

COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPES D'ELABORATION DE L'EPREUVE :			
<p>NIVEAU 2: en situation de <i>randori</i>, gérer ses ressources en fonction des caractéristiques de l'adversaire pour conduire l'affrontement de façon individualisée.</p> <p>NIVEAU 3 : en situation de combat, mobiliser ses ressources pour prendre, reprendre, conserver l'initiative afin de construire la victoire.</p>		<p>Elle se déroule en deux temps :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jusqu'à quatre combats (de type <i>shiai</i>) de cinq minutes avec dix minutes de repos minimum entre deux combats. L'arbitrage repose sur le règlement actuel de la FFJDA. 2. un entretien de 15 minutes 			
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER	NIVEAU 2 NON ATTEINT	NIVEAU 2 EXIGIBLE	NIVEAU 3	
PRESTATION 75 %	6 / 20	Efficacité Gestion des ressources	Défaite Mauvaise gestion des ressources entraînant une chute de l'intensité au cours du combat, ou une intensité trop faible	Victoire Gestion des ressources permettant de faire face à l'adversité sur toute la durée du combat	Victoire avec gros avantages (<i>waza-ari</i> , <i>ippon</i>) Mobilisation des ressources se traduisant par une intensité supérieure à celle provoquée par l'autre combattant sur toute la durée du combat
	9 / 20	Système d'attaque et de défense Saisies, attitudes, déplacement variétés et qualité des attaques et opportunités comportement défensif	Je saisis pour m'équilibrer et peux toutefois réussir à accentuer ou créer et utiliser un déséquilibre. Tente des attaques (jusqu'à trois ou quatre formes de corps) mais de manière inappropriée, ou stéréotypée. Faiblesse des défenses, peu de tentatives de contre-prises.	Utilise des saisies qui lui permettent de soutenir l'affrontement ou impose une saisie contraignante mais stéréotypée. Varie et continue ses attaques (trois ou quatre formes de corps) en fonction des opportunités Produit des défenses variées et tente certaines fois des contre-prises pouvant être efficaces.	Organise ses saisies en fonction de ses intentions offensives et défensives pour être efficace (*) Système d'attaque personnalisé et cohérent, organisé autour de trois ou quatre formes de corps Système de défense organisé par une reprise d'initiative systématique (*) l'efficacité, à ce niveau, s'actualise par la recherche du <i>ippon</i> . La liaison debout/sol est systématique
ENTRETIEN 25 %	5 / 20	Analyse de sa pratique et lien avec les Connaissances :informations - sur l'activité : terminologie, arbitrage, classification. - Physiologie de l'effort	Le discours sur la pratique présente peu de lien avec la réalité de sa pratique. Connaissances succinctes, décontextualisées, confuses	Connaissances réelles sans lien avec l'analyse de la pratique ou Analyse pertinente de sa pratique mais sans l'éclairer à l'aide des différents registres de connaissances attendues	L'analyse de sa pratique intègre des connaissances variées, maîtrisées, fait aussi référence à ce qui est subjectivement ressenti.