

GANT ROUGE

«**Je ne suis pas touché et je touche**» Situations complexes

1^{er} DEGRE

SUR ATTAQUE SIMPLE	DEPLACEMENT	CONTRE-ATTAQUE	INCERTITUDES*
Je sais faire :			
• Direct figure	Décalage	Uppercut	Segment
• Un coup de pied	Décalage	Un coup de pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de poing	Décalage	Un coup de poing	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de poing	Décalage	Un coup de pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Décalage	Un coup libre	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de pied	Décalage	Deux coups de pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de poing	Décalage	Deux coups de poing	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de poing	Décalage	Deux coups de pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Décalage	Deux coups libres	Seg./Cib./Traj.

2^{ème} DEGRE

Je sais faire :			
• Un coup de pied	Débordement	Un coup de pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de pied	Débordement	Un coup de poing	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de poing	Débordement	Un coup de poing	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de poing	Débordement	Un coup de pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Débordement	Un coup libre	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de pied	Débordement	Deux coups de pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de pied	Débordement	Deux coups de poing	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de poing	Débordement	Deux coups de poing	Seg./Cib./Traj.
• Un coup de poing	Débordement	Deux coups de pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Débordement	Deux coups libres	Seg./Cib./Traj.

3^{ème} DEGRE

Je sais faire :			
• Un coup libre	Décalage	Poing/Pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Décalage	Pied/Poing	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Décalage	Deux coups libres	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Débordement	Poing/Pied	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Débordement	Pied/Poing	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Débordement	Deux coups libres	Seg./Cib./Traj.
• Un coup libre	Décalage/Débordement	Deux coups libres	Seg./Cib./Traj.

Assaut à thème

Je sais :

- contre-attaquer en déplaçant un appui (décalage).

- contre-attaquer en déplaçant deux appuis (débordement).

Assaut libre

Je suis capable :

- de percevoir rapidement l'attaque.

- de me déplacer latéralement sur une attaque et de toucher.

- de tirer en opposition durant 3 X 1'30".

* Incertitude subie par le contre-attaquant

Evaluation du **Gant Rouge**

Nom du candidat : Date de l'évaluation :

N° de licence : Grade ou degré présenté :

Grade ou degré actuel : Date d'obtention :

	Catalogue des techniques	Il n'est pas touché		et il touche		
		Déplacement	Placement	Validité	Rythme	
1^{er} DEGRE	• Sur Direct figure / Décalage / Uppercut	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de pied / Décalage / un coup de pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de poing / Décalage / un coup de poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de poing / Décalage / un coup de pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Décalage / un coup libre	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de pied / Décalage / deux coups de pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de poing / Décalage / deux coups de poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de poing / Décalage / deux coups de pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
2^{ème} DEGRE	• Sur un coup libre / Décalage / deux coups libres	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de pied / Débordement / un coup de pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de pied / Débordement / un coup de poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de poing / Débordement / un coup de poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de poing / Débordement / un coup de pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Débordement / un coup libre	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de pied / Débordement / deux coups de pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de pied / Débordement / deux coups de poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de poing / Débordement / deux coups de poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup de poing / Débordement / deux coups de pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
3^{ème} DEGRE	• Sur un coup libre / Débordement / deux coups libres	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Décalage / Poing/Pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Décalage / Pied/Poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Décalage / Deux coups libres	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Débordement / Poing/Pied	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Débordement / Pied/Poing	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Débordement / Deux coups libres	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
	• Sur un coup libre / Décalage ou Débordement / Deux coups libres	0 - 1	0 - 1	0 - 1	0 - 1	
Totaux Techniques					/12
Assaut à thèmes	Critères d'évaluation	1^{ère} reprise (1'30) Thème : Décalage et Contre attaque		2^{ème} reprise (1'30) Thème : Débordement et Contre attaque		
	• Décalages/5		X X X X X X X		
	• Débordements	X X X X X X X	/5		
	• Validité des contre attaques/3	/3		
	• Variété des contre attaques/2	/2		
Totaux Assaut à Thème					/20
Assaut libre	Critères d'évaluation	1^{ère} reprise	2^{ème} reprise	3^{ème} reprise		
	• Perception d'attaque/2/2/2		
	• Déplacements latéraux/2/2/2		
	• Contre attaques/2/2/2		
Totaux Assaut Libre					/18
TOTAL GENERAL					/50
Le candidat doit obtenir un minimum de 30 points sans note éliminatoire						

NE : < 6

NE : < 10

NE : < 10

Décision : Gant Rouge 1° - Gant Rouge 2° - Gant Rouge 3° = **GANT ROUGE** (rayer les mentions inutiles)

Nom des membres du jury : Emargement