

CRITERES EVALUATION EXAMEN GANT JAUNE - ASSAULTS

La validité : Le candidat respecte les consignes liées à l'exercice et l'objectif est atteint.

L'exécution : Techniques réglementaires - Posture / garde / appuis / déplacements - Contrôle de la touche - Variation du rythme.

La variété : Le candidat est en mesure de démontrer plusieurs propositions ou réponses.

ASSAULTS (2 x 2 minutes)		VALIDITÉ	EXÉCUTION	VARIÉTÉ
ASSAUT A THEME Utiliser des feintes pour perturber l'organisation et/ ou provoquer la réaction de mon adversaire.	REPRISE 1	1 : 1 feinte effective 2 : 2 feintes effectives 3 : 3 feintes effectives 4 : 4 feintes effectives 5 : 5 à 8 feintes effectives	Distance ? Armés ? Coup balancé ? Technique homologuée ? Appuis dynamiques ou non ? Posture et attitude ? Contrôle technique ? Rythme ?	Feinte de cible ? Feinte d'arme ? Feinte de trajectoire ? Feinte technique ? Feinte d'attitude ? Provocation ? Changement de rythme ? 1 : 1 critère 2 : 2 critères 3 : 3 critères 4 : 4 critères 5 : 5 critères
	REPRISE 2			
ASSAUT LIBRE	REPRISE 1	1 : Duo 2 : Coopération 3 : Coopération + Assaut 4 : Assaut "partenaire" 5 : Assaut avec enjeu de "gagne"		Panel technique ? Gestion tactique de l'assaut ? Feintes / Attitudes / Rythme ?
	REPRISE 2			

CRITERES EVALUATION EXAMEN GANT JAUNE

La validité : Le candidat respecte les consignes liées à l'exercice et l'objectif est atteint.

L'exécution : Techniques réglementaires - Posture / garde / appuis / déplacements - Contrôle de la touche - Variation du rythme.

La variété : Le candidat est en mesure de démontrer plusieurs propositions ou réponses.

Les thèmes techniques (6 démonstrations sur 1'30")		VALIDITÉ	EXÉCUTION	VARIÉTÉ
« Je touche et je ne suis pas touché »	Le <u>tireur évalué</u> fait un enchaînement de <u>3 coups de son choix</u> . Le partenaire riposte avec un coup de son choix. Le tireur évalué <u>pare ou esquive la riposte</u> .	Att. 3 coups libres ? Rip. 1 coup libre ? Y-a-t-il parade ? Esquive ? Touche-t-il sans être touché en retour ?	Distance ? Armés ? Coup balancé ? Technique homologuée ? Appuis dynamiques ou non ? Posture et attitude ? Contrôle technique ? Rythme ?	Variation des attaques ? Pieds ? Poings ? Pgs/pds ? Pds/pgs ?
« Je ne suis pas touché et je touche »	Le partenaire attaque avec un coup de son choix. Le <u>tireur évalué</u> <u>pare ou esquive l'attaque et riposte avec un enchaînement de 3 coups de son choix comprenant un décalage et/ou un débordement</u> .	Y-a-t-il parade ? Esquive ? Rip. 3 coups libres ? Avec décalage ou débordement ? Touche-t-il ?		Variation des parades et des esquives ?
« Je touche avant d'être touché »	Le partenaire fait une attaque (prévisionnelle) de 3 coups. Le <u>tireur évalué</u> fait <u>un contre ou une contre attaque ou un coup d'arrêt suivi de 2 coups de son choix</u> .	Contre ? Contre-attaque ? Coup d'arrêt ? Rip. 2 coups libres ?		Variation : Contre ? Contre-attaque ? Coup d'arrêt Variation des 2 touches après ?
« Je perturbe pour toucher »	Le <u>tireur évalué</u> fait un enchaînement de <u>3 à 7 coups avec une gestuelle de feinte et ou un changement de rythme</u> . A FAIRE ALTERNATIVEMENT	Att mini 3 et maxi 7 coups ? Feintes "crédibles" ? attitude/trajectoire/cible/arme Rythme ?		Variation des feintes ? Variation des techniques ? Variation du rythme ?