VERT

MODULE 1	MODULE 2	MODULE 3
Déplacements	Technique	Théorie
<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer pour se mettre à distance de touche de l'adversaire • Voltes simples 	<ul style="list-style-type: none"> • Changer de main dans un cadre offensif • Changer de main dans un cadre défensif • Esquives • Enchaîner (varier cibles) • Attaquer en se déplaçant 	<ul style="list-style-type: none"> • Validité des touches • Dimensions de l'aire

VERT

CRITERES ET BAREME	Pts	candidat 1	candidat 2	candidat 3	candidat 4
MODULE 1 : Déplacements - se déplacer pour se mettre à distance et effectuer une attaque pour toucher l'adversaire, - volte : sortie de volte face à l'adversaire, à distance de touche, en garde à la fin, l'attaque doit être correctement exécutée pendant la volte.	2 3				
MODULE 2 : Techniques - changer au moins une fois de main dans le cadre d'un enchaînement, - changer de main pour parer du côté de l'attaque, - soustraire la cible à l'offensive adverse tout en restant en équilibre pour agir ensuite, - savoir effectuer des enchaînements sur des cibles variées (haut/bas, gauche/droite, vertical/horizontal), - coordonner les déplacements avec les attaques, - parer près du corps, sans masquer les cibles.	1 1 2 3 2 1				
MODULE 3 : Théorie - connaître les critères de validité définis dans le cahier n°10, - connaître les dimensions de l'aire de combat (en fonction de sa catégorie).	4 1				