

## JUDO CAP BEP

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE						
<p><b>Niveau 3</b> : 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.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 <i>randori</i> de 3 minutes, récupération de 6 à 10 minutes entre deux <i>randori</i>.</li> <li>• Un élève arbitre est chargé de faire respecter les règles de sécurité et d'annoncer les avantages marqués (debout et au sol).</li> <li>• Ethique et rituel définis.</li> <li>• Le <i>ippon</i> n'arrête pas le combat.</li> </ul>						
POINTS À AFFECTER	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	COMPETENCE DE NIVEAU 3 EN COURS D'ACQUISITION de 0 à 9 Pts				COMPETENCE DE NIVEAU 3 ACQUISE de 10 à 20 Pts		
8 Points	<p><b>Système d'attaque et de défense (debout et sol) :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saisie et attitude</li> <li>- Déséquilibre, déplacement, placement.</li> <li>- Comportement défensif.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Action réflexe.</li> <li>• Distance de garde éloignée au maximum.</li> <li>• Appuis déficients.</li> <li>• Ne contrôle pas l'adversaire au sol.</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Attaque : faire chuter l'adversaire dans une direction au moins.</li> <li>• Rapprochement de la garde par des saisies franches et maintenues</li> <li>• Capable d'immobiliser l'adversaire au sol.</li> </ul>		
4 Points	<p><b>Gestion du rapport de force. Efficacité.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peur du combat, de la chute.</li> <li>• Reste sur le pôle de la coopération.</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Randori avec partenaires.</i></li> <li>• S'engage mais sans contrôler sa force</li> <li>• Equilibre relatif entre avantages marqués / subis.</li> </ul>		
3 Points	Gain des combats.	0 VICTOIRE	1 NUL 2 DEFAITES	2 NULS 1 DEFAITE	3 NULS	1 VICTOIRE 2 DEFAITES	1 VICTOIRE 1 DEFAITE 1 NUL	1 VICTOIRE 2 NULS
5 Points	Arbitrage, éthique et rituel.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maîtrise seulement un <i>signal</i> de début et fin de combat.</li> <li>• Refus de l'éthique : comportement atypique.</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Rituel</i> de début et fin de combat maîtrisé.</li> <li>• Intervient sur le déroulement du combat avec quelques approximations.</li> </ul>		