

Epreuve facultative Judo

Option EPS du Baccalauréat, séries générales et technologiques

I) Description de l'épreuve

Elle comporte une prestation physique, une épreuve d'arbitrage en situation et un entretien face à un jury composé au moins de deux personnes.

Afin de permettre au jury d'élaborer au mieux des poules morphologiques et de niveau équivalent, chaque candidat pourra présenter le jour des épreuves son passeport sportif et/ou une attestation de son grade, de son niveau de compétition ou de ses titres d'arbitre (départemental, régional ou national)

II) Conditions de l'épreuve

Les candidats doivent se présenter avec un judogi et une ceinture (prévoir également une ceinture rouge). Il leur est conseillé de se munir d'une bouteille d'eau et d'un en-cas, d'une trousse à pharmacie personnelle (Elastoplaste, Strappal ou pansements)

Il est souhaitable que les candidats aient acquis un minimum d'expérience dans l'activité équivalent au niveau d'une ceinture marron.

Dans un souci de sécurité et compte tenu des exigences de l'épreuve, une phase d'observation des candidats pourra précéder l'évaluation, afin de vérifier certains prérequis (chutes, règlements...). Les candidats ne maîtrisant pas ces compétences ou relevant d'un traumatisme physique récent ne pourront prendre part à l'épreuve, en fonction de l'appréciation souveraine du jury.

III) Détail de l'épreuve

a) Prestation physique arbitrée

Elle est évaluée sur 16 points.

- Epreuve de « Randori » : chaque candidat réalise trois combats de quatre minutes avec huit à douze minutes de repos entre chaque combat. Ceux-ci se déroulent dans les conditions réglementaires de l'activité. Afin d'affiner l'évaluation, le jury peut demander à certains candidats d'effectuer un combat supplémentaire. La notation tient compte de l'efficacité des systèmes d'attaque et de défense, de la gestion du rapport d'opposition (dimension technico-tactique) et du gain des combats effectués.
- Epreuve d'arbitrage : chaque candidat arbitre trois à quatre combats selon l'appréciation de jury, et doit mettre en évidence son autonomie dans la gestion du déroulement du combat en lien avec la sécurité des combattants, une maîtrise gestuelle adaptée au vocabulaire correspondant à l'activité, ainsi qu'une attitude appropriée à l'exercice.

b) Entretien avec le Jury

Il est évalué sur 4 points.

L'entretien, d'une durée de dix à quinze minutes, permet d'évaluer les qualités d'expression orale du candidat à travers les domaines suivants :

- Analyse culturelle de l'activité (réflexion du candidat autour de l'histoire, de la culture judo et de l'arbitrage)
- Analyse de la pratique personnelle du candidat (analyse de ses forces et faiblesses, des ressources sollicitées et de l'impact de l'activité dans sa vie quotidienne)