

Annexe

CAP - BEP : JUDO

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE						
Niveau 3 : intégrer les principes d'affrontement en préservant son intégrité physique et celle d'autrui, par l'acquisition de techniques spécifiques et en acceptant d'entrer dans une logique d'affrontement codifié.		<ul style="list-style-type: none"> • 3 <i>randori</i> de 3 minutes, récupération de 6 à 10 minutes entre deux <i>randori</i>. • Un élève arbitre est chargé de faire respecter les règles de sécurité et d'annoncer les avantages marqués (debout et au sol) • Éthique et rituel définis • Le <i>ippon</i> n'arrête pas le combat 						
Points à affecter	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	COMPÉTENCE DE NIVEAU 3 EN COURS D'ACQUISITION de 0 à 9 Pts				COMPÉTENCE DE NIVEAU 3 ACQUISE de 10 à 20 Pts		
8 pts	Système d'attaque et de défense (debout et sol) : <ul style="list-style-type: none"> - Saisie et attitude - Dé-séquilibre, déplacement, placement - Comportement défensif 	<ul style="list-style-type: none"> • Action réflexe • Distance de garde éloignée au maximum • Appuis déficients • Ne contrôle pas l'adversaire au sol 				<ul style="list-style-type: none"> • Attaque : faire chuter l'adversaire dans une direction au moins • Rapprochement de la garde par des saisies franches et maintenues • Capable d'immobiliser l'adversaire au sol 		
4 pts	Gestion du rapport de force Efficacité	<ul style="list-style-type: none"> • peur du combat, de la chute • reste sur le pôle de la coopération 				<ul style="list-style-type: none"> • <i>Randori avec partenaires</i> • s'engage mais sans contrôler sa force • équilibre relatif entre avantages marqués / subis 		
3 pts	Gain des combats	0 VICTOIRE	2 DÉFAITES 1 NUL	1 DÉFAITE 2 NULS	3 NULS	1 VICTOIRE 2 DÉFAITES	1 VICTOIRE 1 DÉFAITE 1 NUL	1 VICTOIRE 2 NULS
5 pts	Arbitrage, éthique et rituel	<ul style="list-style-type: none"> • maîtrise seulement un <i>signal</i> de début et fin de combat • refus de l'éthique : comportement atypique 				<ul style="list-style-type: none"> • <i>rituel</i> de début et fin de combat maîtrisé • intervient sur le déroulement du combat avec quelques approximations 		