



FICHE ÉVALUATION PASSAGE DE GRADE



Le :

Nom :

Prénom :

Age : 5 / 6 ans

Date de Naissance :

Ceinture :

CHUTES (Ukemi)

Arrière	NA	ECA	A
Roulade Avant	NA	ECA	A

SOL (Katame-Waza)

2 Techniques Libres	NA	ECA	A
1 Situation Libre (Retournement)	NA	ECA	A

DEBOUT (Nage-Waza)

2 Techniques Libres	NA	ECA	A
1 Situation Libre (Déplacement)	NA	ECA	A

VALEURS DU JUDO

Vocabulaire Japonais	NA	ECA	A
Tenue	NA	ECA	A
Comportement	NA	ECA	A

ÉPREUVE PASSAGE DE GRADE VALIDÉE :	OUI : <input type="checkbox"/>	NON : <input type="checkbox"/>	
<u>Nom de chaque évaluateur :</u>			
<u>Signature et cachet du Professeur :</u>			
<u>Observations :</u>			
Niveaux d'appréciation	NA Non Acquis	ECA En cours d'acquisition	A Acquis



ILLUSTRATIONS



CHUTE (Ukemi)



Chute Arrière

Roulade Avant (Chute Avant)

SOL (Katame-Waza)

Situations Sol (Retournements)



Uke est à plat ventre,
Tori est sur le côté

Uke est à quatre pattes,
Tori est sur le côté

Tori est sur le dos,
Uke est entre ses jambes

Techniques au sol



Yoko-shiho-gatame

Kuzure-gesa-gatame

DEBOUT (Nage-Waza)

Situations Debout (Déplacements)



Uke avance en poussant,
Tori cède et recule

Uke recule en tirant,
Tori cède en avance

Uke se déplace sur le côté (à droite ou à gauche)

Techniques Debout



O SOTO-OTOSHI

