

Fiche de passage de grade je suis en Maternelle pour ma nouvelle ceinture



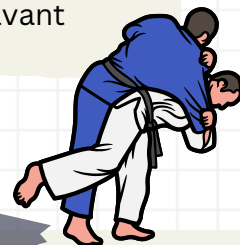
nom
prenom

photo

PROGAMME

Pour passer ma nouvelle ceinture, je dois
marquer 10 points ou plus

- Connaître les déplacements au sol
- Techniques : la pince de crabe ou à cheval
- Connaître les règles d'arbitrage des combats
- La chute arrière et la roulade avant
- Connaître le vocabulaire



TECHNIQUES

Déplacements ☐

Immobilisations :

Pince de crabe ☐

A cheval ☐

chute arrière ☐

roulade avant ☐

Règles
d'arbitrage des
différents
combats ☐



COMPORTEMENT SHIN - GI - TAÏ

- Attitude pendant les cours (concentration, participation, écoute et code moral)
- Volontaire au combat
- Participation à un événement du club
- Accepter la défaite et ne pas être arrogant lors des victoires
- Quelques comportements à éviter absolument : Tricheur et Râleur
- A essayer de corriger : Dormeur, Pleureur, Agresseur

CULTURE

vocabulaire

Hajimé

Matté



Signature professeur

"Mettez du judo dans votre vie, mettez de
la vie dans votre judo"

