



# FÉDÉRATION KRAV MAGA FRANCE & DISCIPLINES ASSOCIÉES

## Passage du 6<sup>ème</sup> Degré de Krav Maga FKMFDA

Pour l'examen du 6<sup>ème</sup> degré de Krav-Maga FKMFDA, le candidat devra fournir un mémoire technique, et effectuer 3 modules basées sur les connaissances techniques du Krav-Maga. Les prestations techniques seront suivies d'un entretien avec le jury, le candidat devra débriefer sa prestation, et se justifier sur les aspect technique et pédagogique. Les UV pourront se dérouler dans l'ordre du choix du candidat.

**1<sup>er</sup> Module :** Travail avec binôme (sans arme) noté sur 20.

**2<sup>ème</sup> Module :** Combat (avec armes) noté sur 20.

**3<sup>ème</sup> Module :** Enchaînement improvisé noté sur 20.

**4<sup>ème</sup> Module :** Soutenance mémoire technique noté sur 40.

- **OBTENTION DU DÉGRÉ SI  $\geq 60/100$ .**

Le candidat est examiné par un jury composé de 3 juges qualifiés qui notent les épreuves.

Pour obtenir son examen le candidat devra obtenir la moyenne générale (60/100). Si le candidat n'a pas la moyenne générale, les notes des modules pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne restent acquises définitivement. Dans cet exemple, seules les modules n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées jusqu'à l'obtention de la moyenne générale. Il n'y a pas de note éliminatoire hormis si le candidat ne se comporte pas exemplairement.

**Le jury, tient compte de l'âge, et des capacités physique de chaque candidat.**

**Le candidat ne pourra se présenter plus d'une fois par saison sportive à cet examen.**

### **Module 1 : Travail avec binôme (sans arme) :**

Exécution, explication technique et justification de la prestation personnelle (10 minutes maximum) basée sur des situations de défense ou l'adversaire attaque. Le binôme sera âgé de 18 ans et devra être Ceinture Noire 1<sup>er</sup> degré minimum.

Les défenses et les ripostes sont libres et doivent être effectuées avec opportunité, de la manière la plus logique, la plus efficace et la moins en force possible.

- Défense libre sur saisies avec partenaire :
  - 1 défense sur saisie de bras ou poignet.
  - 2 défenses sur saisie au col (à une main, ou deux mains).
  - 2 défenses sur ceinturages (avant, arrière).
  - 1 défense sur étranglement.
  - 1 amenée au sol avec contrôle du binôme sur une attaque (choix du jury).
- Défense libre au sol :
  - Défense, retournement, renversement ou dégagement de tous les contrôles, les étranglements et les saisies. (Choix du jury).

### **Module 2 : Combat avec arme :**

Exécution, explication technique et justification de la prestation personnelle (10 minutes maximum) sur des situations de défense ou le binôme attaque ou menace avec une arme. Le candidat devra se présenter avec un binôme de son choix et il devra être âgé de 18 ans et être Ceinture Noire 1<sup>er</sup> degré minimum.

- Menace avec arme (Choix du jury) avec un couteau, une arme de poing.
- Attaque avec arme (Choix du jury) avec un couteau, une arme de poing.

### **Module 3 : Enchaînement improvisé et application :**

Le candidat devra présenter un enchaînement (Shadow Boxing) improvisé d'une durée de 1.30 minutes maximum. Cet enchaînement peut s'effectuer avec et/ou sans arme. (Selon l'âge du candidat le temps pourra être abaissé).

Le candidat devra expliquer les différentes techniques de ce Shadow avec un binôme de son choix, il devra être âgé de 18 ans et être Ceinture Noire 1<sup>er</sup> degré minimum.

### **Module 4 : Soutenance technique**

Le candidat soutient son mémoire technique devant le jury. La durée de la soutenance ne pourra pas excéder 20 minutes. A l'issue le jury interrogera le candidat sur le contenu de son mémoire.

**Pour bénéficier d'un passage de grade, le candidat devra justifier d'un certificat médical à jour et du passeport sportif FKMFDA.**