



Judo – 4e-3e

Judo • 4e-3e

Grille AIA – 4 degrés de maîtrise. Total /20.

Critères	D1 – Réalise	D2 – Comprend	D3 – Régule	D4 – Fait progresser
Efficacité des techniques de projection et de contrôle au sol	Maîtrise les techniques de base ; améliore leur précision et leur puissance après les encouragements de l'enseignant 1 point	Analyse après le combat l'efficacité de ses techniques et propose des ajustements ; les met en œuvre avec aide du partenaire 2 points	Ajuste seul pendant le combat la qualité et le timing de ses techniques selon le comportement adverse, de façon autonome 3 points	Anticipe les déséquilibres adverses et optimise ses techniques pour marquer de façon décisive ; est la référence technique du groupe 5 points
Lecture de l'adversaire et de ses placements	Commence à lire les appuis et les bras adverses ; ajuste ses actions après les conseils de l'enseignant 1 point	Identifie après le combat les habitudes adverses et les commente ; commence à les anticiper avec aide 2 points	Lit seul en temps réel les appuis et les déséquilibres adverses et déclenche ses techniques au bon moment, de façon autonome 3 points	Anticipe les intentions adverses avant leur expression et transforme cette lecture en action décisive ; fait progresser ses partenaires dans la lecture du combat 5 points
Adaptation tactique en combat (attaque, défense, contre)	Adapte ses tactiques dans les situations standards ; affine ses choix dans les situations complexes après les retours de l'enseignant 1 point	Comprend les logiques tactiques du combat et les explique ; applique des contre-attaques et défenses régulièrement avec aide 2 points	Adapte seul en continu sa tactique selon le style adverse (attaque, défense, contre), de façon autonome et persévérante 3 points	Anticipe les actions adverses et transforme les contre-attaques en opportunités décisives ; guide ses partenaires dans l'adaptation tactique 5 points
Sécurité (chutes ukemi) et aide technique au partenaire	Maîtrise les ukemi avec fiabilité ; apporte de l'aide technique à son partenaire si l'enseignant le sollicite	Explique et démontre les ukemi et les gestes techniques ; conseille régulièrement son partenaire avec l'appui de	Chute de façon autonome et sécurisée dans toutes les situations et guide son partenaire sur les techniques et	Anticipe les situations à risque et assure la sécurité de tous ; est la ressource technique et sécuritaire principale du groupe



Critères	D1 – Réalise	D2 – Comprend	D3 – Régule	D4 – Fait progresser
	1 point	l'enseignant 2 points	la sécurité sans attendre 3 points	5 points