



## Conduire et maîtriser un affrontement individuel

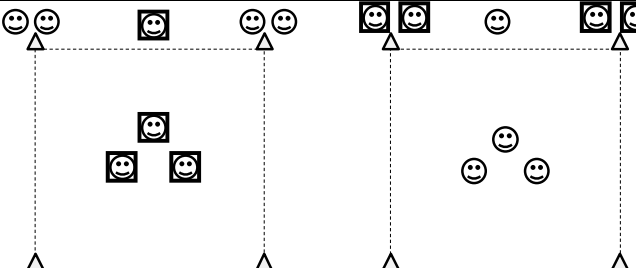
### Activités physiques de combat

### Boxe Française \_ Niveau 1

### Compétences attendues

	<p>S'engager loyalement dans un assaut, en rechercher le gain tout en <b>contrôlant ses touches</b> et en <b>maîtrisant la distance</b> pour <b>toucher sans être touché</b>.</p> <p>Assurer le comptage des points et le <b>respect des règles de sécurité</b>.</p>	
---	--	---

### Situation de référence

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 surfaces, 2 poules par surface</li> <li>• 4 élèves par poule, poules de niveaux</li> <li>• 3 matchs par élève</li> <li>• Temps de l'assaut : 1min à 1 min 30</li> <li>• 2 combattants, 1 arbitre, 4 juges, 1 arbitre assistant</li> </ul>
---	--



### Performance Niveau 1 / 6

<b>Gain des rencontres</b>	<b>1 pt</b>	<b>1.5 pts</b>		<b>2 pts</b>		
	Match perdu	Match nul		Match gagné		
<b>Niveaux des poules</b>	<b>0,5 pt</b>	<b>1 pt</b>	<b>1,5 pt</b>	<b>2 pts</b>		
	Poule 1	Poule 2	Poule 3	Poule 4		
<b>Efficacité p/r thème de combat_toucher sans être touché</b>						
<b>Rapport entre le nombre de touches données et reçues / 2</b>						
<b>Pts</b>	<b>2</b>	<b>1,75</b>	<b>1,5</b>	<b>1,25</b>	<b>1</b>	<b>Pts</b>
<b>A</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>B</b>
<b>B</b>	<b>(-) 25%</b>	<b>25%</b>	<b>50%</b>	<b>75%</b>	<b>100%</b>	<b>A</b>
<b>Pts</b>	<b>0</b>	<b>0,25</b>	<b>0,5</b>	<b>0,75</b>	<b>1</b>	<b>Pts</b>

### Investissement Niveau 1 / 5

<b>2</b>	<p>Connait le vocabulaire spécifique et les règles de sécurité</p> <p>Respecte l'arbitre, le protocole d'arbitrage et le règlement</p> <p>S'engage avec fair-play lors de l'assaut avec n'importe quel partenaire</p>
<b>2</b>	<p>S'acquitte des taches d'observation avec sérieux</p> <p>Interprète et communique les résultats en vue d'aider ses camarades à progresser</p>
<b>1</b>	<p>Prends en compte les informations données par les observateurs, les partenaires ou l'enseignant pour optimiser son action ind ou collective</p>

## Maitrise Niveau 1 / 9

	<b>Non Acquis</b>	<b>En Voie d'A</b>	<b>Acquis</b>
<b>Sécurité</b> 	0_1 pt Touches illégales Peu ou pas de contrôle de la puissance des touches	1_1,5 pt Quelques rares touches manquent de contrôle de la puissance (touches ). Quelques rares touches illégales (situations accidentelles pendant l'assaut).	1,5_2 pts Aucune intention de porter les touches. La puissance des touches est contrôlée. Quelques touches illégales accidentelles avec puissance contrôlée
<b>La Garde</b> 	0_0,25 pt Peu ou pas de garde Gants en position basse. Protection minimum	0,25_0,75 pt Respecte les consignes de garde au début du combat (baisse sa garde après quelques échanges). Baisse sa garde sur ses tentatives de touches avec les jambes.	0,75_1 pt Respecte les consignes de garde, la plus grande partie du combat.
<b>Distance de touche</b> 	0_0,25 pt Peu ou pas de touches données à distance (tentative de touche dans le vide ou touche avec les segments pliés).	0,25_0,75 pt Quelques touches sont données à distance.	0,75_1 pt La plupart des touches sont données à distance
<b>Equilibre pendant les touches</b>	0_0,25 pt Peu ou pas de touches armées et équilibrées	0,25_0,5 pt Quelques touches sont armées et équilibrées	0,5_0,75 pt La plupart des touches sont armées et équilibrées
<b>Rythme de l'assaut</b>	0_0,25 pt Subit le rythme de l'assaut imposé par son adversaire	0,25_0,5 pt Imprime avec son adversaire le rythme de l'assaut	0,5_0,75 pt Impose le rythme de l'assaut à son adversaire
<b>En attaque</b> 	0_1 pt Peu ou pas d'action d'attaque. Refuse le combat. Repousse son partenaire avec les deux gants	1_1,5 pt Attaque désordonnée. Attaques répétitives Peu ou pas de variations dans les attaques	1,5_2 pts Attaque placée Attaque en première intention Attaques variées pieds et poings. Peu ou pas d'enchaînement
<b>En défense</b> 	0_1 pt Peu ou pas de défense Reste à distance de touche. Fuit le combat, se retourne quelques fois. Sort de la surface de combat	1_1,5 pt Défense en déplacement, esquive les touches. Reculé ou tourne pour éviter d'être à distance de touche. Sort quelques fois de la surface de combat	1,5_2 pts Défense en déplacement avec parade Reculé et/ou tourne pour éviter d'être à distance de touche Pare les touches lorsque son adv est à distance