvier 2020, la structuration de cette fédération et de la discipline (règlementation sportive, diplômes sportifs...)

Ceci montre l'engagement de l'Etat dans le suivi et le développement de cette discipline. L'Ecole et l'Université à travers l'enseignement des pratiques culturelles et sportives lors des cours d'EPS, et des moments consacrés au sport scolaire (UNSS/FFSU) participe à la promotion des activités physiques et sportives.

L'UNSS/FFSU, dont l'objectif est d'organiser et de développer la pratique d'activités sportives, constituent l'interface incontournable entre le système éducatif et les fédérations sportives avec lesquelles elles peuvent signer des conventions spécifiques. L'UNSS/FFSU développe une politique originale de formation et de qualification des arbitres dite programme « jeunes officiels » visant à l'arbitrage de qualité par les élèves eux-mêmes.

L'Ecole/L'Université peuvent participer à l'évolution du MMA en proposant un enseignement scolaire permettant d'éduquer les jeunes à cette pratique émergente et les former à une pratique raisonnée, critique vis-à-vis de ce qui existe en dehors du système scolaire, notamment au niveau professionnel (excès de violence et dérives mercantiles, relayées par les médias). C'est ainsi que le MMA scolaire au regard de sa spécificité et des problèmes posés à nos élèves correspond au Champ d'apprentissage 4 « Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel ».

4- Dès 2011, le MMA au sein de l'académie de La Réunion fait l'objet de recherches au sein du groupe “ EPS adapté” Dirigé alors par l'IA EPS, Daniel Hervé.

Pour Cédric Certenais (Président CRMMA Réunion) : “ce groupe de travail nous à permis d'être accompagnés par l'Inspection et d'amorcer une réflexion didactique, préalable à l'ouverture culturelle au champ des APSA. La terminologie “**MMA SCO**” s'est imposée au groupe (P Delfosse, JD Payet, S Lebrun, B Boucher...) du fait de la place de la “lutte collège” dans les programmations d'établissements et de son plébiscite au sein de l'UNSS. Dans les Dojos, c'est l'appétence de nos élèves pour cette nouvelle pratique sociale de référence et la cohorte d'enseignants d'EPS de l'académie diplômée de la CFMMA en 2010, qui ont créé les conditions de la genèse de cette nouvelle forme de pratique scolaire “

Reportage **MMA SCO** :

<https://www.youtube.com/watch?v=lBY2m7MPwBI>

5- C'est également au sein de l'UFR STAPS de l'Université de Rennes 2 que la spécialité MMA est ouverte en 2016 en formation initiale pour les étudiants en Licence 1 par notre collègue Hervé Giancesello. Cette ouverture montre la continuité de la pratique du MMA au sein de notre système éducatif. La demande des étudiants est très forte et se précise encore dans les cours de certains SUAPS comme à l'Université de Bretagne Sud ou notre collègue Vincent Pinaud y assure des enseignements depuis trois ans.

Reportage SUAPS :

<https://www.dailymotion.com/video/x2xrxd>

6- Récemment, l'ENS de Lyon (Ecole Normale Supérieure) qui forme les futurs «cadres de l'Enseignement supérieur et de la recherche», a proposé à ses étudiants une nouvelle offre sportive à travers le MMA. Celle-ci fut une réussite si l'on en croit l'article publié par Matthieu Quidu et Matthieu Delalandre (Etre Normaliens et pratiquants de MMA, mars 2018). Les étudiants sont animés par des « buts motivationnels orientés vers la maîtrise de la tâche », par opposition à un but qui serait dirigé vers la compétition et la comparaison sociale (Sarrazin *et al.*, 2006). C'est dans ce sens que nous orientons notre volonté d'enseigner cette discipline à l'Ecole et l'Université.

Aujourd'hui, nous pensons que le **MMA SCO**, à l'image des sports d'opposition tels que la boxe anglaise, la boxe française, le judo et la lutte qui ont parfaitement intégré l'Education nationale, est prêt pour prendre sa place au sein des programmations d'établissement dans le respect de la liberté pédagogique des équipes enseignantes promues (cf nouveaux programmes 2019).

Association MMA Scolaire et Universitaire

Sommaire :

1. Présentation

2. Règlement

3. L'arbitre

4. Règles d'organisation d'une compétition



1-Présentation

1.1 Définition :

Le MMA SCO est un sport de combat éducatif pratiqué dans le cadre scolaire et universitaire autorisant la combinaison de techniques de percussion, de préhension et d'abandon.

1.2 Finalité :

Pratiquer en toute sécurité, dans le cadre scolaire et universitaire, un sport de combat tridimensionnel qui répond aux besoins des élèves et aux attentes de l'institution.

1.3 Objectifs du MMA scolaire :

- Développer et encadrer cette nouvelle pratique sociale de référence dans le milieu scolaire et universitaire.
- Fournir un outil pédagogique performant et actuel pour résoudre certains problèmes de violence et de harcèlement dans les établissements.
- Standardiser et garantir un format d'animation et de compétition optimal lors des journées de brassage entre établissements.
- Valoriser la pratique féminine.
- Placer l'arbitrage et la formation des jeunes officiels au centre des apprentissages.
- Garantir la sécurité physique et le confort psychologique de chacun dans sa pratique.
- Aider nos élèves en phase de structuration identitaire.
- Faciliter l'accès à la pratique pour les débutants hésitant à passer en club.

1.4 Catégories d'âge :

- Poussins, Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors.



1.5 Les spécificités de la pratique :

L'aspect tridimensionnel de la discipline est une richesse à plusieurs niveaux :

- **Au niveau social et culturel** : Les élèves pratiquent une activité physique et sportive innovante, permettant de tisser des liens sociaux par l'intermédiaire de situations d'opposition diverses et variées, favorisant ainsi l'émergence d'une culture commune.
- **Au niveau moteur** : Tout en étant dans l'effort physique, l'élève améliore ses capacités sensori-motrices en expérimentant des oppositions au corps à corps.
- **Au niveau de la connaissance de soi** : En construisant l'autre en tant que partenaire et adversaire, l'élève analyse ses points forts et ses points faibles afin d'élaborer progressivement son profil technico-tactique.
- **Au niveau cognitif** : D'une part, en concevant ses propres stratégies en tant que pratiquant ; d'autre part, la complexité du rôle d'arbitre et l'utilisation d'un champ lexical appartenant au MMA SCO placent l'élève dans la représentation et l'acquisition de savoirs.



2-Règlement

2.1 But :

«Imposer une supériorité technico-tactique en marquant plus de points que son adversaire dans les trois dimensions de l'opposition.

2.2 La Règle d'or :

« Ne pas faire mal ».

2.3 Déroulement du combat :

Le combat commence debout face à face, dans le but de démarrer l'assaut.

Pour saisir un adversaire et l'emmener au sol, le combattant recherche le contact avec le souci de ne pas se faire toucher avant la saisie.

Dans le cas contraire, l'arbitre peut prendre la décision de replacer les deux combattants au centre du tapis en position initiale pour des raisons de sécurité.

Au sol, en cas de contrôle sans évolution, l'arbitre prévient une fois «action» puis replace les deux combattants au centre du tapis en position initiale.

En aucun cas, les élèves ne doivent chercher à s'imposer par la puissance des coups portés. Aucune brutalité, aucune violence ne seront acceptées.

La vitesse d'exécution est valorisée, en s'accompagnant d'une maîtrise totale des comportements technico-tactiques propres à la discipline, sous peine de disqualification.



2.4 Durée du combat :

Benjamins 2min

Minimes 2x2 minutes

Cadets 2x2 minutes

2.5 Interdictions:

- Interdictions générales :

- Toute action jugée dangereuse pour la colonne vertébrale.
- Torsions de doigts, tirades des cheveux, actions sur les yeux, chatouilles, etc
- Avoir un comportement antisportif.

Important :

Si le combattant commet une faute grave ou visiblement intentionnelle, l'arbitre peut le disqualifier sans le sanctionner au préalable. En cas de doute, il peut demander l'avis des officiels pour prendre sa décision.

- Interdictions spécifiques Benjamins et minimes :

- Les saisies de la tête seule à 2 bras.
- Toutes les torsions d'articulations et actions d'étranglements.
- Techniques de sacrifices.

- Interdictions spécifiques pieds poing (Pénalité de 1 point) :

- De frapper fort, ou d'en avoir l'intention
- De toucher si la saisie est installée
- De toucher avec la partie non autorisée des poings
- De toucher avec la partie non autorisée des jambes (tibia avant la catégorie cadet)
- De toucher avec une zone non protégée (talon, pointe de pied, ...)



- De toucher une partie du corps interdite
- De frapper avec les membres inférieurs lors d'une phase au sol
- De parler en combattant
- D'attaquer l'adversaire de façon désordonnée sans aucun souci défensif

– Techniques interdites entraînant la disqualification sans avertissement :

Percussion :

- Coups de coudes.
- Coups de genoux.
- Touche intentionnelle sur cible non autorisée (Ex : Triangle génital, poitrine pour une fille...)



Préhension :

- Technique utilisée en jujitsu brésilien : sauter en garde fermée et tirer la garde au sol.
- Techniques utilisées en lutte olympique : l'arraché du sol, Le double ciseau au corps, la ceinture arrière avec projection sur la tête en souplesse et le cliquet (jambe sur jambe)



- Techniques utilisées en Grappling : slam dans la garde et se jeter en arrière si l'adversaire tente de prendre le dos.
- Aucune technique d'abandon chez les benjamins et minimes.



2.6 Tableau recapitulatif:

Catégories d'âges MMA SCO	Poussins	Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors
Dimensions/Techniques/ Armes/ Cibles/					
Coups de Poing					
Direct	+	+	+	+	+
Crochet	-	-	+	+	+
Uppercut	-	-	+	+	+
Coups de pied					
Low kick	+	+	+	+	+
Front kick	+	+	+	+	+
Middle kick	+	+	+	+	+
Hight kick	-	-	+	+	+
Projections					
Techniques de sacrifices	-	-	+	+	+
Les saisies de la tête seule à 2 bras	-	-	-	+	+
Sol					
Clés de bras	-	-	-	+	+
Clés de jambes dans l'axe	-	-	-	+	+
Touches au sol					
Coup de poing au corps	-	-	+	+	+
Coup main ouverte au visage	-	-	-	+	-

Coup de poing au visage	-	-	-	-	+
-------------------------	---	---	---	---	---

2.7 Les sanctions :

Chaque faute est sanctionnée.

L'arbitre évalue la gravité de la faute et prend alors une décision.

- Soit 1 point pour une faute listée précédemment ou qu'il juge non intentionnelle.
- Soit disqualification pour une faute qu'il juge intentionnelle, grave, répertoriée plus haut et qui porte atteinte à l'éthique du MMA scolaire.

2.8 Les cibles :

Chaque combattant a pour but d'atteindre la face antérieure de son adversaire (cuisse, abdomen et tête).

Les touches sur toutes les autres parties du corps ne seront pas comptabilisées, voire sanctionnées (si dangereuses).

Aucune frappe au sol n'est autorisée avant la catégorie cadet.



2.9 La tenue :

Une tenue incomplète entraîne la disqualification.

Chaque combattant doit porter :

- Une paire de mitaines éducatives 8oz
- Un casque
- Un protège-dents
- Une paire de protège tibia-pied
- Un lycra et un short mi-cuisse sans poche
- Une coquille. Un protège poitrine (non obligatoire) est fortement conseillé pour les filles.



3-L'arbitre

Son rôle est de garantir la sécurité permanente des deux combattants et de sanctionner tout manquement au règlement.

3.1 Les commandements :

« Stop » :

Arrêt immédiat.

Il est utilisé dans quatre cas :

- Dès qu'une faute est commise par un combattant pour le sanctionner.
- Dès que la fin du combat est signalée.
- Pour remettre les combattants debout en cas de blocage au sol.
- Dès qu'un problème empêche le déroulement normal de la rencontre (matériel, etc...)
-

« Fight » :

Débuter ou reprendre l'assaut.



« Action » :

Toute attitude de passivité debout ou au sol... après avoir invité à l'action, l'arbitre pourra sanctionner pour passivité si l'action ne reprend pas.

Si aucune évolution au sol, l'arbitre remet les deux combattants debout.

3.2 Le cérémonial du combat :

L'arbitre adopte les comportements suivants :

Avant :

- Il salue et monte sur le tapis en premier.
- Il vérifie la tenue des combattants (rouge puis bleu) qui, au préalable, saluent la surface de combat.
- Il invite les combattants à saluer la surface et à venir au centre se saluer en se touchant les gants.
- Il s'assure que les officiels sont prêts.
- Il rappelle les deux commandements : « maîtriser la puissance de vos touches », « respecter les ordres de l'arbitre ».
- Il dit « Fight » pour autoriser les combattants à débiter l'assaut.

Pendant :

- Il se déplace en formant un triangle isocèle avec les combattants et évite de tourner le dos à la table des officiels.
- Annonce à voix haute et sous forme de gestes les points marqués.
- vérifie le report des points au niveau du tableau de marque.



Après :

- Il invite les combattants à se serrer la main avant la décision.
- Il prend le poignet de chaque combattant et lève le bras du vainqueur face à la table des officiels.
- Il invite les combattants à se serrer la main.
- Il s'assure que les deux combattants saluent en quittant la surface de combat.



3.3 Comportement en cas de faute :

1. Il dit « Stop » lorsqu'une faute est commise.
2. Il regroupe les deux combattants au centre, face à la table des officiels et saisit le poignet du fautif.
3. Il lève le poing fermé vers le haut et annonce à voix haute le type de faute commise.

4. Il sanctionne par « +1 point pour son adversaire » ou disqualifie le combattant qui a commis la faute.

3.4 Cas particuliers :

- Saignement (exemple de nez): l'arbitre décide d'arrêter le match s'il estime que le saignement est trop important ou si l'un des combattants saigne pour la seconde fois.
- La décision sera donnée aux points. Le combattant au plus grand nombre de points sera déclaré vainqueur.
- En cas de blessure non imputable à une faute de l'adversaire le forfait sera prononcé.
- Si l'arbitre observe une trop grande différence de niveau entre les deux combattants, il pourra mettre fin à la rencontre mais devra, auparavant, s'assurer que le combattant plus faible perd effectivement aux points. Ensuite, il prononcera une décision pour supériorité technique.
- Si l'entraîneur ou un combattant souhaite arrêter le match, l'adversaire sera déclaré vainqueur par abandon.

3.5 En cas d'égalité :

Le match nul n'existe pas.

A la fin de la rencontre, si chaque combattant totalise le même nombre de points, l'arbitre déclare vainqueur celui qui a marqué en dernier.



3.6 Tableau des cotations techniques :

COTATIONS MMA SCO	<u>1 point</u>	<u>2 points</u>	<u>3 points</u>
Percussions	<i>Debout : touche Au sol : trois touches consécutives au corps</i>	<i>Touche au vi- sage avec le pied</i>	
Projection	<i>Attribué au combattant en position supérieur (3 sec) à l'arrivée au sol</i>		
Contrôles au sol			<i>-Prise du dos (3sec) -Position montée (3sec)</i>
Autres	<i>- Faute simple. - Sortie de tapis de- bout.</i>		

Précision :

Avant la catégorie cadet, l'arbitre relève les combattants sitôt un contrôle + 3 points validés.

A partir de la catégorie Cadet, le combattant marque à chaque passage au sol au maximum 6 points.

Lorsqu'un combattant atteint cette limite, l'arbitre remet alors les 2 combattants debout au centre du tapis.

En cadet et juniors, l'arbitre stop le combat si trois touches à la tête consécutives sont constatées.

3.7 Les sorties de tapis :

- Debout :

Elle est annoncée par l'arbitre lorsqu'un des appuis d'un combattant franchit en partie la zone rouge.

Il donne alors 1 point supplémentaire à son adversaire.

Il n'y a pas de limitation du nombre de points obtenus selon ce procédé.

- Au sol :

Elle est annoncée par l'arbitre lorsque la tête d'un combattant franchit en partie la zone rouge.

La reprise du combat s'effectue alors au centre en position debout.



4-Règles d'organisation d'une compétition :

4.1 Le superviseur :

- Il est responsable de la pesée.
- Il organise les tirages au sort.
- Il valide les poules et les tableaux.
- Il organise les matchs en accord avec les enseignants.
- Il consigne les résultats et ses observations sur le procès-verbal de la journée de rencontre.

4.2 Le responsable de tapis :

Il est le garant du respect du règlement concernant sa surface.

- Il coordonne et gère une équipe d'officiels (arbitres, teneurs de table...)
- Il valide chaque décision finale lors d'un assaut.

4.3 L'arbitre :

Il est chargé de la mise en œuvre du règlement lors des oppositions.

Il garantit la sécurité physique des combattants.

4.4 Le teneur de table :

Il gère le temps et l'enregistrement des résultats sur les tableaux.

4.5 Les catégories de poids et d'âges :

-29kg/-33kg/-37kg/-41kg/-45kg/-49kg/-53kg/-57kg/-61kg/-66kg/-70kg/-74kg/-77kg/-84kg/-93kg/-120



4.6 Le matériel obligatoire :

- Mitaine éducatives (8oz).
- Protège tibia-pieds/Protège dents
- Casque de boxe éducative.

**REGROUPEMENT
COMBAT UNSS
MMA SCOLAIRE
SAMBO COMBAT**

Mercredi 27 Novembre 2013
RDV à 13H
Au Dojo Régional de Champs-Fleuri

Initiation technique et Matchs de brassage au programme
Ouvert à tous les élèves (collège et lycée) licenciés à l'Unss
Séance dédiée par des champions !!!

Contacts
Unss Sambo : Jean Do Payet 0693 707 678 Prof d'EPS LP l'Horizon
Unss MMA : Cédric Certenais 0692 730 805 Prof EPS Collège 3 Bassins
Possibilité de se licencier sur place

FightSport **MMA.RE**

*Travaux de règlement initiés en 2011, au sein du
« Groupe de réflexion didactique, EPS adaptée »,
sous la direction de l'IA-IPR EPS D.HERVE*

Coordination

www.mmasco.fr

Cédric CERTENAIS
Académie de La Réunion.

Remerciements,
Pour l'ensemble des acteurs membres de l'association

MMA SCO_U

Contact :
mmasco@googlegroups.com

Crédits photos :

www.IOFC.tv

Lien presse :

<https://www.mma.re/?s=mma+unss&x=0&y=0>

©MMASCO2019