

MITAINES : JAUNE - ORANGE - VERTE - BLEUE - VIOLETTE - MARRON – NOIRE*

**Rayer les mentions inutiles*

Remplir par le jury la fiche d'examen en fonction du grade présenté : le jury choisit les thèmes et les techniques à évaluer issus des fiches de contenus et compétences de chaque grade. Utiliser le glossaire du pancrace pour la conformité des techniques utilisées.

Rappel de la compétence visée du grade :

Être capable de :

NOM		DATE	
PRENOM		LIEU	
LICENCE		CLUB	

► Module 1. Gestuelle en attaque et en défense simples (seul ou à deux) ou démontrer sa maîtrise des outils spécifiques (selon grade) / 4 points

CHOIX TECHNIQUE	PRECISION / EXECUTION		VARIETE	
	NON ACQUIS	ACQUIS	NON ACQUIS	ACQUIS
Formes de corps debout :	0	1	0	1
	NON ACQUIS	ACQUIS	NON ACQUIS	ACQUIS
Formes de corps sol :	0	1	0	1
SOUS TOTAL	/2		/2	
TOTAL (1)	/4			

Obtenir minimum 2/4 pour valider le module.

► Module 2. Réalisation/démonstration des contenus techniques en attaque ou en défense à deux en coopération/ 8 points

CHOIX TECHNIQUE	PRECISION / EXECUTION		VARIETE	
	NON ACQUIS	ACQUIS	NON ACQUIS	ACQUIS
Techniques percussion debout :	0	1	0	1
Techniques lutte debout :	0	1	0	1
Techniques lutte sol :	0	1	0	1
Techniques libre (offensive ou défensive) :	0	1	0	1
SOUS TOTAL	/4		/4	
TOTAL (1)	/8			

Obtenir minimum 4/8 pour valider le module.

► Module 3. Réalisation des contenus technico-tactique en situation d'opposition à thème ou libre / 6 points. En fonction de l'âge et du grade, réaliser les rounds en respectant les durées indiquées.

TECHNICO-TACTIQUE	PRECISION / EXECUTION		VARIETE	
	NON ACQUIS	ACQUIS	NON ACQUIS	ACQUIS
Round 1 : thème défensif	0	1	0	1
	NON ACQUIS	ACQUIS	NON ACQUIS	ACQUIS
Round 2 : thème offensif	0	1	0	1
	NON ACQUIS	ACQUIS	NON ACQUIS	ACQUIS
Round 3 : libre	0	1	0	1
SOUS TOTAL	/3		/3	
TOTAL (2)	/6			

Obtenir minimum 3/6 pour valider le module.

► Module 4. Contenus théoriques (connaissances) et attitude / 2 points

EC de définir / expliquer les techniques utilisées ou connaître le règlement compétition/arbitrage du pancrace ; EC de respecter la tenue spécifique, l'horaire et le déroulement des épreuves. Temps d'échange avec le jury de 10 minutes.

TOTAL (3)	/2
------------------	----

Obtenir minimum 1/2 pour valider le module.

► Bilan et décision

TOTAL GENERAL (1+2+3)	/20
------------------------------	-----

Réussir les 4 modules (avoir la moyenne) et avoir 12/20 minimum pour obtenir le grade

NOM/PRENOM :	REUSSITE*	ECHEC*
---------------------	-----------	--------

**Entourez la mention utile*

Nom, prénom et signatures des membres du jury