

Mini Dossier BOXE FRANCAISE SAVATE

SOMMAIRE :

-Les formes de pratiques :

-Définition de l'activité, et description des coups de la boxe française savate:

-Glossaire :

-Enseigner la savate boxe française :

A) Conditions de pratique.

B) Le salut.

C) Les entrées dans l'activité.

D) Construction de la position de garde de référence et de la distance de touche.

E) Découverte des armes et des cibles.

F) Découverte des parades et des esquives.

G) Les conduites typiques .

H) Des situations d'apprentissage adaptées aux conduites typiques.

I) Les capacités/connaissances techniques et tactiques: niveau 1 et 2 et l'évaluation p9 à13.

J) Trames de cycle p14

Fiches de jugement p15 et 16.

L) Des logiques et des illustrations d'adaptations technico-tactiques p17.

M) Bibliographie p18.

Formes de pratique : -Le duo : c'est de la coopération, pouvant être mixte, jugée sur le pôle technique. (Durée entre 1'30 et 2 minutes)

: -l'assaut : les tireurs qui s'opposent sont d'un poids similaire ; toute puissance est exclue dans la délivrance des coups qui sont des touches. L'assaut se juge en fonction du nombre de touches validées et d'une note technico – tactique.

: -Le combat : pratique uniquement fédérale qui se juge sur la technique, la précision, et l'efficacité des coups ; le « hors combat » peut être une finalité.

: -La savate forme : pratique sociale nouvelle qui attire le public féminin surtout, et qui consiste à reproduire en musique la gestuelle spécifique de la savate.

- 1) Les gants de couleur : ils permettent d'identifier et de valider le niveau techniques des boxeurs (comme les ceintures en judo) ; du gant bleu, vert, rouge, blanc, au gant jaune. (puis gants d'argent)
- 2) la pratique fédérale à haut niveau : 5 reprises de 2' chez les hommes et 4 fois 2' chez les filles en combat. 4 fois 1'30 en assaut.
- 3) En UNSS : les tireurs sont protégés (casque, protège poitrine pour les filles, coquilles, protège dents, jambières). En compétition, on retrouve 3 juges ,1 arbitre ,1 chronométreur et 1 délégué officiel (enseignant).
Par équipe d'établissement, les assauts durent 2'30(une seule reprise) avec possibilité de 1 temps mort demandé par chaque second. Chaque équipe est constituée de 4 tireurs et un arbitre. La tolérance entre les poids est de 5 kg.
Un avertissement enlève un point de pénalité au tireur averti.
En individuel (élite) ou par équipe « excellence » le niveau gant rouge est requis (au minimum), les assauts sont constitués de 2 à 3 reprises de 1'30.
Un avertissement enlève deux points de pénalité au tireur averti.

Définitions de l'activité :

« la BFS est un sport de combat utilisant des mouvements de percussion appelés coups qui permettent de frapper avec les différentes surfaces des pieds et le devant des poings suivant des règles techniques et précises et qui respectent un principe de base fixe et intangible : tout mouvement de BFS doit être conçu pour être à la fois éducatif et efficace » extrait du code fédéral.

« Toucher l'autre avec les pieds ou les poings, selon des règles connues par tous, sur des cibles autorisées et représentées par différentes parties du corps de l'autre, tout en empêchant cet autre d'atteindre ce résultat, et cela, dans une surface et un temps délimités, avec un arbitre qui dirige l'assaut et des juges qui donnent la décision » Programme lycée.

LES COUPS DE LA SAVATE BOXE FRANCAISE

Au niveau des poings : c'est toujours l'avant du gant qui touche

- 1) Le direct : c'est un coup porté par un mouvement de piston dans un plan frontal. (distance moyenne)
- 2) Le crochet : c'est un coup porté par un mouvement combinant le balancé et le jeté direct dans un plan latéral. (distance courte)
- 3) L'uppercut : c'est un coup porté par un mouvement combinant le balancé et le jeté direct dans un plan frontal. (distance courte)
- 4) Le swing : c'est un coup porté par un mouvement de balancé dans un plan latéral. (distance moyenne)

Au niveau des pieds : à l'impact, la jambe est en extension.

- 1) Le fouetté : c'est un mouvement de fléau, passant par un groupé – fouetté (phase d'armer) c'est le dessus du pied ou la pointe (interdit en scolaire) qui touche, les hanches sont de profil. (distance moyenne ou longue)
- 2) Le chassé : c'est un mouvement de piston passant par un groupé – chassé (phase d'armer) c'est la semelle / talon qui touche. En chassé frontal, les hanches sont de face, en chassé latéral, les hanches sont de profil. (distance moyenne)
- 3) Le revers : c'est un mouvement de circumduction de l'intérieur vers l'extérieur, avec le pied en extension. C'est la semelle ou le bord externe du pied qui touche. En revers latéral, les hanches sont de profil (avec ou sans armé), en revers frontal, elles sont de face. (distance courte ou moyenne)
- 4) Le coup de pied bas de frappe: c'est un mouvement de balancé de la jambe qui reste tendue en préparation et à l'impact. C'est le bord interne du pied qui touche. La cible est le tibia de l'adversaire. (distance courte)
- 5) Le coup de pied de déséquilibre : idem que le coup précédant, la cible étant le pied d'appui de l'adversaire. (distance courte).

GLOSSAIRE SAVATE BOXE FRANCAISE
(Extrait du mémento formation de la fédération)

ANTICIPATION : C'est prévoir l'action adverse et agir avant que celle-ci se déclenche.

CADRAGE : Neutralisation offensive qui tend à réduire l'espace d'évolution de l'adversaire.

CHANGEMENT DE RYTHME : Variation de la vitesse gestuelle et de la vitesse de déplacement dans un temps donné.

CONTRE : Brusque offensive qui touche l'adversaire dans la phase de lancement de son action.

CONTRE ATTAQUE : Brusque offensive qui intervient pendant l'attaque avant que celle-ci n'arrive à son terme.

COUP D'ARRET : Action qui stoppe un adversaire dans sa progression.

DEBORDEMENT : Déplacement des deux appuis pour sortir de l'axe d'affrontement.

DECALAGE : Déplacement d'un appui pour sortir de l'axe d'affrontement.

ESQUIVE : Déplacement de tout ou partie du corps pour éviter d'être touché (il n'y a pas de contact entre l'arme et la cible). L'esquive peut être totale, partielle ou sur place.

FEINTE : Action qui vise à provoquer un acte réflexe de l'adversaire pour découvrir une cible.

PARADE : Mouvement effectué avec les membres supérieurs permettant de protéger les surfaces de frappe visées. Elle peut être bloquée, chassée ou en protection.

REMISE : Touche utilisant la même technique que l'attaque (même arme, même cible).

RIPOSTE : Réaction qui intervient au terme de l'attaque de l'adversaire.

TRAJECTOIRE : Course décrite par l'arme utilisée pour atteindre la cible. Elle est soit circulaire soit rectiligne.

ENSEIGNER LA SAVATE BOXE FRANCAISE

A) Conditions de pratique :

1- L'équipement /sécurité passive:-chaussons de gymnastique ou baskets d'intérieur à semelle lisse (important pour le pivot de la hanche, et évite une tension possible au niveau du ligament latéral interne du genou)

-sous -gants

-pantalons sans pression ni fermeture éclair ou short

-protège – dents

-paires de gants

-les enceintes dont la construction (ex cône et élastique) reste prioritaire.

2- La sécurité active:-repérer les niveaux de pratique le plus tôt possible afin d'organiser des groupes homogènes. Le niveau d'habileté prévaut bien évidemment sur le poids.

-éviter le regard extérieur, source d'augmentation de stress et d'agressivité des pratiquants (éviter de faire boxer 2 élèves devant le groupe classe ; au contraire, dans les situations d'assaut, les élèves s'exerceront au sein d'un groupe prédéterminé).

-construction prioritaire et simultanée avec le tireur du rôle de l'arbitre. En conséquence la forme de groupement privilégiée sera par trois : deux tireurs et un arbitre (Dès les situations d'entrée).

-la situation de référence ne sera introduite qu'à la 2ème ou 3ème séance lorsque la garde et le « code touche » auront été construits, et que les élèves auront acquis des connaissances et des compétences au niveau de l'arbitrage.

-les cibles autorisées :

Avec les poings : face antérieure et costale du buste et de la tête (cibles interdites : le triangle génital, le dos et la nuque). Pas de touche poitrine pour les filles.

Avec les pieds : face antérieure, postérieure et costale des jambes et du buste (cibles interdites : le triangle génital, le cou et la tête).

Au niveau des touches en pieds : commencer par les trajectoires circulaires (elles laissent plus de temps au tireur qui va être touché pour s'organiser, et viennent toucher sur le côté).

Choix didactique de ne retenir que les techniques de pieds imposant les hanches de profil et la phase d'armé (Construction du rôle d'arbitre facilité, idem par rapport au guidage, et organisation du tireur plus réfléchie).

Les touches en pieds se feront avec des surfaces de pieds larges pour éviter des traumatismes (pointe et talon interdits).

Le chassé frontal peut être dangereux (dérive en touche balancée, avec une trajectoire qui peut venir du bas vers le haut, triangle génital exposé) peu intéressant à apprendre au début de formation du tireur, en effet outre les problèmes de sécurité, son utilisation pose beaucoup de difficultés tactiques à l'adversaire. Ainsi, le chassé frontal et le revers frontal ne seront utilisés qu'en fin de formation du tireur (Niveau tireur rusé).

Au niveau des touches en poings, seul le direct sera utilisé en niveau 1 (construction de la distance de touche, puisque le direct correspond à une distance moyenne) ; le crochet deviendra une arme éventuellement en niveau 2 (Uppercut et swing qui posent des problèmes de contrôle et de sécurité, pourront être utilisés en fin de formation des tireurs, niveau tireur rusé).

B) Le salut :

Il est spécifique à la SBF ; il peut être réalisé avec le groupe au début et à la fin de chaque séance ; il sera réalisé au début et à la fin de chaque assaut. Le salut est un élément important dans la pratique de la savate ; il ne faut pas le négliger et il faut lui donner du sens en expliquant le contenu du message intégré dans la gestuelle particulière de l'ouverture du bras à l'oblique basse. (Triple respect : des environnements matériels et humains et du règlement spécifique à la savate)

C) Les entrées dans l'activité et les mises en train spécifiques :

- 1) favoriser les exercices ludiques qui « dédramatisent » l'activité (« pique épingles », « le jeu de mains », « le marche pieds », « le ping-pong », « le suiveur-suivi », les jeux de bérets (le premier qui touche selon la forme choisie a gagné et remporte un point à son équipe)...
- 2) le saut à la corde (les filles sont souvent plus habiles que les garçons)
- 3) des étirements bien évidemment indispensables...
- 4) un renforcement musculaire pour une mise en tension intéressante (rôle de protection et de préparation)

D) Construction de la position de garde de référence et de la distance de touche, avec identification des segments avant et arrière :

- jeu des « touches », avec un pied dans le cerceau.
- « suiveur- suivi » en déplacements spécifiques dans un espace délimité.
- « suiveur-suivi » avec une corde reliant les deux tireurs et qui doit toujours restée semi-tendue sans tomber.
- « attaque/défense » alterné sur une seule touche donnée avec le segment avant (en jab).
- Jeu des cibles présentées au partenaire « à éteindre » rapidement et avec justesse.

E) Découverte des armes et des cibles :

-Ce travail se fait par 2 avec des plastrons spécifiques et une alternance des rôles. (Découverte plus ou moins guidée au travers de SRP par exemple...)

F) Découverte des parades et esquives :

- Idem, avec la règle du cercle (utilisation de cerceaux..) et de la sortie « dos de l'adversaire ».
- 1) Les parades : elles sont réalisées uniquement avec les membres supérieurs. On peut distinguer la parade par opposition (les poings ou les avant – bras protègent la cible), la parade bloquée (elle stoppe la touche avec le gant), et la parade chassée (elle dévie la touche de sa trajectoire, grâce à un mouvement tonique et court de la main/avant bras).
- 2) Les esquives : on peut distinguer l'esquive en montant (sur un coup de pied bas), l'esquive par retrait du buste (sur un coup de pied haut ; mais attention à ne pas rester sur les talons, car la riposte devient très difficile..), l'esquive latérale avec ou sans décalage (sur direct, chassé ou fouetté) et l'esquive rotative (sur un crochet).

Avec les élèves, possibilité de fonctionner par démarche expérimentale, permettant d'extraire ces capacités en fonction des réponses motrices découvertes par les apprenants.

G) Les conduites typiques :

1) Le tireur « fuyant » : il s'organise prioritairement pour ne pas être touché, recule, tourne le dos, boxe hors distance. L'obstacle à l'apprentissage est de nature affective et motrice.

2) Le tireur « risque tout » : il s'organise prioritairement pour toucher ; il se jette sur chaque touche, et ses actions sont source de déséquilibre. Il avance souvent et boxe principalement avec ses segments arrière. Obstacle de nature cognitive et motrice.

3) Le tireur « escrimeur » : il s'organise prioritairement pour ne pas être touché après avoir essayé de toucher. Il se met hors distance après chaque touche en reculant, il n'enchaîne pas mais contrôle la puissance du coup délivré. Passage alterné du statut de défenseur avec celui d'attaquant. Obstacle de nature motrice et affective.

4) Le tireur « moustique » : il s'organise prioritairement pour toucher sur une seule touche et pour ne pas être touché sans rompre la distance, il se déplace en tournant. L'obstacle est de nature motrice.

5) Le tireur « rusé » organisé prioritairement par l'initiative adverse pour toucher.

Niveau 1 : il boxe à distance, se déplace en tournant, il défend pour attaquer : bonne protection en parade pour riposter. Début des enchaînements en attaque.

Niveau 2 : il enchaîne les techniques d'attaque pieds – poings, poings – pieds, avec une gestion des distances par l'utilisation du décalage. Il pare et esquive pour contre-attaquer.

6) Le tireur « stratège - feinteur » : il s'organise prioritairement pour feinter et s'adapter à une boxe identifiée. Il enchaîne de façon complexe et variée la boxe pied/poing, il perturbe, anticipe pour toucher avant l'autre, et adapte sa boxe en fonction des adversaires rencontrés.

H) Des situations d'apprentissage adaptées aux conduites typiques :

Essai d'identification du cœur culturel de l'activité.

Appui sur les travaux du CEDREPS (collectif d'étude disciplinaire pour la rénovation de l'EPS)

-Rapport à autrui : adversaire, partenaire, arbitre, juge, second/conseiller.

- Motricité spécifique : toucher avec les pieds et les poings, et ne pas être touché, et vice et versa, en préservant les intégrités physiques des opposants et dans le respect d'un règlement spécifique.

-Grand motif d'agir : faire basculer un rapport de force en sa faveur, imposer un état à autrui, faire des choix technico-tactiques en temps contraint.

Caractéristiques des SA dans le respect des fondamentaux de la boxe française savate.

-Une opposition à deux.

-Des touches codifiées

-Une surface délimitée

-Un temps limité.

-Une gestion de la triple incertitude : temporelle, spatiale et évènementielle.

Pour toutes les SA présentées, possibilité en adéquation avec le niveau d'habileté de fonctionner sous formes de double ou triple scores, en contractualisant les critères de réussite. Exemple de scores possibles :

Les pénalités, les parades, les esquives, les parades/esquives ripostes, les enchaînements, les touches avec les segments avant, les touches en revers, les touches en tournant...

-Autres généralités : attention il est important d'introduire le rôle de l'arbitre, le plus souvent possible, le groupement par trois reste à privilégier.

- 1) Chez les débutants, la tâche est complexe car il y a une triple incertitude à prendre en compte pour le tireur (spatiale, temporelle et évènementielle) ; en conséquence plus l'élève sera débutant, plus il faudra réduire cette incertitude. Souvent, c'est le défenseur qui décidera du moment de l'attaque du partenaire (par exemple lorsqu'il stoppe son déplacement).
- 2) Utiliser des situations à changement de statut (attaquant/défenseur) rapide.
- 3) Alternier le travail de coopération avec le travail d'opposition adaptée où la notion de riposte est intégrée. (Voir le document « comment complexifier les tâches en SBF »)
- 4) Réintroduire les situations d'apprentissage dans des assauts à thème.

---Conduite 1 : « le fuyant »

L'objectif principal est de prendre confiance pour ne plus avoir peur ni de toucher ni d'être touché.

S1 : Travail par 2, pendant une minute l'attaquant déclenche un direct bras avant figure (bras le plus « faible ») au signal du défenseur (lorsque celui-ci s'arrête). Le défenseur réalise alors une parade par opposition.

S2 : Idem mais lorsque le direct arrive le boxeur baisse la tête et se laisse toucher sur le front (dédramatiser la touche avec le gant)

S3 : Sur 30 secondes, bras avant uniquement, un boxeur essaie de toucher, l'autre pare tout en se déplaçant. Idem sur une attaque en fouetté jambe avant.

S4 : Suiveur suivi : se déplacer en tournant.

S5 : Assaut à thème avec réduction du degré d'incertitude (exemple pour les 2 tireurs « n'utiliser que le direct bras avant et le fouetté jambe avant »).

S6 : Assauts à initiative alternée, avec déclenchement de la touche uniquement lorsque le tireur s'arrête.

---Conduite 2 « risque tout » :

L'objectif principal est de modifier une représentation et une motricité axées sur « le toucher à tout prix ». Ceci passera par une meilleure connaissance de l'activité basée sur la maîtrise des touches codifiées, de celle de l'équilibre sur un appui et d'une motricité préservant une posture de garde inchangée.

S1 : doubler ou tripler les touches sur cibles présentées.

S2 : travail sur cible en privilégiant les segments avant. (Avec riposte si le segment n'est pas revenu à sa place).

S3 : « ping-pong » depuis un cerceau avec retour obligatoire de l'appui dans le cerceau.

S4 : travail sur cible en serrant un objet (un gant) avec les gants.

S5 : assaut avec une ligne au sol séparant les deux tireurs qui ne doit jamais être franchie.

S6: assaut à thème pendant lequel seul la, ou les touches doublées comptent.

S7:assaut à thème pendant lequel le boxeur n'a pas le droit d'avancer.

S8 : assaut à thème : le boxeur ne peut toucher qu'après une attaque.

---Conduite 3 : tireur « escrimeur »:

L'objectif principal est de modifier la motricité de déplacement par l'acquisition de parades et d'esquives simples permettant au boxeur de rester à distance pour toucher. L'acquisition d'une garde hermétique qui donne confiance reste une capacité prioritaire à acquérir.

Cf SA déjà décrite pour le tireur fuyant.

S1 : déplacement par 2 avec maintien de la distance poings ou pieds (avec corde juste tenue par le pantalon).

S2 : fixer le boxeur avec un appui obligatoire dans un cerceau en situation d'assaut à thème ou sur des ripostes ou remise sur attaque simple.

S3 : travail de riposte sur attaque simple (pied ou poing) avec parade ou esquive simple.

S4 : assaut à thème : le boxeur ne doit pas esquiver en reculant.

S5 : assaut à thème dans une enceinte réduite (3X3).

S6 : assaut à thème : le tireur à obligation d'enchaîner deux touches pour marquer.

.

---Conduite 4 : tireur « moustique »

L'objectif principal est de passer d'une attaque par touche isolée à une organisation d'attaque basée sur les enchaînements pieds poings, et poings pieds ; et le passage d'une parade de protection à une parade bloquée ou chassée et un début d'esquives simples maîtrisée. Début d'acquisition du décalage / débordement.

S1 : « ping pong » sur plusieurs touches.

S2 : travail du décalage sur cible inversée.

S3 : Idem en motricité de débordement.

S4 : travail de riposte sur attaque simple à partir d'une esquive et/ou d'une parade bloquée.

S5 : travail sous forme de duo.

S6 : assaut à thème où le tireur ne prend jamais l'initiative.

S7 : assauts à thème où le tireur ne réalise que du poing/pied.

S8:assaut à thème avec bonification des touches enchaînées, ou des parades ripostes, ou esquives ripostes.

---Conduite 5 : tireur « rusé » qui attend l'opportunité .Niveau 1 :

L'objectif principal est de faire acquérir au boxeur une motricité de décalage – débordement lui permettant les enchaînements « poings – pieds » et « pieds – poings » efficaces (la cible est atteinte), et réglementaires (les distances sont respectées).

S1 : travail de riposte sur attaque simple (pied ou poing), avec un enchaînement de 2 ou 3 coups (en variant les lignes, les segments, les trajectoires...) avec décalage obligatoire.

S2 : idem sur attaque enchaînée (riposte avant la 2^{ème} ou 3^{ème} touche ; début de contre attaque...)

S3 : par 3, le boxeur du milieu doit faire face successivement à ses 2 partenaires et riposter après parade ou esquive avec décalage obligatoire.

S4 : assaut à thème : l'un des boxeurs à toujours l'initiative, et n'attaque qu'en enchaînant (ex : pied – poing), l'autre ne peut riposter qu'après la 2^{ème} touche(en poing –pied).

S5 : assaut à thème : seules les techniques utilisant le décalage ou le débordement permettent de rapporter des poings.

Niveau 2.

L'objectif principal est de faire acquérir au boxeur une lecture des intentions de l'attaquant afin qu'il touche avant la fin de l'action d'attaque (construction de la contre-attaque et du contre).

S1 : travail du contre sur jambe ou bras avant. (Ex : A boxe avec le fouetté jambe avant, B doit réaliser un chassé d'arrêt).

S2 : travail d'esquive sur une attaque simple, la riposte devant toucher la cible avant la fin de l'attaque.

S3 : idem sur une attaque enchaînée, le contre devant intervenir avant la 1^{er}, 2^{ème} ou 3^{ème} touche.

S4 : travail des feintes sous forme de « ping-pong » (feinte de cible, de trajectoire, d'arme,...)

S5 : travail de cadrage avec et sans touche de « guidage » pour le tireur A, pendant 1 minute, le tireur B ne peut utiliser que 5 directs bras avant, et 5 chassés frontaux ou d'arrêt latéraux (pour sortir du cadrage et contrer).

S6 : assaut à thème : bonification des contre – attaques, et/ou des contres, et/ou des touches survenues après feinte(s).

S7 : travail sur les logiques technico-tactiques en fonction du style d'opposition, avec jeu de rôle.

S8 : travail sur des changements de rythme et la gestion spécifiques des efforts.

D) Les capacités et l'évaluation en savate boxe française :

1) Exemple au collège :

Rappel des textes / programmes en termes de compétences :

Rappel de la compétence propre de référence :

Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif

« Rechercher le gain d'une rencontre, en prenant des informations et des décisions pertinentes, pour réaliser des actions efficaces, dans le cadre d'une opposition avec un rapport de forces équilibré et adapté en respectant les adversaires, les partenaires, l'arbitre ».

Compétence attendue de niveau 1 :

« S'engager **loyalement** dans un assaut, **en rechercher le gain** tout en **contrôlant ses touches et en maîtrisant la distance pour toucher sans être touché** »

Assurer le comptage des points et le respect des règles de sécurité.

-Le bleu qui correspond à l'ADN de la compétence propre.

-Le noir qui renvoie à un contexte de réalisation : parfois la SR.

-Le vert qui souligne la dimension motrice, technico tactique, de la compétence attendue au niveau considéré.

-Le rouge qui fait référence à la dimension méthodologique et sociale incontournable.

(Mais qui peut être accompagnée d'autres en fonction du projet de classe, de cycle...)

Compétence attendue de niveau 2.

Rechercher le gain d'un assaut en privilégiant l'enchaînement de techniques offensives et défensives variées.

Gérer collectivement un tournoi et observer un camarade pour le conseiller.

Capacités de niveau 1 :

- Pouvoir toucher réglementairement avec les pieds en chassé latéral et en fouetté pour marquer des points.
- Pouvoir toucher réglementairement avec les poings en direct.
- Pouvoir se protéger sur des attaques simples pour ne pas être touché (construction de la garde spécifique)
- Pouvoir se déplacer pour ne pas être touché et toucher.
- Pouvoir contrôler ses touches pour ne pas faire mal.
- Pouvoir arbitrer (et juger) pour faire respecter les règles et désigner un vainqueur.

Situation de référence : groupe de 5/6 élèves de même niveau ,de poids similaire .2tireurs ,1 arbitre chronométrateur , 2juges .Assaut libre de 1'30 à 2 minutes (une seule reprise),dans un espace délimité (enceinte dessinée avec des cônes ou construite avec des élastiques) de 4m par 4m.

Exemple d'évaluation de type « critérié »

-Sur 5 points au regard du classement dans le groupe (5pour le 1^{er}, et 3 pour le dernier)

-Sur 10 points : les capacités :

a)Se protéger sur 3 points :

Entre 0 et 1 point : pas de garde, les bras sont toujours « équilibrateurs ».

Entre 1 et 2 points : la garde est maintenue dans les déplacements, mais les bras s'ouvrent sur les touches en pied.

Entre 2 et 3 points : attitude de garde préservée pendant la plupart des phases de l'assaut.

b)Se déplacer : sur 3 points.

Entre 0 et1 point : peu de mobilité se retourne souvent, reste pied à plat.

Entre 1 et 2 point : se déplace surtout d'avant en arrière, l'appui est sur l'avant du pied.

Entre 2 et 3 point : tourne et reste à distance.

c)Toucher : sur 4 points.

Entre 0 et 1 point : les touches ne sont pas réglementaires ; pas de pivot des hanches, ni de respect de la distance.

Entre 1 et 2 points : le pivot apparaît, mais les touches sont insuffisamment contrôlées.

Entre 2 et 3 points : les touches sont contrôlées, et réglementaires mais seul les segments arrières sont utilisés.

Entre 3 et 4 points : touches contrôlées et variées (armes et segments).

-Connaissances/Attitudes sur 5 points : arbitrage.

Entre 1 et 2 points : peu d'autorité, ne se déplace pas assez ou gêne les tireurs ; ne voit pas les coups interdits ou trop puissants .Les commandements ne sont pas correctement utilisés.

Entre 2 et 3 points : tous les commandements sont respectés mais les interventions restent timides et les déplacements mal maîtrisés.

Entre 3 et 5 points : intervient avec autorité et de façon opportune ; sanctionne les fautes et se déplace perpendiculairement aux tireurs.

Exemple d'évaluation de type « quantifié »

Premier cycle, premier niveau de compétence :

Notation sur 5 points le classement au sein de l'enceinte :

Exemple : si 1 enceinte de 5 tireurs : vainqueur de la poule : 5 points (2^{ème} :4.5 ; 3^{ème} :4...).

5 points seront attribués pour les rôles sociaux : ici arbitrage principalement.(cf. évaluation « critérié »)

Déplacement de l'arbitre : 1.5 points.

Connaissance des commandements et des recommandations : 1.5 points.

Interventions pendant l'assaut : 2 points.

Entre 1 et 2 points : peu d'autorité, ne se déplace pas correctement (loin des tireurs ou les gêne) ; n'intervient pratiquement pas (seulement sur les touches trop puissantes) ; les commandements ne sont pas maîtrisés.

Entre 2 et 3 points : tous les commandements sont respectés, mais les interventions restent timides (puissance et armé), et les déplacements ne sont pas maîtrisés.

Entre 3 et 5 points : intervient avec autorité et de façon opportune (puissance, pivot, armé, distance, coups interdits) ; suit les tireurs « en triangle » et à bonne distance.

10 points sont répartis pour l'acquisition des capacités :

Sur un assaut de 1'30 à 2 minutes :

La protection, les parades : 0.5pt par parade effectuée (bloquée ou par opposition).Maximum :4 points.

Les touches en poings (contrôlées et valides) :0.5pts par touche. Maximum 2. Points.

Les touches en pieds (contrôlées et valides) 0.5pts par touche en fouetté. Maximum 2 points.
0.5pts par touche en chassé. Maximum 2 points.

Capacités de niveau 2 en gras les prioritaires:

-Pouvoir réaliser des enchaînements variés (« pieds poings », « pieds pieds », « pieds poings pieds » ...) pour marquer des points.

-Pouvoir parer et/ou esquiver pour ne pas être touché et toucher.

-Pouvoir arbitrer et juger pour faire respecter les règles et désigner un vainqueur.

-Pouvoir seconder un partenaire.

-Pouvoir se déplacer pour ne pas être touché et toucher.

-Pouvoir s'adapter sur le plan technico/tactique en fonction d'informations données par autrui sur les points forts et faibles de l'adversaire.

-Pouvoir toucher de façon réglementaire en revers pour marquer des points.

-Pouvoir toucher de façon réglementaire en coup de pied tournant pour marquer des points.

-Pouvoir toucher règlementairement en crochet.

Situation de référence : idem niveau 1, avec la mise en place d'enceinte plus grande (5m x 5m).En assaut libre il y a deux reprises de 1minute 30 avec repos de 1minute.

Exemple d'évaluation de type « critériée » 2^{ème} cycle, 2^{ème} niveau de compétence.

3 à 4 points pour la prise en compte du classement: idem niveau 1 au regard du classement.
De 4 à 1 point puisque le jugement devrait être plus juste.

Sur 9 ou 10 points Les capacités:

a) Protection active du tireur sur 4,5 points :

Entre 0 et 2 points : le tireur est touché souvent ou pare de façon passive en protection par opposition.

Entre 2 et 4.5 points : le tireur pare de façon active : il bloque, il chasse...et il se déplace du bon coté ...ou il esquive.

b) Enchaînement en attaque sur 4.5 points :

Entre 0 et 2 points : le temps de réaction est important, les enchaînements sont peu efficaces et la boxe n'est pas toujours à distance ; les touches ne sont pas variées.

Entre 2 et 4.5 points : le boxeur réagit vite...et il enchaîne à distance...et il varie ses enchaînements (pied poing et poing pied).

5 à 6 points : capacités à arbitrer et juger :

L'arbitrage :

Entre 0 et 1 point : peu d'autorité, ne se déplace pas correctement et/ou gêne les boxeurs ; les commandements sont partiels, peu d'intervention.

Entre 1 et 2 points : commandements respectés mais les interventions restent timides.

Entre 2 et 3 points : sanctionne les fautes, se déplace bien, demande des avertissements protège les tireurs.

Le jugement :

Entre 0 et 1 point : la fiche est mal remplie ; le juge ne peut se justifier.

Entre 1 et 2 points : la fiche est correctement remplie, le juge sait justifier sa note technico-tactique.

1 à 2 points : capacité à conseiller :

Comme pour l'arbitre et le juge, cette compétence sera évaluée en cours de formation en prenant en compte la pertinence des propos de guidage au cours de la minute de repos en SR par exemple.

Idée de deux niveaux de conseils :

Le premier qui prend en compte la motricité du tireur observé.

Le deuxième qui prend en compte en plus la motricité de l'adversaire rencontré, en termes de guidage technico/tactique.

Exemple d'évaluation de type « quantifié » :

Classement : idem. 3/5pts

Connaissances, capacités rôles sociaux : idem.5/6pts

Maîtrise d'exécution : 9 points.

Protection active : parade chassée donnant lieu à une riposte : 0.5 pts par parade effectuée ; maximum : 2 points.

Esquive donnant lieu à une riposte : 0.5pts par esquive ; maximum 1 point.

Touche en revers : 0.5 pts par touche réussie ; 2 points maximum.

Enchaînement simple : 1 point par enchaînement réussi ; maximum 4 points.

Evaluation capacités niveau 1 de compétence

Noms des tireurs		
Parades 0.5, max 4pts		
Touches en poings 0.5, max 2pts		
Touches en fouettés 0.5, max 2pts		
Touches en chassés 0.5, max 2pts		
Note sur 10		

Arbitre : Nom :

Note sur 5 :

Evaluation capacités, niveau 2 de compétence.

Noms des tireurs		
Parades chassées 0.5 Max 2 pts		
Esquives 0.5 Max 1 pt		
Enchaînements 1 pt Max 4 pts		
Touches revers 0.5 Max 2pts		
Note sur 9 points		

Arbitre : Nom :

Note :

Juge1 :

Note :

Juge 2 :

Note :

Juge3 :

Note :

Autre exemple d'évaluation boxe française savate.
Niveau 1 de compétence.

Tireur :

	Touches armées avec pivot	Contrôle des touches Distance	Variété armes, segment et lignes.	Protection
Fautes				
	0-1-2-3-4-5	0-1-2-3-4-5	0-1-2-3-4-5	0-1-2-3-4-5

Note sur 10 points sur les capacités ciblées.

Arbitrage : 0-1-2-3-4-5 (déplacement, vocabulaire/commandements, interventions)

Evaluation de l'arbitre.

Nom:

Arbitrage : 5 points.

Déplacement : 3 points.

Vocabulaire /Commandements : 3 points

Interventions : 4 points.

(Note ramenée sur 5 points).

Classement dans la poule sur 5 points

Niveau 2 de compétence.

Tireur :

	Contrôle Des touches (pivot, armé, distance, puissance)	Déplacement/décalage	Variété des enchainements.	Protection active
Fautes				
	0-1-2-3-4-5	0-1-2-3-4-5	0-1-2-3-4-5	0-1-2-3-4-5

Note sur 10 points sur les capacités ciblées.

Arbitrage sur 3 points

Conseiller : 2 points

Classement dans la poule sur 5 points

Trames de cycle en savate boxe française.

Pour un premier niveau de compétence :

S1 : objectif : découverte de l'activité au travers de situations ludiques.

Le salut ; les touches en pied (chassé et fouetté), construction de la garde spécifique ;
appréhension du rôle d'arbitre.

S2 : objectifs : fin de découverte des touches(en poing, direct), construction du rôle d'arbitre.

S3 : objectif : mise en SR par niveau d'habileté, construction du rôle de juge.

S4 : objectif : découverte des parades par opposition et bloquées et des esquives simples sur touches en pied médiane, et en direct. (Possibilité de démarche expérimentale) Organisation d'un déplacement en rotation.

S5 : objectif : idem + renforcement des touches en pied au regard des phases d'armé et de pivot, et de réarmé.

S6 : objectif : évaluation formative en SR, et mise en projet individuel en s'appuyant sur l'analyse des fiches d'observation.

S7 et S8 : travail différencié en adéquation avec les projets des élèves : la protection, l'attaque, le rôle d'arbitre...

S9 : évaluation terminale en SR.

S10 : tournoi par équipe.

Pour un 2^{ème} niveau de compétence :

S1 : objectifs : hiérarchisation de la classe par niveau d'habileté. Révision des touches pied et poing. Rappel sur l'arbitrage et le jugement.

S2 : objectifs : découverte du revers et du crochet. Travail sur les enchaînements pieds/pieds, poings/pied, et pied/poing, en s'appuyant sur des propositions d'élèves.

S3 : objectif : élaboration de la riposte à partir d'une parade chassée ou d'une esquive latérale sur touches en pied.

S4 : objectif : construction des parades et des esquives sur les autres touches.

S5 : objectifs : renforcement des rôles d'arbitre et de juge. Appréhension du rôle de second.

S6 : objectif : évaluation formative en SR, avec mise en projet des élèves au regard des fiches d'observation.

S7 et S8 (et S9 ?) : travail spécifique et différencié en fonction des projets : les enchaînements, le revers, la riposte depuis une parade chassée ou une esquive, les rôles sociaux

S9/S10 : Evaluation terminale. Tournoi par équipe.

Savate : fiches de jugement en scolaire niveau 1.

	1 ^{er} tireur :	2 ^{ème} tireur :
Touches en pieds X 2	+	+
Touches en poings	+	+
Pénalités	-	-
Total :		

	1 ^{er} tireur :	2 ^{ème} tireur :
Touches en pieds X 2	+	+
Touches en poings	+	+
Pénalités	-	-
Total :		

	1 ^{er} tireur :	2 ^{ème} tireur :
Touches en pieds X 2	+	+
Touches en poings	+	+
Pénalités	-	-
Total :		

	1 ^{er} tireur :	2 ^{ème} tireur :
Touches en pieds X 2	+	+
Touches en poings	+	+
Pénalités	-	-
Total :		

Savate : fiche de jugement en UNSS.

Savate boxe française UNSS	Rencontre en assaut							
Juge	Nom :				Signature :			
Nom des tireurs								
Coin	ROUGE				BLEU			
Notation	Tech et tact	Touches	Total (max 6)	Aver	Tech et tact	Touches	total (max 6)	Aver
Avertissement Minoration								
Totaux								
Décision								

Egalité : 2/2 ; Gagné : 3/2 ; Dominé : 3/1. (Pour la note technico / tactique, et pour les touches).

Pour chaque avertissement : -1 points sur le total (note technico tactique + note de touche).

Fiche de pointage des touches.

Tireur coin rouge	Tireur coin bleu
Total :	Total :

Code : 4 points si touche ligne haute (tête) avec les pieds.
 2 points si touche ligne médiane (tronc) avec les pieds.
 1 point si touche ligne basse (membre inférieur) avec les pieds.
 1 point si touche avec les poings. (2 points maximum sur un enchaînement de touches en poings).

Des principes et des Logique d'enchaînement :

- 1) Sortir coté dos de l'adversaire après une esquive ou une parade.
- 2) Ne pas rompre totalement la distance après une esquive ou une parade pour rester à distance, et pouvoir toucher à tout moment.
- 3) Finir l'enchaînement par un chassé ou un direct, une arme à trajectoire rectiligne, afin de rendre la remise ou riposte ou l'initiative plus difficile pour l'adversaire.
- 4) Décaler ou déborder pour toucher en pieds après un enchaînement poing (afin de toucher à distance)
- 5) Toucher en bas pour finir en haut
- 6) Cadrer son adversaire

Adaptation technico-tactique à différents types d'adversaires :

Exemples avec 7 scénarios possibles :

- 1) Adversaire qui fait pression :

Solutions : rester mobile en privilégiant les déplacements latéraux, utiliser les coups d'arrêts, des contres, et enchaîner pas des contres attaques

- 2) Adversaire organisé par je ne suis pas touché et je touche, profil de contre-attaquant

Solutions : allonger le temps réaction adverse par une augmentation de l'incertitude des attaques (boxe variée, changement de rythme), feinter le, moment, l'arme, la cible, pour faire déclencher l'adversaire dans le vide et attaquer ...prendre la logique adverse.

- 3) Adversaire qui a une garde contraire

Solutions : se déplacer à l'opposé des armes arrières, tourner coté dos, utiliser en priorité ses segments arrières.

- 4) Adversaire qui possède une allonge supérieure

Solutions : Casser la distance, rentrer sur les touches circulaires, et décaler sur les touches rectilignes.

- 5) Adversaire qui possède une allonge inférieure

Solutions : Maintenir à distance avec les touches directes, et se remettre à distance longue après chaque échange.

- 6) Adversaire qui est fort aux poings

Solutions : Mobilité importante pour ne pas se faire cadrer, ne pas enclencher par des touches circulaires, privilégier les touches directes. Désorganiser les appuis adverses, viser la jambe avant, doubler en ligne basse, utiliser le coupe de pied de frappe de déséquilibre.

- 7) Adversaire qui est fort aux pieds

Solutions : Etre mobile, casser la distance, faire pression, toucher sa jambe d'appui, utiliser les parades chassés pour le déséquilibrer, rentrer sur les coups de pieds circulaires.

Bibliographie :

-Code fédéral.

-Mémento formation FFBF et DA.

-Boxe Française « apprentissage et enseignement » Pascal Legrain. 1998

-Revue EPS :n° 237 ; ;250 ; 253 ; 255 ; 258 ; 263 ; 273 ;280 ;281 ; 286 ; 291 ;293 ; 305 ; 309

