

JUDO : RÉFÉRENTIEL ENTRETIEN ORAL – ÉPREUVE D'OPTION FACULTATIVE

Thèmes de questionnement	Niveau 1 : Constat sans justification	Niveau 2 : Ebauche d'analyse, justifiée par exemples concrets	Niveau 3 : analyse argumentée à partir de connaissances élargies sur le sujet
POINTS	0,25	0,5	0,75 à 1
Exemples de questions (à titre indicatif)			
Auto-évaluation, retour sur la prestation	Quelle analyse faites-vous de vos 3 combats? Avez-vous tenté de mettre en place un système d'attaque et/ou de défense? Quels sont vos points forts/faibles? Pouvez-vous caractériser la gestion du combat de vos adversaires?		
Connaissances	Comment créer un déséquilibre en judo? Pouvez-vous nommer des exemples d'enchaînements avant/arrière ou arrière/avant? Quels sont les règles d'arbitrage définissant les possibilités offertes au judoka dans la liaison debout/sol? Quels exercices d'application pouvez-vous mettre en place pour vous préparer à une compétition? Y-a-t-il une filière énergétique dominante dans un combat de 4 minutes?		
Capacités	Quelles capacités physiques sont sollicitées à travers la pratique du judo? Quelles ressources diverses, mobilisez-vous lors d'un combat? Comment vous préparez-vous à un combat? Qu'observez-vous chez votre futur adversaire? Avez-vous recours à une préparation mentale avant une compétition?		
Attitudes	Que vous apporte la pratique du judo? Le code moral du judo, a-t-il un impact sur votre comportement au quotidien? Êtes-vous partie prenante de votre association? Quelle est votre mission au sein du club? Quelle est votre opinion sur l'organisation d'une compétition de judo? Quelles améliorations proposeriez-vous?		