

ACADEMIE DE LYON

Baccalauréat E.P.S. : Référentiel de l'Epreuve Facultative Ponctuelle

Session 2010

<p>Compétences attendues :</p> <p>En situation de randori, gérer ses ressources en fonction des caractéristiques de l'adversaire pour conduire l'affrontement de façon individualisée à son avantage.</p>	<p>PRINCIPE D'ELABORATION DE L'EPREUVE L'épreuve consiste à accomplir trois randoris d'une durée de 3 min, raccourcie en cas d'une trop grande supériorité avérée d'un des deux combattants (au terme de 3 ippon). Le gain du combat sera primordial dans l'évaluation de l'efficacité des candidats Les candidats seront classés par catégories de morphologies sensiblement équivalentes. Les regroupements se font par poules de quatre combattants (sauf exception), avec prise en compte du niveau de pratique fédérale attesté. (L'attestation de niveau fournie le jour de l'épreuve sera valable, si elle est validée par un C.T.R ou C.T.D et si elle concerne les résultats des deux dernières saisons). La non présentation du passeport ou de l'attestation de niveau de pratique sportive le jour de l'épreuve amènera le jury à classer le candidat dans une des poules de niveau. Pendant que deux candidats combattent, les deux autres sont respectivement juge ou arbitre. L'efficacité montrée dans la tenue de ces rôles sera évaluée. Le jury se réserve le droit d'interdire l'accès à l'épreuve à un candidat, qui ne démontre pas les compétences nécessaires pour garantir sa sécurité et celle de ses adversaires.</p>														<p>JUDO</p>				
POINTS A AFFECTER	ELEMENTS A EVALUER				DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1 De « club » à « départemental »				DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2 « régional »				DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 3 D' « interrégional » à national						
<p>6/20</p>	<p>EFFICACITE EN RANDORI : <i>Chaque randori permet de désigner un vainqueur, selon la qualité et la quantité des avantages marqués(règlement ffjda, avec ippon ou deux waza ari n'arrêtent pas le combat.)</i></p>				Combats gagnés	0	1	2	3	Combats gagnés	0	1	2	3	Combats gagnés	0	1	2	3
		points attribués	0	1	1.5	2		points attribués	2.5	3	3.5	4		points attribués	4.5	5	5.5	6	
<p>07/20</p>	<p>Maîtrise des systèmes de défense et d'attaque : Saisies, attitudes, Qualité et Variété : des déplacements, des attaques et opportunités, des enchaînements et de la liaison debout - sol. Comportement défensif</p>				Qualité inégale des saisies et des formes de corps. S'efforce de varier les formes d'attaques et les opportunités (au moins 2 directions). Enchaînements stéréotypés (avant - arrière seulement). Peu de liaisons debout - sol. Faiblesse des défenses (peu d'esquives et contre -prises) <p style="text-align: center;">0 à 3</p>				Une ou deux saisies adaptées et efficaces. Un tokui-waza efficace associé à 2-3 formes d'attaques complémentaires. Varie les directions d'attaque. Exploite et provoque des opportunités. Enchaîne ses actions et suit au sol, selon les réactions de l'adversaire. Maîtrise les immobilisations et tente les techniques d'abandons. Varie ses défenses, en privilégiant le contre. <p style="text-align: center;">3.5 à 5</p>				Différentes saisies selon le contexte d'opposition. Possède plusieurs tokui-waza (droite, gauche), varie ses attaques dans toutes les directions selon les déplacements adverses. Accepte et conclue en liaison debout sol. Maîtrise retournements et enchaînements au sol en combinant immobilisations et techniques d'abandons. Esquive et enchaîne en défense (en plus des contres) <p style="text-align: center;">5,5 à 7</p>						
<p>02/20</p>	<p>ARBITRAGE</p>				Arbitrage trop hésitant pour être assuré seul. Le code gestuel de référence n'est ni très lisible, ni suffisamment connu <p style="text-align: center;">0 à 0,5</p>				Dirige le combat et fait appliquer les règles d'arbitrage, avec quelques hésitations. Les gestes et déplacements sont assez satisfaisants <p style="text-align: center;">1 à 1,5</p>				Dirige avec autorité et clarté le combat et fait appliquer les règles d'arbitrage. Les déplacements et gestes sont sûrs et très adaptés. <p style="text-align: center;">1,5 à 2</p>						
<p>05/20</p>	<p>ENTRETIEN</p>				Le jury questionnera librement le candidat sur les thèmes suivants : Arbitrage, aspects techniques et tactiques du judo, gestion de l'échauffement et de l'entraînement, connaissances culturelles et historiques du judo.														