

Évaluation du GANT JAUNE

(Voté par le CD du 26/09/2003 - annule et remplace la page 37 du cahier 7 mémento formation)

	Catalogue Enchaînement	Feinte déplacement	Feintes touches	Déplacement	Touche	
1^{er} degré	• Décalage + 1 Pied/1 Poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Décalage + 1 Poing/1 pied					
	• Pied / Décalage Poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Poing / Décalage Pied					
	• Pied / Débordement Poing					
	• Poing / Débordement Pied					
	• Décalage Pied Débordement Poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Décalage Poing Débordement Pied					
	• Débordement Pied Décalage Poing					
	• Débordement Poing Décalage Pied					
2^e degré	• Sur attaque en Chassé AVT + Direct ARR. Réaction en Décalage 1 Poing 1 Pied ARR.	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur attaque en Direct AVT + Fouetté ARR Corps Réaction en Débordement 1 Pied 1 Poing AVT	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur attaque en Crochet ARR + Chassé AVT Corps Réaction en décalage 1 Pied AVT et Débordement 1 Poing ARR	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur attaque en Chassé ARR / Crochet AVT Réaction en Débordement 1 Poing ARR Décalage 1 Pied AVT	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
3^e degré	Noter les enchaînements tirés dans le tableau combinatoire*					
	• Décalage PIED et Débordement POING					
	• Décalage*..... Débordement*.....	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	NE < 6
	• Décalage POING et Débordement PIED					
	• Décalage*..... Débordement*.....	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Débordement PIED et Décalage POING					
	• Débordement*..... Décalage*.....	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Débordement POING et Décalage PIED					
• Débordement*..... Décalage*.....	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1		
• Total				/12	

	Critères d'évaluation	1 ^{re} REPRISE (1'30) Thème : Utiliser les feintes pour toucher en poing	2 ^e REPRISE (1'30) Thème : Utiliser les feintes pour toucher en pied	3 ^e REPRISE (1'30) Thème : Utiliser les feintes pour toucher	
Assaut à thèmes	• Validité/2/2/2	NE < 8
	• Variété/2/2/2	
	• Style/2/2/2	
	• total assaut à Thème/6/6/6/18

	Critères d'évaluation	1 ^{re} REPRISE (1'30)	2 ^e REPRISE (1'30)	3 ^e REPRISE (1'30)	4 ^e REPRISE (1'30)	
Assaut libre	• Anticipation/1/1/1/1	NE < 8
	• Feinte/2/2/2/2	
	• Opportunité/1/1/1/1	
	• Style/1/1/1/1	
	• total assaut libre/5/5/5/5/20

TOTAL GÉNÉRAL : le candidat doit obtenir un minimum de 30 points/50
---	----------

GANT JAUNE

(Voté par le CD du 26/09/2003 - annule et remplace la page 37 du cahier 7 mémento formation)

" Je perturbe pour toucher"

1^{er} degré

Je sais faire :

Des feintes en réalisant des attaques en enchaînements de 2 coups Pied/Poing ou Poing/Pied, en utilisant un décalage et/ou un débordement, avant ou pendant mon attaque.

Le candidat démontrera 10 fois l'élément tiré du catalogue technique 1^{er} degré. L'adversaire apportera une réaction variée et opportune.

Assaut à thème

Je sais :

- utiliser la feinte pour perturber l'organisation défensive de mon adversaire
- Utiliser les changements de rythme pour perturber mon adversaire.

2^e degré

Je sais faire :

Sur une attaque de 2 coups imposés, des Feintes en réalisant enchaînements de 2 coups Pied/Poing ou Poing/Pied, en utilisant un décalage et/ou un débordement pendant ou après l'attaque de mon partenaire.

L'adversaire déclenchera quand il le voudra les 10 attaques imposées.

3^e degré

Je sais faire :

Des feintes en réalisant un décalage et un débordement, ou un débordement et un décalage, avant, pendant un enchaînement de 2 techniques imposées Pied/Poing ou Poing/Pied. Les techniques imposées seront choisies dans les tableaux combinatoires suivants en fonction du tirage au sort.

Assaut libre

Je suis capable :

- d'utiliser les feintes dans le but de provoquer chez mon adversaire un acte réflexe et m'ouvrir des opportunités en attaque
- De tirer en opposition pendant 4 x 1'30 ou 4 x 2'

Tableau combinatoire*

Enchaînement PIED + POING	Enchaînement POING + PIED
1 Fouetté + Direct	1 Direct Fouetté
2 Fouetté Crochet	2 Direct Chassé
3 Fouetté Uppercut	3 Direct Revers
4 Chassé Direct	4 Crochet Fouetté
5 Chassé Crochet	5 Crochet Chassé
6 Chassé Uppercut	6 Crochet Revers
7 Revers Direct	7 Uppercut Fouetté
8 Revers Crochet	8 Uppercut Chassé
9 Revers Uppercut	9 Uppercut Revers