

II.21. Karaté



Karaté

Défiche 1

Top AS N° 60

Kata

Composition d'équipe	3 catégories : Collège, Lycée et LP. Modalités des équipes : doublette ou triplette fille, garçon, mixte. Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
Jeune Organisateur	Mise en place des équipes, gestion du matériel et de l'espace puis des rotations.
Jeune Juge	Au moment de la prestation : <ul style="list-style-type: none">- Invite le concurrent à prendre place et à exécuter son kata. À réception des vidéos d'une catégorie : Les critères d'évaluation seront identiques à ceux de la réglementation en vigueur. Il évalue les prestations kata et classe les élèves de la catégorie qui lui est envoyée.
Jeune Coach / Jeune Capitaine	Prépare et conseille le concurrent avant sa prestation.
Jeune Reporter	Le Jeune Reporter filme la prestation afin de permettre au jeune juge d'évaluer le kata.
Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 60	Nombre d'élèves qui participent au Trophée des AS. Étude et classement des vidéos par les jeunes juges (nombre de points acquis par chaque élève dont le classement lui verra attribuer un nombre de points qui seront cumulés au niveau de la doublette ou la triplette). Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

Illustration



[Grille d'évaluation](#)

Dispositif

Une surface plane de 6 m x 6 m.

Déroulement

- Placement du concurrent.
- Énoncé du kata et salut.
- Prestation du kata.
- Salut.

Karaté	
Défiche 2	
Top AS N° 61	Kumité
Composition d'équipe	<p>3 catégories : Collège, Lycée et LP.</p> <p>Modalités des équipes : doublette ou triplète fille, garçon, mixte.</p> <p>Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.</p>
Jeune Organisateur	Mise en place des équipes, gestion du matériel et de l'espace puis des rotations.
Jeune Juge	<p>Au moment de la prestation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Veille au bon déroulement de l'épreuve. - Chronomètre. - Compte. - Remplit la grille d'évaluation à la fin de chaque prestation. <p>À réception des vidéos d'une catégorie</p> <p>Il classe suivant les critères d'évaluation suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qualité technique avec précision sur la cible. - Capacité à combiner des techniques variées. - Distance. - Équilibre. - Vitesse / force, kiaï. - Touche contrôlée de la cible en fonction de la catégorie.
Jeune Coach - Jeune Capitaine	Prépare et conseille le concurrent avant sa prestation.
Jeune Reporter	Le Jeune Reporter filme la prestation afin de permettre au jeune juge d'évaluer le kata.
Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 61	<p>Nombre d'élèves qui participent au trophée.</p> <p>Étude et classement des vidéos par les jeunes juges (nombre de points acquis par chaque élève dont le classement lui verra attribuer un nombre de points qui seront cumulés au niveau de la doublette ou la triplète).</p> <p>Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».</p>

Illustration



[Grille d'évaluation](#)

Dispositif

Inventer, créer ou utiliser une cible de type : sac de frappe, Punching-ball, cible verticale, bouteille d'eau sur une table ...

Déroulement

Durant les 30''

Réaliser un maximum d'attaques de pieds et de poings vers sa cible.

Fin de la vidéo

Saluer sa cible.