

Critères	Indicateurs observables
Motricité	
Déplacements au sol	Ramper, 4 appuis, fesses, AV/AR
Déplacements debout	AV / AR, pas chassés, cloche-pied
Habiletés techniques judo	
Ukemi AV / AR	Sécurité, autonomie
Retournement à 4 pattes (uke coopérant)	Compréhension orale, coordination
Uchi-komi TW (statique et ne déplacement) + 1 Nage-komi	Statique et déplacement
Opposition	
Sortie d'immobilisation	Compréhension + efficacité
Randori sol (départ dos à dos)	Engagement, continuité
Randori debout	Sécurité, lecture de l'opposition

Profil Coupe de France Para Judo Adapté
motricité fonctionnelle mais lente
lent, besoin de démonstration, coordination limitée
timings lents pauses fréquentes, parfois déséquilibrés
Besoin d'aide ou de guidage verbal
réalisation avec rappel ou aide, maîtrise faible à modérée
exécution lente, répétitive
répétition d'une même technique, rythme lent, parfois en déséquilibre
Engagement irrégulier
besoin d'aide ou de guidage. Utilise plusieurs osae komi mais les contrôles sont imprécis. En Uke, réagit et cherche une sortie
Temps de réaction lent, passif ou irrégulier, peu de prise d'initiative
Utilise une attaque directe stéréotypée, souvent hybride ou gigogne (ashi, goshi, seoi), défense faible à modérée, LDS basique

Profil Championnat de France Para Judo Adapté
motricité proche du judoka ordinaire
fluide, autonome, coordination fonctionnelle
réactivité correcte à élevée, équilibre stable
Autonome dans la majorité des situations
réalisé seul, sécurisé, ukémi maîtrisés
compréhension rapide, adaptation, plusieurs directions
Répertoire technique plus large, utilisation du déplacement, bonne équilibration dans la réalisation
Recherche active de domination
Efficace et précis sur les osae komi, enchaîne si besoin. En Uke, est actif, et recherche plusieurs directions de dégagements
actif, logique de combat, enchaînement attaque / défense
Référentiel technique varié, déplace, enchaîne parfois. Défend en blocage et esquive et contre-attaque. Peut varier son kumikata. LDS maîtrisée