

FICHE ÉVALUATION PASSAGE DE GRADE



Le :

Nom :

Prénom :

Age : 7 / 8 ans

Date de Naissance :

Ceinture :

CHUTES (Ukemi)

| | | | |
|---------|----|-----|---|
| Arrière | NA | ECA | A |
| Latéral | NA | ECA | A |
| Avant | NA | ECA | A |

SOL (Katame-Waza)

| | | | | | | | |
|-------------------------------------|----|-----|---|-------------------|----|-----|---|
| 2 Techniques Libres | NA | ECA | A | | | | |
| 2 Situations Libres (Retournements) | NA | ECA | A | | | | |
| 1 Technique Imposée | | | | | | | |
| Tate-shiho-gatame | NA | ECA | A | Hon-gesa-gatame | NA | ECA | A |
| Kuzure-kami-shiho-gatame | NA | ECA | A | Kami-shiho-gatame | NA | ECA | A |

DEBOUT (Nage-Waza)

| | | | | | | | |
|---|----|-----|---|--------------------------|----|-----|---|
| 2 Technique Libre en 2 Situations Différentes | NA | ECA | A | | | | |
| 2 Technique Imposées | | | | | | | |
| Kubi-nage | NA | ECA | A | O-uchi-gari | NA | ECA | A |
| Sasae-tsurikomi-ashi | NA | ECA | A | Hiza-guruma | NA | ECA | A |
| Ashi-guruma | NA | ECA | A | Okuri-ashi-harai (barai) | NA | ECA | A |
| Seoi-nage | NA | ECA | A | | | | |
| Ko-uchi-gari | NA | ECA | A | | | | |

VALEURS DU JUDO

| | | | |
|----------------------|----|-----|---|
| Vocabulaire Japonais | NA | ECA | A |
| Tenue | NA | ECA | A |
| Comportement | NA | ECA | A |

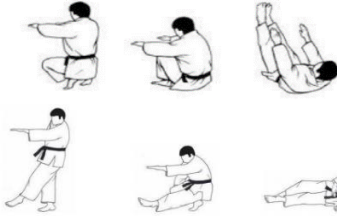
| | | | | | | |
|--|---------------------------------------|---------------------------------------|-----|------------------------|---|--------|
| ÉPREUVE PASSAGE DE GRADE VALIDÉE : | OUI : <input type="checkbox"/> | NON : <input type="checkbox"/> | | | | |
| <u>Nom de chaque évaluateur :</u> | | | | | | |
| <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



Chute Latéral

Chute Avant

SOL (Katame-Waza)

Situations Sol (Retournements)



Uke est à plat ventre,
Tori est sur le côté

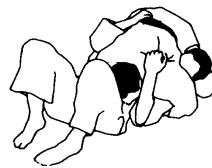


Uke est à quatre pattes,
Tori est sur le côté



Tori est sur le dos,
Uke est entre ses jambes

Techniques au sol



Kami-shiho-gatame

Hon-gesa-gatame

Tate-shiho-gatame

Kuzure-kami-shiho-gatame

DEBOUT (Nage-Waza)

Situations Debout (Déplacements)

Je sais enchaîner deux attaques



Tori tire et recule,
Uke cède et avance



Tori tire, Uke résiste



Tori déplace Uke en cercle
(à droite ou à gauche)



AVANT-ARRIÈRE



ARRIÈRE-AVANT

Techniques Debout



Kubi-nage



Ippon-seoi-nage



Ko-uchi-gari



O-uchi-gari



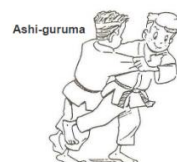
Sasae-tsurikomi-ashi



Okuri-ashi-barai



Hiza-guruma



Ashi-guruma