

JUDO		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE		
COMPETENCE ATTENDUE		Chaque protagoniste réalise 3 randori de 4 minutes, entrecoupés de 8 à 12 minutes de repos. Les randori sont arbitrés par les élèves. L'arbitre annonce les avantages, les pénalités et fait respecter les règles de sécurité.		
NIVEAU 5 : Pour gagner le combat, gérer ses ressources et s'adapter aux caractéristiques des adversaires pour conduire l'affrontement dans une situation de randori		Les combattants et l'arbitre appliquent le rituel défini. Les combattants sont répartis par groupe morphologique et de niveau. La partie pratique est suivie d'un entretien de 8min. (cf. fiche entretien)		
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	Degrés d'acquisition du NIVEAU 5		
		De 0 à 9 points	De 10 à 16 points	De 17 à 20 points
20 POINTS				
8/20	Efficacité de l'organisation individuelle dans la circularité des statuts dominant/ dominé : - préparation de l'attaque : saisie, posture, déplacement. - technique d'attaque et de défense	<u>0 à 3.5pts</u> <u>Attaque</u> : les saisies déplacements et postures permettent aux combattants d'effectuer des attaques dans 2 directions différentes. Les enchaînements avant-arrière, avant-avant, et actions répétées sont sans lien avec les actions d'Uke. La liaison debout-sol est réalisée, elle permet la continuité de contrôle dans le travail au sol. <u>Défense</u> : le combattant bloque et esquive efficacement sans pour autant contre-attaquer. Dans la liaison debout sol, il s'organise rapidement, adopte des positions de fermeture, neutralise les retournements.	<u>4 à 6.5pts</u> <u>Attaque</u> : les saisies, déplacements et postures permettent aux combattants d'effectuer des attaques dans plusieurs directions. Les enchaînements avant-arrière, avant-avant et actions répétées sont choisies en fonction de la réaction de Uke. La maîtrise de la liaison debout-sol permet à l'attaquant de varier les formes de contrôles, de retournements et d'immobilisations. <u>Défense</u> : le combattant propose une contre-attaque et peut reprendre l'initiative suite à un blocage ou une esquive d'attaque. Dans la liaison debout-sol, il est capable de neutraliser les actions de Tori ou de fuir de façon organisée pour reprendre rapidement le combat debout.	<u>7 à 8pts</u> <u>Attaque</u> : les saisies, déplacements et postures permettent à l'attaquant de provoquer et d'exploiter réactions de Uke afin de le projeter dans plusieurs directions. La maîtrise de la liaison debout-sol permet à l'attaquant d'immobiliser et de faire évoluer ses techniques en fonction des réactions de Uke. <u>Défense</u> : le combattant propose presque toujours une contre-attaque et reprend rapidement l'initiative après blocage ou esquive. Dans la liaison debout-sol, il organise sa défense dans un premier temps pour reprendre l'initiative en vue d'un passage d'une attitude défensive à une attitude offensive.
8/20	Rapport d'opposition (6 points) : gestion des caractéristiques de l'adversaire	<u>0 à 2.5pts</u> Le combattant élabore une stratégie reposant sur quelques caractéristiques morphologiques simples de son adversaire.	<u>3 à 4.5pts</u> Le combattant élabore une stratégie à partir de ses propres points forts et d'une analyse simple de son adversaire (saisie, posture déplacement). Il met en œuvre ce plan d'action.	<u>5 à 6pts</u> Le combattant régule son plan d'action en cours de randori en fonction de l'évolution de la situation. Il s'appuie sur l'analyse de la saisie, du déplacement de la posture pour cette régulation.
	Gain du combat(2 points)	<u>0pt</u> : 0 victoire : / <u>1pt</u> : 1randori gagné	<u>1.5pts</u> : Gagne 2 randori sur 3	<u>2pts</u> : Gagne les 3 randori
4/20	Arbitrage	<u>0 à 1.5pts</u> L'arbitre gère le combat. Il annonce les pénalités pour les situations dangereuses. Il est entendu de tous et maîtrise la gestuelle.	<u>1.5 à 3 pts</u> L'arbitre gère le combat et se place efficacement. Il annonce les pénalités pour les situations de défense excessive et de fausses attaques. Il maîtrise la gestuelle.	<u>3 à 4pts</u> L'arbitre gère le combat et anticipe tous ses placements. Il est capable d'attribuer une décision conforme à l'évolution du combat, lorsqu'aucun avantage n'est marqué.

La note sur 20 points de la partie pratique est ramenée sur 16pts auxquels sont rajoutés les 4 points de l'entretien.

L'ENTRETIEN

Durant l'entretien d'une durée de 8min, le candidat devra :

-Démontrer sa capacité d'analyse sur la base de sa propre prestation. Il s'agira de mettre en relation les divers éléments observés et ressentis au cours des randori, avec connaissances spécifiques, sur les aspects tactiques et techniques du judo. Le candidat sera notamment amené à identifier ses points forts et points faibles. Les notions rapport d'opposition (attaque /défense), projet tactique (enchaînement, opportunité, kumikata, liaison debout sol..), ou gestion de l'effort vont orienter les questionnements. Le candidat sera amené à envisager des pistes d'amélioration au travers d'un projet d'entraînement.

Un vocabulaire adapté et spécifique sera apprécié

-Démontrer sa connaissance des dimensions historiques, culturelles et réglementaires de l'activité : forme de pratique, techniques et familles de technique, méthodes d'entraînement, haut niveau, histoire, éthique...

0 à1.5 points	1.5 à 3 points	3 à 4 points
<p>-connaissances basiques Manque de clarté dans l'expression, Les mises en relation sont peu pertinentes, les connaissances sont décontextualisées.</p> <p>-L'argumentation (quand elle existe), sur les plans tactique et technique n'est pas cohérente. Les tentatives d'auto-évaluation manquent de pertinence. De nombreux paramètres observables des combats ne sont pas mentionnés, ou sont mal interprétés. Difficulté à trouver des solutions aux divers problèmes identifiés</p> <p>-Les connaissances sur l'entraînement restent d'ordre général, les formes d'entraînement spécifiques sont peu connues.</p> <p>-vocabulaire familier ou inadapté.</p> <p>-La connaissance des aspects culturels et réglementaires reste anecdotique.</p>	<p>-De bonnes connaissances mises en relation avec la pratique du candidat, mais l'analyse est superficielle.</p> <p>-Des solutions sont trouvées souvent en proposant une seule piste de justification, mais l'argumentaire reste élémentaire, pas suffisamment précis. Les réponses sont trop centrées sur soi, les réactions de l'adversaire ne sont pas prises en compte.</p> <p>-Les propositions concernant l'entraînement sont correctes, mais s'arrêtent à quelques exercices juxtaposés sans lien entre eux.</p> <p>-Le vocabulaire de base est maîtrisé.</p> <p>-des connaissances élémentaires des dimensions culturelle, réglementaire ou historique sont maîtrisées.</p>	<p>-Connaissances précises et pointues sur la pratique. Démarche réflexive qui marque un réel niveau d'expertise. mises en relation sont argumentées, grâce à une analyse personnelle et pertinente du candidat.</p> <p>-Le candidat analyse de façon très pertinente sa prestation s'appuyant sur des justifications variées et précises (technique tactique, gestion de l'effort, rapport d'opposition L'observation et l'analyse prennent en compte l'adversaire (attitude, projet tactique, garde, morphologie...))</p> <p>-Un vrai projet d'entraînement est proposé, en partant des problèmes identifiés. Le candidat est capable de proposer un travail spécifique en prenant en compte différentes étapes. Des formes de travail spécifique sont proposées.</p> <p>-Un vocabulaire spécifique et approprié est systématiquement utilisé.</p> <p>-Le candidat démontre une véritable « culture judo ». Il démontre sa connaissance des domaines culturels, historiques, éthiques ou réglementaires.</p>

Note aux candidats

Il est rappelé que l'épreuve d'option facultative d'EPS est destinée aux élèves ayant une pratique régulière. Une expérience de la compétition est conseillée.

Le grade minimum de ceinture verte est requis, le candidat devra en justifier par **la présentation du passeport sportif** aux jurys, avant le début des épreuves.

Le kimono réglementaire est obligatoire (taille, propreté). Le candidat devra prévoir ceinture rouge, et trousse de secours.

Les catégories de poids fédérales ne seront pas prises en référence pour cette épreuve. Des regroupements seront élaborés suite à la pesée.

Le règlement fédéral sera la référence pour la gestion du tournoi. (Arbitrage, sécurité...)

En début d'épreuve, lors de la pesée, les candidats devront présenter aux jurys leur pièce d'identité et leur convocation.

Ils devront émarger en début (pendant la pesée) et en fin d'épreuve (après l'entretien).

Aucun observateur n'est autorisé dans la salle d'examen pendant les épreuves.

