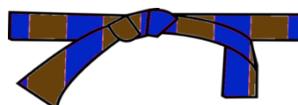


FICHE ÉVALUATION PASSAGE DE GRADE



Le :

Nom :

Prénom :

Age : 12 ans

Date de Naissance :

Ceinture :

CHUTES (Ukemi)

Arrière	NA	ECA	A
Latéral	NA	ECA	A
Avant	NA	ECA	A

SOL (Katame-Waza)

8 Enchaînements Immobilisations sur 3 Situations Libres				NA	ECA	A	
2 Clefs Imposées			2 Etranglement Imposés				
Kata-ha-jime	NA	ECA	A	Ude-hishigi-hiza-gatame	NA	ECA	A
Ude-hishigi-ude-gatame	NA	ECA	A	Ude-hishigi-waki-gatame	NA	ECA	A
Ude-hishigi-hara-gatame	NA	ECA	A	Sankaku-jime	NA	ECA	A

DEBOUT (Nage-Waza)

2 Te-waza (Bras)	NA	ECA	A	2 Koshi-Waza (Hanches)	NA	ECA	A
2 Ashi-waza (Jambes)	NA	ECA	A	1 Sutemi-Waza (Sacrifice)	NA	ECA	A
3 Techniques Imposées							
Kibisu-gaeshi	NA	ECA	A	Harai-tsurikomi-ashi	NA	ECA	A
Morote-gari	NA	ECA	A	Utsuri-goshi	NA	ECA	A
Kuchiki-taoshi	NA	ECA	A	Yoko-guruma	NA	ECA	A
Ura-nage		NA	ECA	A			

NAGE-NO-KATA (Cérémonial et Démonstration)

2 Premières Techniques des 3 séries	NA	ECA	A
-------------------------------------	----	-----	---

VALEURS DU JUDO

Vocabulaire Japonais	NA	ECA	A
Tenue	NA	ECA	A
Comportement	NA	ECA	A
Règles d'arbitrage	NA	ECA	A

ÉPREUVE PASSAGE DE GRADE VALIDÉE : OUI : NON :

Nom de chaque évaluateur :

Signature et cachet du Professeur :

Observations :

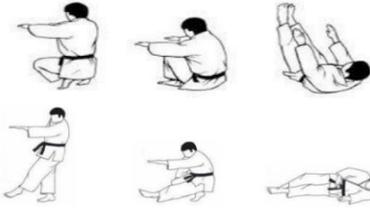
Niveaux d'appréciation	NA	Non Acquis	ECA	En cours d'acquisition	A	Acquis
------------------------	----	------------	-----	------------------------	---	--------



ILLUSTRATIONS



CHUTE (Ukemi)



Chute Arrière



Chute Latéral

Chute Avant

SOL (Katame-Waza)

Situations Sol (Retournements)

Uke est à plat ventre,
Tori est sur le côté



Uke est à quatre patte:
Tori est sur le côté



Tori est sur le dos,
Uke est entre ses jambes



Uke a pris la jambe de Tori

Techniques au sol



Kata-ha-jiri

Ude-hishigi-ude-gatame

Ude-hishigi-hara-gatame



Ude-hishigi-hiza-gatame



Ude-hishigi-waki-gatame



Sankaku-jime

DEBOUT (Nage-Waza)

Situations Debout (Déplacements)

Je sais enchaîner deux attaques



Je sais redoubler mes attaques



Je sais simuler une attaque pour en faire réellement une autre



Je sais projeter : en tournant vers la droite

- en tour vers la gauche

Je sais contrer les attaques avant et arrière de Uke



AVANT-ARRIÈRE

ARRIÈRE-AVANT

Techniques Debout



Utsuri-goshi

Harai-tsurikomi-ashi

Yoko-guruma

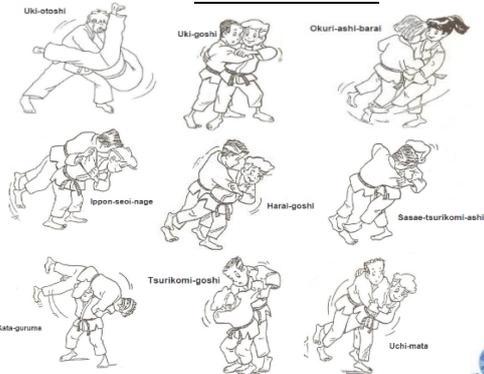
Ura-nage

Kibisu-gaeshi

Morote-gari

Kuchiki-taoshi

NAGE-NO-KATA



Uki-otoshi

Uki-goshi

Okuri-ashi-barai

Ippon-seoi-nage

Harai-goshi

Sasae-tsurikomi-ashi

Kata-guruma

Tsurikomi-goshi

Uchi-mata

