

Judo Bac pro

Compétence attendue		Principes d'élaboration de l'épreuve				
Niveau 4 Combiner des techniques d'attaque et de défense pour affronter et dominer un adversaire en mettant en œuvre un projet stratégique dans une situation de randori.		<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 4 en cours d'acquisition (de 0 à 9 pts)			Compétence de niveau 4 acquise (de 10 à 20 pts)	
8 points	Système d'attaque et de défense (debout et sol) - Saisie et attitude - Déséquilibre, déplacement, placement - Comportement défensif	<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 			<ul style="list-style-type: none"> • Attaque : utilise une ou plusieurs formes de corps identifiables de manière efficace • Contres ou esquives efficaces • Capable d'immobiliser l'adversaire au sol en utilisant deux techniques différentes au moins 	
4 points	Gestion du rapport de force Efficacité	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Randori</i> avec partenaires • S'engage mais sans contrôler sa force • Équilibre relatif entre avantages marqués / subis 			<ul style="list-style-type: none"> • <i>Randori</i> avec adversaires • Supériorité des avantages marqués • Contrôle son agressivité 	
3 points	Gain des combats	1 victoire 2 défaites	1 victoire 1 nul 1 défaite	1 victoire 2 nuls	2 victoires 1 défaite	2 victoires 1 nul 3 victoires
5 points	Arbitrage, éthique et rituel	<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. 			<ul style="list-style-type: none"> • Utilise la terminologie. • Arrête le combat à bon escient pour raison de sécurité. 	