



Conducteur passage de grade 1^{er} et 2^{ème} Degré discipline SMA
Commission technique et pédagogique nationale des grades

CONDUCTEUR DE FORMATION DU PASSAGE DE GRADE SMA

NIVEAU MAÎTRISE CEINTURE NOIRE 1^{er} et 2^{ème} Degré SMA

OBJET : Passage de grade 1^{er} et 2^{ème} Degré SMA organisé par le club 49 Babylone 75007 PARIS , le 26 mai 2018.

Horaires du stage : 09h00 à 12h00 et 13h00 à 18h00.

Le stage et passage de grade sont sous la direction technique de Fabrice HALOPEAU responsable technique national de la SMA.



RÉFÉRENCES :

- Au vu du règlement passage de grade 1^{er} Degré SMA ;
- Au vu du règlement passage de grade 2^{ème} Degré SMA ;
- Au vu du règlement intérieur SMA ;
- Au vu du conducteur passage de grade complémentaire.



Chronologie

Accueil du public

Rappel du conducteur du passage de grade

Vérification des tenues SMA et des protections

Phase préparation individuelle (Échauffement)

Atelier 1 Maîtrise technique

Atelier 2 Confrontation

Atelier 3 Assauts conventionnés

Atelier 4 Questions à choix multiples (juridique et secours)

Atelier 5 Condition physique

Grille d'évaluation 1^{er} et 2^{ème} Degré SMA



Conducteur passage de grade 1^{er} et 2^{ème} Degré discipline SMA
Commission technique et pédagogique nationale des grades

Ateliers	Contenu	Consignes	Moyens	Fiches	
1	Maîtrise techniques	Percussions Blocage + coups d'arrêt	<i>Dans l'enchaînement technique, il est imposé d'utiliser toutes les parties du corps (mains/coudes et genoux/pieds). Les techniques s'effectueront à deux.</i>	BAGS - SMA	F.1.1 1 ^{er} Degré F.1.1 2 ^{ème} Degré
		Moyens de contrôle	<i>Dans l'enchaînement technique, il est imposé d'utiliser les actions sur les coudes, les poignets. Les techniques s'effectueront à deux.</i>		F.1.2 1er Degré F.1.2 2ème Degré
		Travail sol	<i>Les réceptions au nombre de trois seront exécutées dans le cadre d'une technique de projection sol. Chaque enchaînement respectera l'ordre initial suivant : réception-défense sol et relevé.</i>		F.1.3 1 ^{er} Degré F.1.3 2 ^{ème} Degré
		Immobilisations Et moyens de contrôles au sol	<i>Les enchaînements comporteront plusieurs placements en position ventrale ou dorsale de sécurité suivis de plusieurs immobilisations, moyens de contrôle et étranglements. Les techniques s'effectueront à deux.</i>		F.1.4 1 ^{er} Degré F.1.4 2 ^{ème} Degré
		Enchaînement libre	<i>Les candidats devront présenter un enchaînement technique libre à deux en linéaire.</i>		F.1.5 1 ^{er} Degré F.1.5 2 ^{ème} Degré
2	Confrontations	Techniques	<i>Les candidats seront associés par tirage au sort. Ils pratiqueront en alternance l'attaque et la défense. Les candidats seront jugés en situation de défense et d'attaque. Les techniques seront déterminées par le jury.</i> <i>C'est l'assaillant qui annonce à voix haute son attaque, compte deux temps (2'') et la porte de manière décisive et puissante. A la demande du jury le candidat effectuera les défenses avec ou sans armes.</i> <i>Les attaques seront réalisées face à un assaillant pour le premier degré, face à deux assaillants pour le deuxième degré.</i>	Armes factices Couteau Bâton mousse	F.2. 1 ^{er} Degré F.2.1 2 ^{ème} Degré
3	Assauts	Assauts conventionnés	<i>Les assauts souples conventionnés sont sous la forme d'échanges techniques mixtes (pieds/poings et sol) ainsi que la défense face une arme non contondante. Les candidats sont assemblés par tirage au sort.</i>	Kit complet de protection Gants doigt libre	F.3.1 1 ^{er} Degré F.3.1 2 ^{ème} Degré
4	QCM	Légal Secourisme R.I SMA	<i>Le test de connaissances générales sous la forme d'un QCM sera établi par le responsable du passage de grade sur les thèmes suivants :</i> - Règles de droit commun dans le cadre de la légitime défense ; - Connaissances des gestes de secours ; - Règlement intérieur.		F.4.1 1 ^{er} Degré F.4.1 2 ^{ème} Degré
5	Condition physique	Circuit training	<i>Le stagiaire se présentant à l'examen du passage de grade doit réussir l'aptitude physique. Cette aptitude comporte six exercices contenant de la proprioception, de la coordination motrice et du cardio-pulmonaire. Facteur temps : 10' pour réaliser le circuit</i>	Corde à sauter Chronomètres	F.5.1 1 ^{er} Degré F.5.1 2 ^{ème} Degré



F.1.1 Coups d'arrêt 1 ^{er} Degré	Temps : 20'
---	-------------

Travail en statique maintien de distance (position défensive)

1. Bras avant et bras arrière frappe paume de la main - Coup de pied direct arrière
2. Coup de poing direct arrière en sortie d'axe - Coup de pied circulaire avant médian (steppe) - Coup de pied direct arrière médian
3. Enchaînement libre pour le stagiaire

Travail en statique courte distance (position défensive)

1. Bras avant frappe en directe de la paume de main - Coude arrière remontant - Genou arrière
2. Blocage à deux mains - Coude arrière circulaire - Genou arrière en direct - Steppe genou avant en direct
3. Enchaînement libre pour le stagiaire

F.1.1 Coups d'arrêt 2 ^{ème} Degré	Temps : 20'
--	-------------

Travail en mouvement de maintien de distance (position défensive)

1. Bras avant et bras arrière frappe paume de la main
Coup de pied direct arrière - Coup de pied circulaire arrière
2. Coup de poing direct arrière en sortie d'axe - Crochet du poing bras avant - Coup de pied circulaire avant médian (steppe) - Coup de pied direct arrière médian
3. Enchaînement libre pour le stagiaire

Travail en mouvement à courte distance (position défensive)

1. Bras avant frappe en directe de la paume de main - Coude arrière remontant - Coude arrière circulaire - Genou arrière
2. Blocage à deux mains - Coude arrière circulaire - Coude latérale arrière avec déplacement - Genou arrière en direct - Steppe genou avant en direct
3. Enchaînement libre pour le stagiaire

F.1.2 Moyen de contrôle 1 ^{er} et 2 ^{ème} Degré SMA	Temps : 15'
---	-------------

Travail des moyens de contrôle (sept actions)

1. Extension extérieure/intérieure - Rotation omoplate
2. Extension extérieure - Rotation externe - Extension intérieure en déplacement
3. Extension extérieure - Extension intérieure en déplacement - Rotation intérieure épaule - Extension intérieure/extérieure
4. Extension extérieure/intérieure - Déplacement rotation omoplate flexion poignet en supination
5. Extension intérieure - rotation interne de l'épaule - rotation externe

F.1.3 Travail au sol 1 ^{er} et 2 ^{ème} Degré SMA	Temps : 10'
--	-------------

Réception-défense-relevé sol

1. Projection sol avant (sur attaque coup de poing direct arrière en déplacement)
2. Projection sol arrière (sur attaque coup de poing direct arrière en déplacement)
3. Projection sol latérale (sur attaque coup de pied circulaire arrière en déplacement)

F.1.4 Immobilisations et moyens de contrôle 1 ^{er} et 2 ^{ème} Degré SMA	Temps : 15'
---	-------------

Travail enchaîné des quatre immobilisations

1. Immobiliser l'adversaire en position sur le côté
2. Immobiliser l'adversaire en position montée
3. Immobiliser l'adversaire en position par le travers et par le travers inversé
4. Immobiliser l'adversaire en position nord/sud

Travail enchaîné à partir des quatre immobilisations des moyens de contrôle suivants :

1. Contrôler l'adversaire par hyper extension du coude vers le bas
2. Contrôler l'adversaire par rotation omoplate
2. Contrôler l'adversaire par enroulement du coude

Travail de restitution technique sol sous la forme d'un assaut conventionné

Le candidat doit démontrer sa dextérité dans la maîtrise du sol. La durée est de 1'30.



F.1.5 Enchaînement libre 1 ^{er} et 2 ^{ème} Degré SMA	Temps : 10'
--	-------------

Les enchaînements libres doivent comporter selon le niveau de passage une richesse technique (**Respect du cahier esquivé-parade / blocage, ripostes, moyens de contrôle, immobilisations et palpation**).

Travail de niveau 1^{er} degré « une défense sur une attaque directe poing, pied, saisie de face revers et directe couteau ».

Travail de niveau 2^{ème} degré : « une défense sur une attaque circulaire poing, pied, saisie tête latérale et circulaire couteau ».

F.2.1 Confrontation 1 ^{er} et 2 ^{ème} Degré SMA	Temps : 30'
---	-------------

Le stagiaire doit réaliser en mode proactif plusieurs défenses en respectant la chronologie suivante, travail face à deux adversaires.

ESQUIVE-RISPOSTE- MOYEN DE CONTRÔLE-IMMOBILISATION SOL-RELEVÉ EN TECHNIQUE DE CONDUITE

(4) percussions

Défense sur coup de poing direct en visage en déplacement du bras arrière

Défense sur coup de poing circulaire au visage en déplacement du bras arrière

Défense sur coup de pied direct médian sur place

Défense sur coup de pied circulaire médian sur place

(3) saisies de face

Défense sur saisie d'un revers à une main

Défense sur saisie de deux revers à deux mains

Défense sur saisie d'un poignet opposé à une main

Défense sur tentative de saisie latérale de la tête à un bras

(3) arme non contondante

Défense sur agression armée couteau direct (maintien marteau) au niveau centre de masse

Défense sur agression armée couteau circulaire (maintien pic à glace) au niveau carotide

Défense sur agression armée couteau diagonale (maintien marteau) au niveau carotide

(2) arme contondante

Défense sur agression armée bâton du haut vers le bas

Défense sur agression armée bâton revers/circulaire au niveau visage

F.3.1 Assauts conventionnés 1 ^{er} Degré SMA	Temps : 20'
---	-------------

Les deux adversaires se saluent et effectuent deux assauts en respectant les critères suivants :

- Travail à thème de 1X1'30, défense avec un bâton sur agression armée couteau.
- Assaut travail debout 3' et sol de 2' minutes.
- Entre chaque assaut, 1' minutes de récupération.

F.3.1 Assauts conventionnés 2 ^{ème} Degré SMA	Temps : 20'
--	-------------

Les deux adversaires se saluent et effectuent deux assauts en respectant les critères suivants :

- Travail à thème de 1X1'30, face à deux adversaires (défense sur attaque bâton et couteau).
- Assaut mixte de 5 minutes, travail debout/sol.
- Entre chaque assaut, 1' minutes de récupération.

F.4.1 QCM 1 ^{er} et 2 ^{ème} Degré SMA	Temps : 10'
---	-------------

Le test de connaissances générales sous la forme d'un QCM sera établi par le responsable du passage de grade sur les thèmes suivants :

- Règles de droit commun dans le cadre de la légitime défense ;
- Connaissances des gestes de secours ;
- Règlement intérieur.



F.5.1 Condition physique 1 ^{er} Degré SMA	Temps : 20'
--	-------------

Le stagiaire se présentant à l'examen du passage de grade doit réussir l'aptitude physique. Cette aptitude comporte six exercices contenant de la proprioception, de la coordination motrice et du cardio-pulmonaire. Facteur temps : 10' pour réaliser le circuit. 5'' entre chaque atelier.

Exercices	Temps / volumes
Atelier 1 Corde ou Course	1'30''
Atelier 2 Pompes (travail pyramidal)	07 – 11 – 15.
Atelier 3 Abdominaux	1' – 40R relevés de buste
Atelier 4 Burpees-pompes-extension	07 Répétitions
Atelier 5 Combat sol	1'30''
Atelier 6 Evacuation d'urgence	Aller/Retour zone de travail 30 ''

F.5.1 Condition physique 2 ^{ème} Degré SMA	Temps : 20'
---	-------------

Le stagiaire se présentant à l'examen du passage de grade doit réussir l'aptitude physique. Cette aptitude comporte six exercices contenant de la proprioception, de la coordination motrice et du cardio-pulmonaire. Facteur temps : 10' pour réaliser le circuit. 5'' entre chaque atelier.

Exercices	Temps / volumes
Atelier 1 Corde	1'30''
Atelier 2 Pompes (Pyramidal)	10 – 14 – 18.
Atelier 3 Abdominaux	1' – 40 R relevés de buste
Atelier 4 Burpees-pompes-extension	12 Répétitions
Atelier 5 Combat sol	1'30''
Atelier 6 Evacuation d'urgence	Aller/Retour zone de travail 30 ''

Conducteur pas-



TESTS TECHNIQUES PASSAGE 1^{er} Degré SMA « Stratégie et Maîtrise d'Adversaires »

Nom du candidat :
Lieu :

Prénom :

Date :

Il est attendu du candidat qu'il fasse la preuve de sa maîtrise de toutes les techniques du SMA, et de sa capacité à les enchaîner en situation d'opposition. Les critères retenus pour les épreuves techniques et assauts sont : **l'expression technique, la pertinence, le rythme d'exécution et l'éthique.** *Pour valider le passage de grade, le stagiaire doit répondre à SIX critères dont obligatoirement (1, 2, 3, 4, 5, 8 et 9).

L'évaluation est réalisée à partir d'une épreuve qui comprend 5 parties :

UV1: Technique. Le candidat est évalué sur les quatre thèmes techniques.

UV2: Confrontation. Le candidat réalisera 12 défenses face à des agressions physiques et armées.

UV3 : Assauts. Assauts à thèmes et libre.

UV4 : Connaissances générales. Le test de connaissances générales sous la forme d'un QCM.

UV5 : La condition physique. Le circuit training.

I – Epreuves techniques	Acquis		Observations
1) Percussions	OUI	NON	
2) Moyens de Contrôle	OUI	NON	
3) Travail au sol	OUI	NON	
4) Immobilisations, moyens de contrôle	OUI	NON	
5) Enchaînement libre	OUI	NON	
II. Confrontations			
6) Travail à thème	OUI	NON	
III. Assauts			
7) Assaut à thème	OUI	NON	
7) Assaut libre	OUI	NON	
VI. Connaissances générales			
8) Légalité, secours et règlement intérieur	OUI	NON	
V. V. Condition physique			
9) Circuit training	OUI	NON	
VALIDE		NON VALIDE	

Grille évaluation				7	7'30	8	8'30	9	9'30"	
Ateliers		Aptitude (fait)		Notes	20	18	16	14	12	10
1	Corde 1'30	oui	non	Temps						
2	Pompes	oui	non	Aptitude	OUI			NON		
3	Abdominaux	oui	non	Noms du stagiaire						
4	Burpees-pompes	oui	non							
5	Combat sol 1'30	oui	non							
6	Portée 30''	oui	non	Entourez les aptitudes et cochez le temps						

La CNTP du l'UNSSMA DA.
Composition du Jury

Le stagiaire :

Le RNTP de l'UNSSMA&DA
Mr HALOPEAU Fabrice

TESTS TECHNIQUES PASSAGE 2^{ème} Degré SMA

UNSSMA & DA

7 rue Michel SIMON - 51 100 REIMS



« Stratégie et Maîtrise d'Adversaires »

Nom du candidat :
Lieu :

Prénom :

Date :

Il est attendu du candidat qu'il fasse la preuve de sa maîtrise de toutes les techniques du SMA, et de sa capacité à les enchaîner en situation d'opposition. Les critères retenus pour les épreuves techniques et assauts sont : **l'expression technique, la pertinence, le rythme d'exécution et l'éthique.** *Pour valider le passage de grade, le stagiaire doit répondre à SIX critères dont obligatoirement (1, 2, 3, 4, 5, 9 et 10).

L'évaluation est réalisée à partir d'une épreuve qui comprend 5 parties :

UV1: Technique. Le candidat est évalué sur les Cinq thèmes techniques.

UV2: Confrontation. Le candidat réalisera (14) défenses face à des agressions physiques et armées.

UV3 : Assauts. Assauts à thèmes et libre.

UV4 : Connaissances générales. Le test de connaissances générales sous la forme d'un QCM.

UV5 : La condition physique. Le circuit training.

I – Epreuves techniques	Acquis		Observations
1) Percussions	OUI	NON	
2) Moyens de Contrôle	OUI	NON	
3) Travail au sol	OUI	NON	
4) Immobilisations, moyens de contrôle	OUI	NON	
5) Enchaînement libre	OUI	NON	
II. Confrontations			
6) Travail à thème	OUI	NON	
III. Assauts			
7) Assaut à thème	OUI	NON	
8) Assaut libre	OUI	NON	
VI. Connaissances générales			
9) Légalité, secours et règlement intérieur	OUI	NON	
V. Condition physique			
10) Circuit training	OUI	NON	
VALIDE			NON VALIDE

Grille évaluation				7'	7'30	8'	8'30	9'	9'30"	
Ateliers		Aptitude (fait)		Notes	20	18	16	14	12	10
1	Corde 1'30	oui	non	Temps						
2	Pompes	oui	non	Aptitude	OUI			NON		
3	Abdominaux	oui	non	Noms du stagiaire						
4	Burpees-pompes	oui	non							
5	Combat sol 1'30	oui	non							
6	Portée 30''	oui	non		Entourez les aptitudes et cochez le temps					

La CNTP du l'UNSSMA DA.
Composition du Jury

Le stagiaire :

Le RNTP de l'UNSSMA DA
Mr HALOPEAU Fabrice



CADRE JURIDIQUE ET CONNAISSANCE DE LA DISCIPLINE SMA

Nom du stagiaire :

Note : /20.

1/ Quel décret définit la classification des armes ?

- Décret du 20 mai 1995 Décret n°2013-700 du 30 juillet 2013.
 Décret du 24 mars 2000

2/ Quel est l'article du CP qui donne une définition précise de l'arme ?

- Article 123-15 du CP Article 142-75 du CP
 Article 132-75 du CP

3/ Quelles sont les trois conditions de l'état de nécessité ?

- De repousser avec violence ou ruse l'entrée dans un lieu habité
 Existence d'un danger - Nécessité de l'acte - Qu'il n'y ait pas disproportion dans les moyens employés
 Que l'atteinte soit injustifiée-Actuelle - Absolue nécessité

4/ Dans le cadre de la légitime défense, quelles sont les critères de la riposte ?

- Inévitable - Simultanée - Nécessaire - Proportionnée - Volontaire
 Injuste - Actuelle - Volontaire - Nécessaire

5/ Que représente pour vous l'Art 223-6 du CP ?

- Omission d'empêcher un crime ou un délit - De porter secours Entrave à l'arrivée des secours
 Droit d'appréhension d'un individu suspect

6/ Quelle est la procédure pénale qui autorise à tout citoyen d'appréhender toute personne commettant un crime ou délit flagrant ?

- Article 73 et 53 du CPP Article 122-4 du CP et 803 du CPP
 Article 73 et 55 du CPP

7/ Quelle est la catégorie d'arme utilisée dans la pratique de la SMA (Entourez les bonnes réponses)?

- D A
 B C

8/ La discipline SMA est-elle ?

- Une discipline martiale et de combat mixte Une discipline martiale
 Une discipline de combat mixte

9/ Que signifie dans le cadre de la formation initiale SMA, les grades de couleur ?

- Maîtrise d'un savoir être Maîtrise d'un savoir faire
 Maîtrise d'un savoir faire et de connaissances

QCM : Entourer la ou les bonnes réponses.

10- Dans la rue face à un adversaire conscient présentant une hémorragie externe au niveau de l'avant-bras, quelle est votre conduite à tenir ?

A : Demander à l'adversaire de se comprimer l'hémorragie.	B : Rester à distance et donner l'alerte 15.	C : Rien faire, prendre la fuite.
---	--	-----------------------------------

11 – Désobstruction des voies aériennes sur l'adulte : si les claques dans le dos sont inefficaces :

A : J'applique la méthode des compressions abdominales	B : J'applique la méthode de la bouche à bouche	C : J'applique la méthode du massage cardiaque
--	---	--

12 – Perte de connaissance : quels sont les risques majeurs encourus pour la victime ?

A : Évolution vers une hémorragie	B : Évolution vers un traumatisme des os et des articulations	C : Évolution vers l'arrêt cardiaque
-----------------------------------	---	--------------------------------------



15 – Que signifie LVA ?

A : Libération des veines et des artères	B : Liberté des voies articulaires	C : Libération des voies aériennes
--	------------------------------------	------------------------------------

14– Quand peut-on placer la victime en PLS ?

A : Lorsqu'elle présente une perte de connaissance et qu'elle respire	B : Lorsqu'elle présente un malaise	C : Lorsqu'elle présente un arrêt cardiaque
---	-------------------------------------	---

15– Compressions thoraciques chez l'adulte : je place

A : La paume d'une main au centre de la poitrine, sur la ligne médiane, sur la moitié inférieure du sternum	B : Le talon d'une main au centre de la poitrine, sur la ligne médiane, sur la moitié inférieure du sternum	C : Les deux mains crochetées sur la ligne médiane, sur la moitié inférieure du sternum
---	---	---

16 – Pratique de la RCP en associant des compressions thoraciques et une ventilation artificielle chez l'adulte :

A : Je débute par 30 compressions thoraciques et je réalise 2 insufflations	B : Je débute par 2 insufflations et je réalise 30 compressions thoraciques	C : Je débute par 5 insufflations et je réalise 30 compressions thoraciques
D : Je débute par 15 compressions thoraciques et je réalise 2 insufflations		

17 – La situation du malaise présente une victime :

A : Consciente, qui ne se sent pas bien, et présente des signes inhabituels	B : Qui perd connaissance et a du mal à respirer	C : Consciente, qui saigne abondamment
---	--	--

18 – Plaie grave avec corps étranger «couteau, morceau de verre...» : que faites-vous ?

A : Je retire le corps étranger afin de soulager la victime et je l'installe en position d'attente	B : Je ne retire pas ce corps étranger, j'installe en position d'attente	C : Je ne retire pas ce corps étranger, je ne touche pas la victime, la fait s'asseoir et j'appelle les secours
--	--	---