

COMPÉTENCES PRINCIPALES DE JEU

ORGANISATION GÉNÉRALE, SECTEUR DÉFENSIF & CONTRE-OFFENSIF	<p>C1 - Assurer une organisation corporelle permettant d'être constamment en sécurité et efficace (cela défensivement et offensivement)</p> <p>C2 – Adapter son propre comportement à celui de l'adversaire en termes de défense permettant des contre-offensives efficaces (optimisation des comportements).</p>
SECTEUR OFFENSIF : MANŒUVRES, EXPLOITATION ADVERSE & ANTICIPATION	<p>C3 – Imposer un état corporel et mental à l'adversaire dans le but de prendre l'ascendant à partir de manœuvres (faire émerger des situations favorables à partir d'une production d'activité offensive, de techniques de déstabilisation et de manipulation)</p> <p>C4 - Exploiter les situations favorables adverses compte tenu des caractéristiques, du style et des actions adverses (utiliser les opportunités : faiblesses et autres avantages).</p>
SECTEUR PHYSIQUE & MENTAL	<p>C5 - Mobiliser et agencer ses propres ressources physiques et mentales compte tenu du comportement adverse (caractéristiques, style et actions adverses)</p>