

EVALUATION DES COMPETENCES **TAI-JITSU DO FEKAMT**

EVALUATION DU GODAN **(5^{EME} DAN FEKAMT)**

VALEUR SHIN

1/ DEVELOPPEMENT PERSONNEL (ECRIT) /60

- TAI-JITSU DO, méthode d'éducation sociale, porteuse de paix et d'amitié
- TAI-JITSU DO, découverte de soi, corporelle et mentale, connaissances du corps humain
- TAI-JITSU DO, découverte d'autrui, le code du Bushido
- TAI-JITSU DO, Art Martial et self-défense
- TAI-JITSU DO, santé, énergie, coordination entre corps et esprit
- TAI-JITSU DO, spirituel, recherche d'équilibre et d'harmonie
- TAI-JITSU DO, représentatif de l'histoire, de la philosophie et de l'Art des Pays d'origines
- -----

2/ KATAS

- **ATEMIS /30**
 - o ATEMI NO KATA
 - o 5^{ème} KATA

Tirage au sort de l'un des 2 katas. Après exécution du kata, il sera demandé d'expliquer et de démontrer 2 séquences du kata. Il devra en connaître les principes contenus dans le kata, savoir en démontrer les diverses applications, expliquer comment il peut être un outil pédagogique et de promotion de sa discipline.
- **TECHNIQUE /30**
 - o 4^{ème} KATA

Après exécution du kata, il sera demandé d'expliquer et de démontrer 2 séquences du kata. Il devra connaître les principes contenus dans le kata, savoir en démontrer les diverses applications, expliquer comment il peut être un outil pédagogique et de promotion de sa discipline.

VALEUR GI

TECHNIQUES /40

- DEMONSTRATION de différentes défenses avec les principes utilisés notamment sur des attaques avec armes (préliminaires, code, principes...)
- KATA BATON /30

VALEUR TAI

RANDORI EN CERCLE /40

Concrétisant à la fois le côté physique et le côté défensif, un des aspects du TAI-JITSU DO, l'accent sera surtout porté sur la variété des techniques adaptées aux attaques, l'aspect logique de la proportionnalité de la défense par rapport à l'attaque déterminée, le contrôle, la stabilité et le mental approprié.