



Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes

# **SOUS-COMMISSION DES GRADES DU COMITE FRANCAIS DE SYSTEMA ET ARTS MARTIAUX RUSSES (SGCFSAMR)**



## **REGLEMENT PARTICULIER**

## PREAMBULE :

La Systema est un « Budo » Russe qui, puise ses racines dans l'escrime Cosaque, le combat Samoz et diverses inspirations acquises lors d'échanges ou conflits avec d'autres pays. Longtemps réservé aux forces spéciales (contre-espionnage Smerch, certains corps des Spetsnaz) il est aujourd'hui enseigné dans le civil.

Le style d'Alexander Maksimtsov de la fédération Ukrainienne des arts martiaux Russes (FRBIU), basé sur le style d'Alexandre Retuinskih, de la fédération Russe (POCC SYSTEMA) est celui adopté par notre comité. C'est une méthode basée sur le style Kadochnikov (Militaire), adapté au départ pour la police de Kiev en Ukraine.

Ce style allie la psychologie du combat, la gestion du stress, de la douleur, la santé, la biomécanique, les acrobatiques, les méthodes d'apprentissage, la survie, la stratégie et le développement personnel. Il s'apprend à travers des principes et non des techniques, 48 au total imbriqués à l'instar des poupées Russes ou chaque acquisition de principe se retrouve à l'intérieur du suivant.

Ce style comporte 6 niveaux de compétence (comme le style Ross, Starov, Sibirski Vyun et bien d'autres) : 3 pour accéder au 1<sup>er</sup> examen pédagogique, puis 3 autres pour un niveau supérieur d'enseignement. Non compétitif, ce style permet un développement harmonieux des pratiquants, souvent enseigné comme technique de self défense, il est néanmoins un art martial à part entière. Toutes ses actions se terminent par des immobilisations. Tous les enseignements sont défensifs, respectant l'intégrité des pratiquants, la pratique se fait très détendue, à 30% de notre potentiel physique maximum, le but est toujours de désarmer, immobiliser, contrôler.

Il n'est pas de limite aux situations d'entraînement, lieux divers, dénivelés, extérieur, dans un véhicule, à deux ou plusieurs partenaires, armés ou non, le sol, les murs, bancs, obstacles divers sont utilisés. Des exercices pour améliorer la santé font partie de l'enseignement de base, étirements sur 3 plans, gestion de la respiration, exercices pour les yeux, pour l'ouïe, positions archétypales etc.

Les armes, les danses, le maniement de la Shashka (sabre cosaque) font partie de son enseignement. Très proche dans sa finalité de l'Aïkido.



Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes

## **TITRE 1 : FONCTIONNEMENT DE LA SGCFSAMR :**

- 1.1 Définition
- 1.2 Rôle de la sous-commission
- 1.3 Composition de la sous-commission,
  - 1.3.1 Présidence
  - 1.3.2 Secrétariat
  - 1.3.3 Invités
- 1.4 Siege
- 1.5 Réunions
- 1.6 Budget de fonctionnement :
- 1.7 Modification du règlement particulier.

## **TITRE 2 : CONDITIONS GENERALES DE PRESENTATIONS AUX EXAMENS « NIVEAUX » DU CFSAMR .**

- 2.1 Types de candidatures
- 2.2 Conditions administratives de présentation des candidats de type 1
  - 2.2.1 Conditions d'inscription aux sessions d'examen
  - 2.2.2 Une fiche de candidature à l'examen de Niveau
  - 2.2.3 Un passeport sportif
  - 2.2.4 Des frais d'inscription
- 2.3 Conditions particulières aux candidats de type 2
- 2.4 Conditions particulières aux candidats de type 3
- 2.5 Fréquence des sessions d'examen.
- 2.6 Responsabilité des sessions d'examen de Niveau
- 2.7 Contrôle des candidatures aux examens de Niveau
- 2.8 Examineurs
  - 2.8.1 Formation des examinateurs
    - 2.8.1.2 Nomination des examinateurs
  - 2.8.2 Jurys
- 2.9 Tenue des membres de jury
- 2.10 Déroulement des sessions d'examen
- 2.11 Résultats

## **TITRE 3 : MODALITES DE DEROULEMENT ET PROGRAMME DES EXAMENS DE NIVEAU.**

- 3.1 Critères d'évaluation et nomenclature technique
- 3.2 Modalités d'évaluation
- 3.3 Recueil de décisions
- 3.4 Durée des épreuves
- 3.5 Choix des partenaires, dispositions particulières.
- 3.6 Modalités de l'interrogation.



Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes

## **TITRE 4 : HOMOLOGATION DES NIVEAUX ATTRIBUES APRES EXAMEN.**

4.1 Homologation des grades.

## **TITRE 5 : RECONNAISSANCE DES NIVEAUX DEJA ACQUIS.**

## **TITRE 6 : RECONNAISSANCE DES NIVEAUX SUR DOSSIER**

## **TITRE 1 : FONCTIONNEMENT DE LA SGCFSAMR :**

### 1.1 Définition :

La Sous-commission spécialisée des Grades du Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes (SGCFSAMR) est une commission technique composée de techniciens du CFSAMR.

Elle a pour but de définir les conditions d'attribution des « Niveaux » en Systema conformément à la spécificité de cette discipline.

### 1.2 Rôle de la sous-commission :

Le rôle de la SGCFSAMR est défini par le règlement particulier de la CSDGE de l'UFA dans l'article 1.7 du titre 1 ; Elle prépare et regroupe les dossiers de grades pour la Systema aux fins de présentation par le président ou le secrétaire à la CSDGE de l'UFA.

### 1.3 Composition de la sous-commission :

La SGCFSAMR est composée de 2 à 8 membres au plus, titulaires du niveau 3 minimum. Ils sont nommés par la CSDGE sur proposition du comité technique du CFSAMR.

Le mandat des membres est renouvelé tous les 4 ans avec celui du comité directeur de la FFAB.

#### 1.3.1 Présidence :

Sur proposition des membres de la sous-commission, le président est nommé par la CSDGE pour la durée du mandat prévue à l'article précédent.

#### 1.3.2 Secrétariat :

Le secrétaire est élu par les membres de la sous-commission en son sein.

#### 1.3.3 Invités :

Toute personne susceptible d'aider au fonctionnement de la sous-commission peut être invité à participer aux réunions à titre consultatif.

#### 1.4 Siege :

Le siège de la SGCFSAMR est celui du CFSAMR, au 39 avenue Pierre Gamel, 30000 NÎMES.

#### 1.5 Réunions :

En fonction du calendrier de la CSDGE, la SGCFSAMR se réunit pour préparer les dossiers à présenter à la CSDGE.

Les convocations et ordre du jour sont envoyées par le secrétariat de la SGCFSAMR au moins 10 jours francs avant la date de la réunion, conformément à l'article 1.5 du règlement de la CSDGE.

#### 1.6 Budget de fonctionnement :

Chaque saison, la SGCFSAMR propose et reçoit de la CSDGE un budget de fonctionnement. Ce budget prend en charge les frais de déplacement des membres de la SGCFSAMR (déplacement, hébergement, repas, etc...) ainsi que les frais de secrétariat.

#### 1.7 Modification du règlement particulier :

Le présent règlement et toutes modifications futures sont validés par la CSDGE de l'UFA en application des dispositions prévues aux articles 1.7 et 1.8 de son règlement.

## **TITRE 2 : CONDITIONS GENERALES DE PRESENTATIONS AUX EXAMENS « NIVEAUX » DU CFSAMR.**

### 2.1 Types de candidatures

**Type 1** : Membres UFA licenciés à la FFAB ou à la FFAAA.

**Type 2** : Non licenciés à la FFAB ou à la FFAAA (adhérents licenciés des fédérations multisports, affinitaires, scolaires et universitaires agréés.

**Type 3** : Autres, non licenciés à une fédération.

### 2.2 Conditions administratives de présentation des candidats de type 1



Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes

#### 2.2.1 Conditions d'inscription aux sessions d'examen :

Pour qu'un club puisse présenter un candidat, il doit impérativement être en conformité avec les statuts et règlements fédéraux FFAB, être à jour de sa cotisation club à la fédération et ligue d'appartenance.

Un an de délai (saison sportive) est nécessaire pour présenter le niveau supérieur. Toute demande de participation à un examen de passage de niveau doit être adressée au CFSAMR.

Les demandes doivent être adressées au plus tard 2 mois avant la date de l'examen accompagnées des pièces suivantes :

#### 2.2.2 Une fiche de candidature à l'examen de Niveau

Une fiche de candidature à l'examen complètement renseignée.

#### 2.2.3 Un passeport sportif :

La photocopie du passeport sportif comportant la licence en cours et l'historique du parcours sportif du candidat, de ses niveaux précédemment obtenus.

Le certificat médical de moins d'un an.

La participation à au moins deux stages fédéraux de l'école des cadres CFSAMR.

#### 2.2.4 Des frais d'inscription :

Le montant des frais d'inscription est fixé par l'UFA. Il est à verser au compte du CFSAMR. En cas de non réussite à l'examen ou l'absence, quelle qu'en soit le motif, les sommes versées ne sont pas remboursables.

2.3 Conditions particulières aux candidats de type 2 : Outre les conditions administratives de présentation précisées au point 2.2, les candidats doivent :

#### 2.3.1 : Conditions d'inscription aux sessions d'examen :

Etre inscrit dans un club affilié à l'une des fédérations citées au 2.1.

2.3.2 : Fournir une attestation d'assurance de la structure d'enseignement et du postulant pour l'examen à venir.

2.3.3 : Fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la Systema et la présentation de l'examen.

2.3.4 : S'acquitter des frais d'inscription au compte du CFSAMR.

2.4 Conditions particulières aux candidats de type 3 : Outre les conditions administratives de présentation précisées au point 2.2, les candidats doivent

2.4.1 : Fournir une attestation d'assurance de la structure d'enseignement et du postulant pour l'examen à venir.

2.4.2 : Fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de la Systema et la présentation de l'examen.



Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes

2.4.3 : S'acquitter des frais d'inscription au compte du CFSAMR.

2.5 Fréquence des sessions d'examen :

En fonction des demandes entre 2 et 4 sessions d'examen par saison sportive.

2.6 Responsabilité des sessions d'examen de Niveau :

La responsabilité morale et administrative de l'examen est confiée aux présidents de sessions qui sont garants de l'application du règlement particulier de la sous-commission.

2.7 Contrôle des candidatures aux examens de Niveau :

Le secrétariat de la SGCFSAMR contrôle la validité des candidatures et adresse à chaque candidat :

- Soit une convocation
- Soit un refus motivé d'admission.

2.8 Examineurs :

2.8.1 Formation des examinateurs :

Les postulants à la fonction d'examineur doivent participer à des stages de formation spécifiques organisés par la commission technique du CSAMR. A l'issue de cette formation ils peuvent être inscrits sur la liste officielle des examinateurs du SGCSAMR.

2.8.1.2 Nomination des examinateurs :

Sur proposition du SGCFSAMR, la CSDGE établit la liste des examinateurs retenus pour siéger aux jurys d'examens du CFSAMR.

2.8.2 Jurys :

Le nombre de candidats par jury est de 8 par jour maximum. Chaque jury est composé de 2 membres, choisis sur la liste officielle des examinateurs plus son président, désigné par le CFSAMR.

2.9 Tenue des membres de jury :

Conformément à l'éthique de la discipline, et par respect des candidats, la tenue et l'attitude des membres des jurys doivent être correctes et solennelles tout



Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes

au long de la session d'examen. La C.S.D.G.E. peut donner toutes consignes particulières à ce sujet, notamment au plan vestimentaire.

## 2.10 Déroulement des sessions d'examen :

Les examens comportent 3 parties :

Théorie : Les candidats sont amenés à s'exprimer par écrit sur une fiche d'examen fournie, sur les principes qui régissent la Systema dans un temps limité à 1h30.

Les candidats sont répartis par jury par le président de session. Lors de l'examen individuel le jury peut, si nécessaire demander oralement des précisions sur la théorie.

Contrôle de son propre corps : Le candidat est évalué individuellement sur les compétences à valider, leur utilisation.

Contrôle du partenaire : L'examen est individuel et comporte des connaissances formelles à valider.

Le ou les partenaires sont choisis par le jury.

Physique : le candidat est évalué individuellement sur ses compétences propres.

## 2.11 Résultats :

Les décisions sont prises à la majorité des examinateurs et des compétences acquises sur la fiche de notation.

La décision des jurys est souveraine et ne peut être contestée. A l'issue de l'examen le président de session établit :

-La liste des candidats qui sont proposés à la SGCFSAMR, pour agrément, puis à la CSDGE pour validation officielle.

-Un tableau des résultats avec la signature des membres du jury et du président de session et a l'adresse de la SGCFSAMR et de la CSDGE.

Les résultats sont commentés par chaque jury a leurs candidats lors d'une réunion explicative a laquelle les enseignants des candidats éventuellement présents peuvent participer.

En cas de non admission, les candidats gardent le bénéfice des compétences acquises pendant deux ans. Au-delà, le candidat doit représenter la totalité de l'examen.





Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes

## **TITRE 3 : MODALITES DE DEROULEMENT ET PROGRAMME DES EXAMENS DE NIVEAU.**

### 3.1 Critères d'évaluation et nomenclature technique :

Les critères d'évaluation sont ceux de La fiche d'évaluation au niveau présenté, ainsi que ceux proposés dans le cahier technique et pédagogique du CFSAMR.

### 3.2 Modalités d'évaluation :

Le candidat est évalué sur la totalité de la fiche d'évaluation du CFSAMR. Toutes les compétences doivent être acquises pour l'obtention du niveau présenté.

### 3.3 Recueil de décisions :

Le président de session enregistre nominativement sur le tableau des résultats par examinateur et candidat, les jugements qui sont proposés. Il le transmet à la SGCFSAMR, signé par les examinateurs, ainsi que par lui-même.

### 3.4 Durée des épreuves :

- L'épreuve écrite peut durer une 1heure et 30 minutes.
- L'épreuve pratique peut durer 2 heures

### 3.5 Choix des partenaires, dispositions particulières :

Le ou les partenaires sont choisis par le jury.

### 3.6 Modalités de l'interrogation :

- La partie « théorique » se déroule par écrit sur une fiche d'examen fournie.
- La partie pratique se fait oralement suivant l'ordre de la même fiche d'examen fournie.

## **TITRE 4 : HOMOLOGATION DES NIVEAUX ATTRIBUES APRES EXAMEN.**

### 4.1 Homologation des grades :

L'homologation des grades des candidats ayant satisfait aux épreuves obéit aux conditions fixées par le titre 4 du règlement de la CSDGE de l'UFA.

La SGCFSAMR instruit les dossiers en liaison avec la FFAB.

Les dossiers incomplets sont retournés à l'expéditeur.



Comité Français de Systema et Arts Martiaux Russes

Après vérification et enregistrement par la CSDGE, la SGCFSAMR reçoit du secrétariat fédéral FFAB les attestations de réussite et documents d'authentification pour attribution et archivage.

La date officielle du grade est celle figurant sur ces documents.

## **TITRE 5 : RECONNAISSANCE DES NIVEAUX DEJA ACQUIS.**

Les grades, niveaux équivalents obtenus à l'étranger peuvent être reconnus par la CSDGE et l'UFA en application des dispositions du titre 5 de son règlement.

Les dossiers sont instruits par la SGCFSAMR qui reçoit l'avis de la commission technique du CFSAMR, et les transmet pour validation à la CSDGE.

## **TITRE 6 : RECONNAISSANCE DES NIVEAUX SUR DOSSIER :**

La délivrance de niveaux CFSAMR peut intervenir sur présentation d'un dossier comprenant les pièces suivantes :

- Une lettre de motivation expliquant les raisons de la demande.
- La fiche d'inscription à l'examen.
- Un certificat médical à jour d'aptitude à la pratique de la Systema.
- S'acquitter des frais d'inscription au compte du CFSAMR.
- Participer à un entretien avec les membres de jury sur les motivations et les compétences nécessaires à l'obtention de l'examen demandé.

Les dossiers sont instruits par la SGCFSAMR qui reçoit l'avis de la commission technique du CSAMR, et les transmet pour validation à la CSDGE.