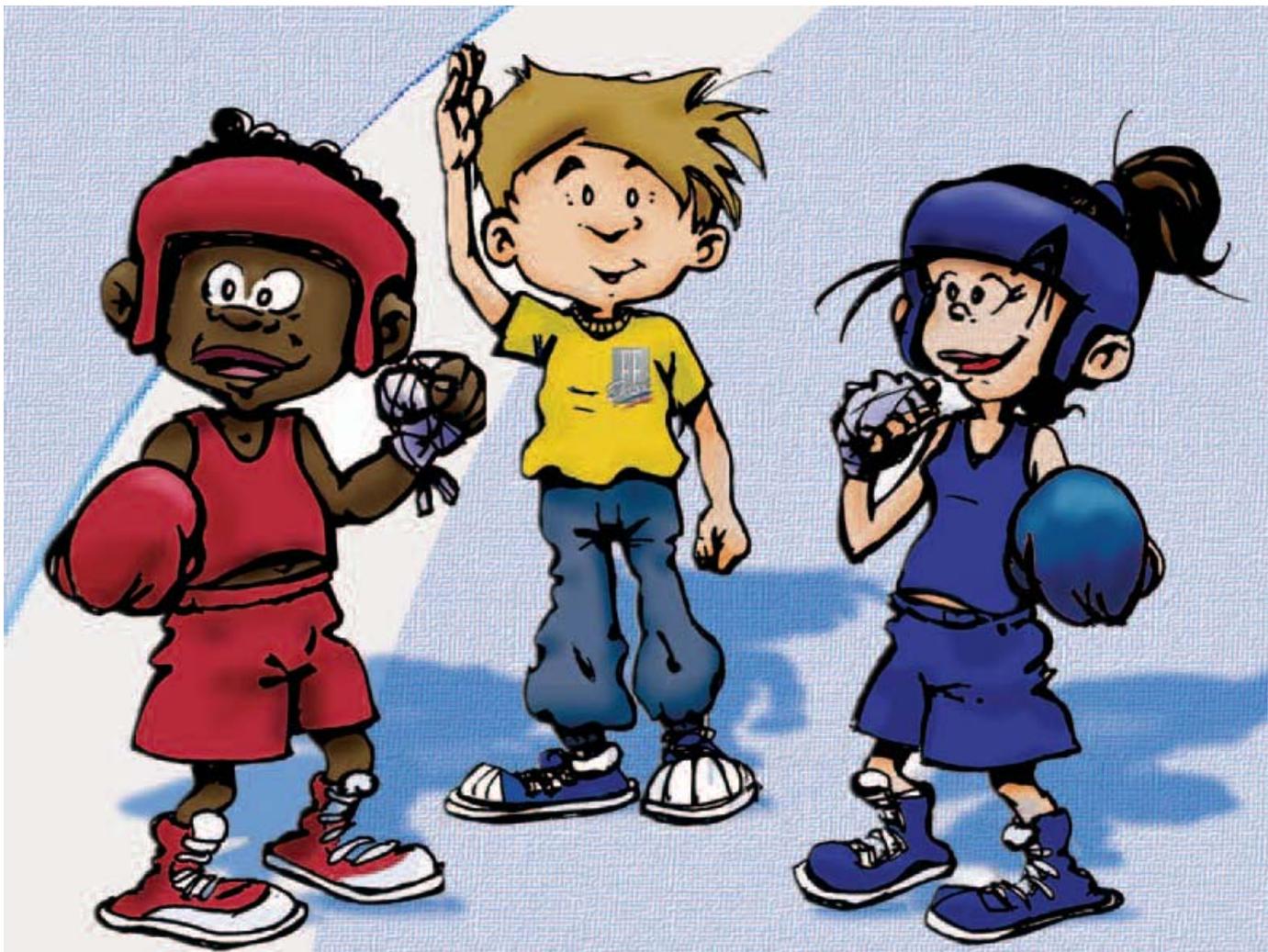


# Projet pédagogique cadre

## « Boxe éducative »



*Projet partenarial entre les Ecoles de Frais-Vallon et  
Direction de la Jeunesse de la ville de Marseille*

# **ORGANISATION GENERALE**

## **Présentation du projet :**

Le projet sportif de boxe à des fins éducatives fonctionne actuellement sur l'école Rose Frais-Vallon Nord.

Cette activité pratiquée dans le gymnase dévolu à l'école est basé sur un partenariat étroit entre l'école et la Direction de la jeunesse de la ville de Marseille. Cette coopération est en vigueur depuis plusieurs années et remporte l'adhésion de l'équipe éducative en place.

## **Modalité de mise en œuvre :**

Le gymnase est utilisé par les classes de l'école qui disposent d créneaux de 1 heure entre 9h00 et 11h30 pour la matinée et entre 14h00 et 16h30 pour l'après-midi.

L'activité se déroule dans l'enceinte du gymnase et reste sous la responsabilité de l'enseignant, seul maître d'œuvre du projet en terme de contenu et de déroulement.

Au cours de chaque séance, grâce au concours de la direction de la jeunesse et des sports de la ville de Marseille, l'enseignant a la possibilité, s'il le souhaite, d'être assisté par 1 ou 2 éducateurs sportifs titulaires d'un brevet d'état boxe ou multisports. Les éducateurs sportifs étant sous la responsabilité de M. Julien GELIN.

12 classes participent à ce projet de boxe éducative : 4 CE2, 3 CM1, 1 CM1/CM2 et 3 CM2.

L'activité boxe se déroulera du mois de septembre jusqu'au mois de décembre, soit 14 séances pour chaque classe.

## **REFERENCE BIBLIOGRAPHIQUES :**

- « La boxe éducative : 200 jeux et situations pédagogiques », FFBoxe, éditions Amphora sports.
- « Règlement boxe éducative assaut BEA », FFBoxe, UNSS.

# **LE MODULE D'APPRENTISSAGE**

## PRESENTATION DU MODULE D'APPRENTISSAGE

Ce module d'apprentissage comprend 14 séances au cours desquelles vont être successivement appréhendés :

- le mode de fonctionnement qui sera proposé à chaque séance (S1)
- les 6 thématiques afférentes à l'activité (S2 à S13)
- le réinvestissement des acquis dans le cadre de la mise en œuvre d'un petit tournoi (S14)

N° de la séance	Objectif de la séance
Séance 1	Découverte du fonctionnement de chaque séance (partie « ateliers » et « Assaut »)
Séance 2 / 3	<u>Thématique 1</u> : le contrôle de soi et le cadre règlementaire
Séance 4 / 5	<u>Thématique 2</u> : la préparation de l'attaque
Séance 6 / 7	<u>Thématique 3</u> : l'attaque
Séance 8 / 9	<u>Thématique 4</u> : la défense
Séance 10 / 11	<u>Thématique 5</u> : la contre-attaque
Séance 12 / 13	<u>Thématique 6</u> : le contre
Séance 14	<u>Réinvestissement des acquis</u> : <ul style="list-style-type: none"><li>- l'aptitude à assumer les différents rôles sociaux abordés au cours du module d'apprentissage</li><li>- la connaissance du cadre règlementaire</li><li>- le degré de maîtrise technique et tactique de l'activité</li></ul>

## THEMATIQUES ET CONTENUS

Il s'agit de préciser les contenus qui seront abordés dans le module.

Intitulé de la thématique	Les contenus
<i><b>Le contrôle de soi et le cadre règlementaire</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Etre capable de toucher son adversaire :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- maîtrise des touches</li> <li>- toucher avec la partie autorisée des poings</li> </ul> </li> <li>• <b>Accepter la confrontation :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- accepter les touches</li> <li>- respecter le face à face</li> <li>- ne pas baisser la tête</li> <li>- ne pas se limiter à une protection stérile</li> </ul> </li> <li>• <b>Respecter le cadre règlementaire</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- connaissance du règlement</li> <li>- respect du règlement</li> <li>- arbitrer</li> <li>- juger</li> </ul> </li> </ul>
<i><b>La préparation de l'attaque</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Savoir préparer ses attaques :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- toucher à coup sûr du poing avant gauche</li> <li>- toucher à coup sûr du poing avant droit</li> <li>- toucher à coup sûr du poing arrière gauche</li> <li>- toucher à coup sûr du poing arrière droit</li> </ul> </li> </ul>
<i><b>L'attaque</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Savoir attaquer :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- toucher en variant ses poings d'attaque</li> <li>- toucher en variant ses cibles</li> <li>- toucher sur enchaînement à 2 touches</li> <li>- toucher sans se faire toucher</li> </ul> </li> </ul>
<i><b>La défense</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Savoir défendre :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- savoir défendre avec ses déplacements</li> <li>- savoir défendre avec ses membres supérieurs</li> <li>- savoir défendre en esquivant</li> </ul> </li> </ul>
<i><b>La contre-attaque</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Savoir contre-attaquer :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ne pas se faire toucher</li> <li>- toucher en contre-attaque</li> </ul> </li> </ul>
<i><b>Le contre</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Savoir contrer :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ne pas se faire toucher</li> <li>- toucher en contre</li> </ul> </li> </ul>

## Fiche d'évaluation individuelle

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

<b><i>Le contrôle de soi et le cadre règlementaire</i></b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Etre capable de toucher son adversaire</b>	Maîtrise ses touches					
	Touche avec la partie autorisée					
<b>Accepter la confrontation</b>	Accepte les touches					
	Respecte le face à face					
	Ne baisse pas la tête					
	Ne se limite pas à une protection stérile					
<b>Respecter le cadre règlementaire</b>	Connait le règlement					
	Respecte le règlement					
	Sait arbitrer					
	Sait juger					
<b><i>La préparation de l'attaque</i></b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Savoir préparer ses attaques</b>	Touche à coup sûr du poing avant gauche					
	Touche à coup sûr du poing avant droit					
	Touche à coup sûr du poing arrière gauche					
	Touche à coup sûr du poing arrière droit					
<b><i>L'attaque</i></b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Savoir attaquer</b>	Touche en variant ses poings d'attaque					
	Touche en variant ses cibles					
	Touche sur enchaînement à 2 touches					
	Touche sans se faire toucher					
<b><i>La défense</i></b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Savoir défendre</b>	Sait défendre avec des déplacements					
	Sait défendre avec ses membres supérieurs					
	Sait défendre en esquivant					
<b><i>La contre-attaque</i></b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Savoir contre-attaquer</b>	Ne se fait pas toucher					
	Touche son adversaire en contre-attaque					
<b><i>Le contre</i></b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Savoir contrer</b>	Ne se fait pas toucher					
	Touche son adversaire en contre					

# **UN EXEMPLE DE SEANCE**

## UN EXEMPLE DE SEANCE

<b>Domaine d'activité :</b> EPS (Boxe éducative)	<b>Thématique de la séance :</b> La contre-attaque  <u>Références :</u> La boxe éducative, 200 jeux et situations pédagogiques	<b>Niveau et nombre d'élèves :</b>	
<b>Objectifs :</b> - appréhender la notion de contre-attaque - assumer les différents rôles sociaux	<b>Compétences visées :</b> - être capable d'exploiter l'attaque adverse pour toucher après s'être défendu - être capable de remplir le rôle de juge, d'arbitre, de boxeur, chronométreur...		
<i>Déroulement</i>	<i>Mode d'organisation</i>	<i>Matériel</i>	<i>Critères de réussite</i>
<b>L'échauffement</b>	- Classe entière sur la moitié du gymnase  - Durée 10 à 15 minutes		Avoir correctement échauffé les muscles et parties du corps qui vont être sollicités
<b>La mise en activité</b>  <b>« Assaut » + Ateliers</b>	<u>½ classe sur le ring</u>  - « Situation d'assaut thématique de référence ».	- boxeurs : gants, chasubles - Autres : sifflet, chronomètre, bulletins juges, tables, chaises	- respect du cadre réglementaire - remplir correctement la fonction attachée au rôle social assumé
	<u>½ classe sur les ateliers</u>  Mise en place de petits jeux (binôme) visant à développer la maîtrise de la thématique abordée dans la séance : - le cerceau ; le variateur ; la tentation ; le visiteur ; l'encerclé  Dans chaque binôme, en alternance, l'un attaque et l'autre contre-attaque.	- 3 cerceaux - gants (x12) - craies pour tracer les lignes au sol	Précisé pour chaque atelier
<b>Étirements</b>	- Classe entière sur la moitié du gymnase  - Durée 5 à 10 minutes		Se relâcher et étirer l'ensemble des muscles sollicités pour éviter les crampes

# **TRAVAIL EN SITUATION :**

## **ASSAUT « Contre-attaque » de référence.**

### **Définition :**

La contre-attaque comprend deux temps : une phase défensive suivie d'une phase offensive. L'élève est le deuxième en action. Il exploite l'attaque pour toucher après s'être défendu.

### **Evaluation :**

L'élève contre-attaque pendant 3x1 minute en changeant d'adversaire à chaque round.

Les adversaires ont pour consigne d'attaquer sur une touche. On évalue le nombre de contre-attaques réussies.

Une contre-attaque est considérée réussie si et seulement si l'élève ne se fait pas toucher et touche son adversaire immédiatement après.

*Cf : tableau d'évaluation individuel*

### **Variables :**

Pour simplifier la tâche du contre-attaquant :

- Interdire l'adversaire de feinter.
- Interdire l'adversaire d'enchaîner.
- Interdire l'adversaire de se protéger avec les poings...

Pour complexifier la tâche du contre-attaquant :

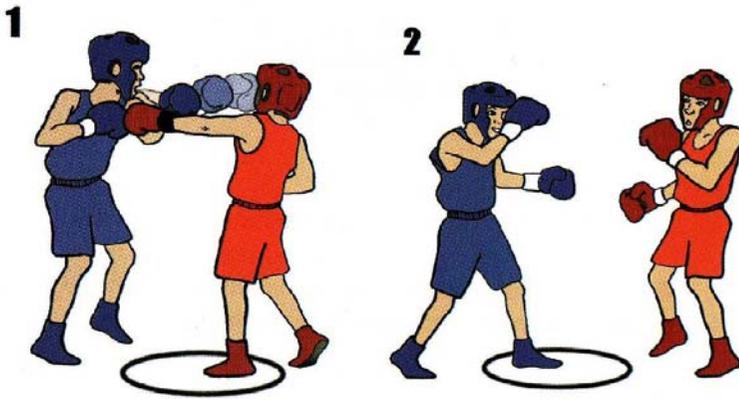
- Limiter les cibles.
- Lui imposer de contre-attaquer avec son poing faible.
- Limiter son espace de pratique...

# TRAVAIL EN ATELIER :

Les élèves par deux réalisent un certain nombre de jeux relatifs à la thématique abordée. Deux exemples de situations extraits

### LA CONTRE-ATTAQUE

#### Le Cerceau



**1** **2**

**Matériel** Un cerceau pour deux boxeurs.

**But** Gagner le territoire et/ou chercher à le conserver.  
Être le boxeur rouge à la fin du temps imparti.

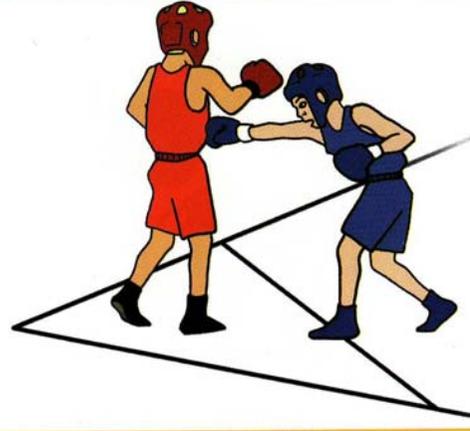
 Il est contre-attaquant.  
Il boxe avec un pied à l'intérieur du cerceau.

 Il doit toucher son adversaire sans se faire contre-attaquer.  
S'il y parvient, les rôles s'inversent (il devient boxeur rouge).

**Variantes** 1 : L'officiel arrête le temps à l'improviste.  
2 : Le boxeur rouge a les deux pieds dans le cerceau.

### LA CONTRE-ATTAQUE

#### Le Visiteur



**Matériel** Une ligne tracée au sol dans le coin du ring.

**But** Contre-attaquer de près dans un espace réduit.  
Avoir le plus de points en 1 minute.

 Il a les deux pieds dans le triangle.  
Il contre-attaque et marque :  
• 3 points s'il réussit sans avoir été touché,  
• 1 point s'il se fait toucher mais touche en contre-attaque.

 Il attaque au minimum toutes les 10 secondes en mettant un pied dans le triangle.  
Il marque 1 point s'il touche sans se faire contre-attaquer.

**Variantes** 1 : Le boxeur bleu change de pied après chaque attaque.  
2 : La taille du triangle est diminuée.

# **LA SITUATION DE REFERENCE**

# SITUATION DE REFERENCE

Cette situation est décrite au travers du cadre réglementaire de l'assaut en « boxe éducative »

## Préambule :

A la différence du combat où la puissance de la frappe constitue un atout majeur permettant la mise hors combat de l'adversaire, en boxe éducative, les élèves doivent s'imposer uniquement par leurs qualités techniques et tactiques.

Ainsi, l'élève ne doit pas chercher à frapper l'adversaire mais seulement à le toucher ce qui implique une maîtrise totale de l'impact.

Définition de la touche : c'est la capacité à atteindre son adversaire sans lui faire mal.

Cadre réglementaire : Il est le garant de la sécurité et de la pratique en bonne intelligence de l'activité. Toute entorse à ce cadre devra être sanctionnée.

## **1. Le face à face :**

Tout au long de l'assaut, les boxeurs doivent demeurer face à face

→ un boxeur qui tourne le dos à son adversaire ou baisse la tête (visage face au sol) sera sanctionné.

## **2. Le ring :**

c'est un carré de 5 à 6m de côté délimité par des rangées de cordes.

## **3. Les rounds :**

→ durée  $\cong$  1m30s

→ un combat dure 3 rounds

→ entre 2 rounds, le boxeur regagne son coin 1 min

## **4. Les touches :**

→ délivrées uniquement avec le poing fermé

→ pas de touche au visage et sous la ceinture

## **5. Les cibles :**

→ uniquement le torse.

## **6. L'attitude :**

Il est interdit de :

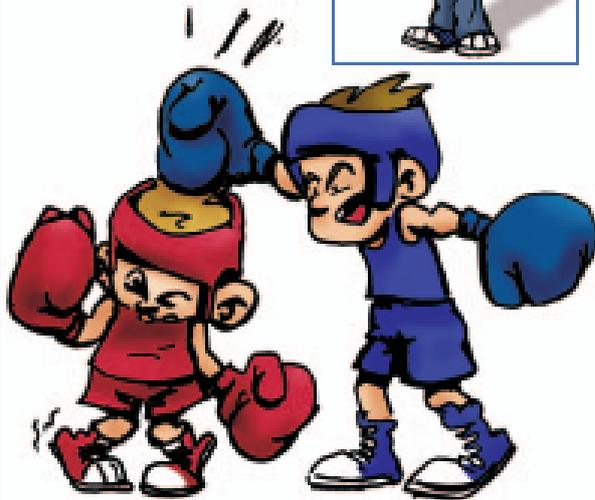
→ tenir ou pousser

→ toucher en sautant

**Remarque :** chaque faute devra être sanctionnée et pourra si elle est intentionnelle justifier la disqualification immédiate du boxeur qui l'a commise.

## En **Boxe Educative Assaut**, il est interdit :

➔ De toucher avec la partie non autorisée des poings.



➔ De tourner le dos à son opposant.



➔ De baisser la tête (visage face au sol).



➔ De toucher une cible interdite.



➔ De parler en boxant

*bla bla bla bla  
bla bla bla  
bla bla bla bla  
bla ...*



➔ De tenir ou de pousser.



➔ De toucher en sautant.



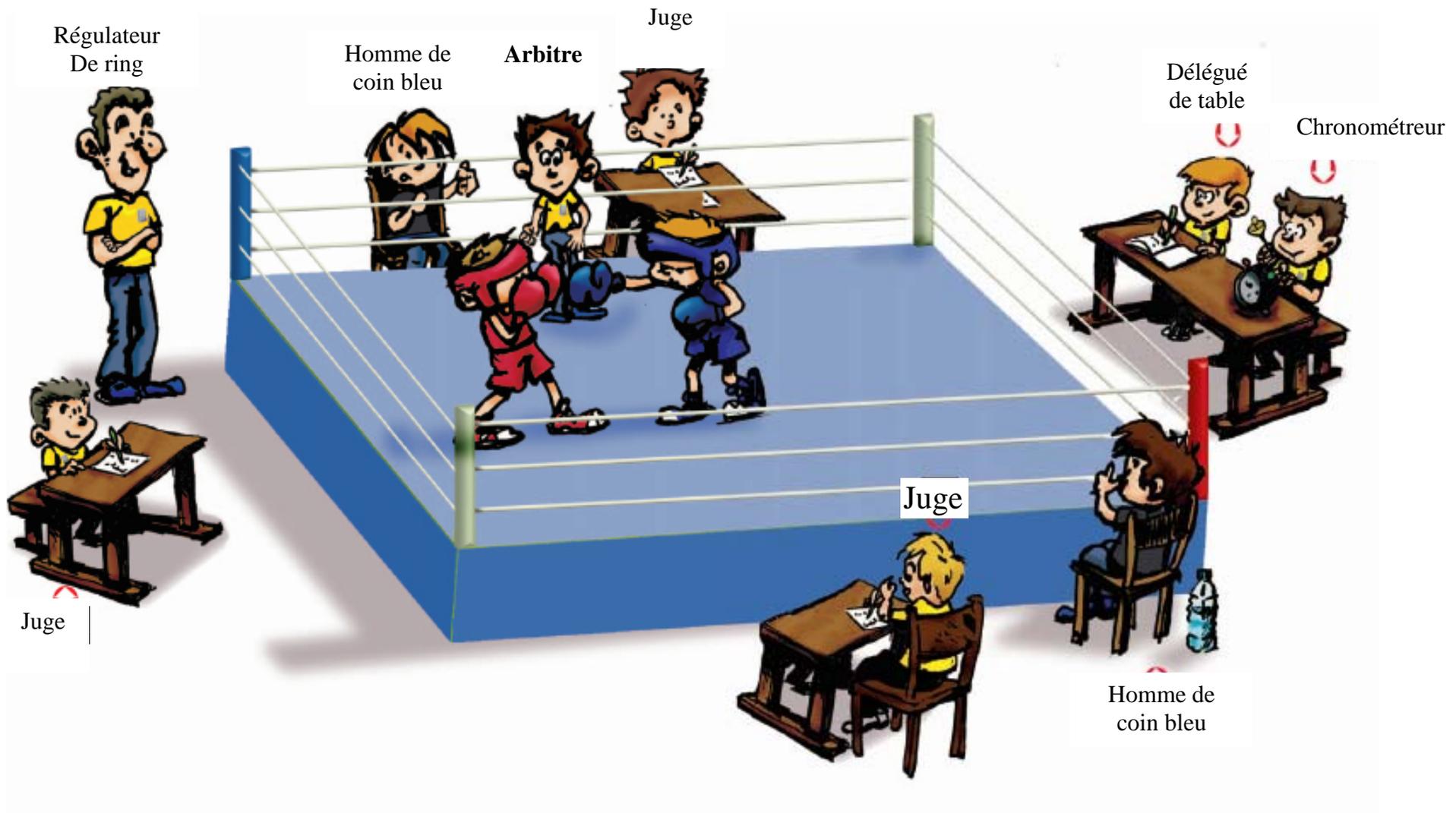
➔ D'attaquer l'adversaire de façon désordonnée sans aucun souci défensif.



➔ D'avoir un comportement antisportif.



# Rencontre en boxe éducative assaut



## Bulletin de jugement

1 <sup>ère</sup> faute commise par le boxeur : rouge / bleu			
reprise	<b>Boxeur rouge</b>	<b>Boxeur bleu</b>	
1			
	total 1 <sup>ère</sup> rep		total 1 <sup>ère</sup> rep
2			
	total 1 <sup>ère</sup> + 2 <sup>ème</sup> rep		total 1 <sup>ère</sup> + 2 <sup>ème</sup> rep
3			
	total 1 <sup>ère</sup> + 2 <sup>ème</sup> + 3 <sup>ème</sup> rep		total 1 <sup>ère</sup> + 2 <sup>ème</sup> + 3 <sup>ème</sup> rep
<u>Vainqueur (rouge ou bleu):</u>			Nom du juge :
<u>Décision :</u> G.P. / G.Disq. / G.Ab. (Disq = disqualifié, Ab = abandonné)			
<u>En cas d'égalité au score final, privilégier :</u> <b>1. le boxeur qui a le moins de points de pénalité, 2. le boxeur qui n'a pas été sanctionné le premier, 3. le boxeur le plus jeune</b>			

## Explication des différents rôles sociaux mis en place au cours de l'activité « Assaut »

<b>Rôle social</b>	<b>définition</b>	<b>nbre</b>	<b>matériel</b>
Chronométrateur	1. Il s'assure de la durée de chaque round en donnant le signal du début et de la fin de chaque reprise en sifflant. 2. Il arrête le chronomètre sur de mande de l'arbitre.	1	- 1 chaise - 1 chronomètre
Arbitre	1. Il veille à la sécurité permanente des 2 boxeurs pour cela, il doit repérer et sanctionner l'élève fautif. 2. Il donne 2 commandements : - « stop » = arrêt immédiat des boxeurs - « boxe » = début de la reprise ou après un « stop » 3. Il désigne le vainqueur en levant son bras.	1	
juge	1. Il comptabilise les points de chaque boxeur. 2. Il mentionne les pénalités données aux boxeurs par l'arbitre.	3	- 3 tables - 3 chaise - 3 bulletins de jugement
Boxeurs	1. Ils doivent avoir une tenue réglementaire. 2. Ils doivent boxer face à face.	2	- 1 paire de gants par boxeurs
Régulateur du ring	1. Il comptabilise les points de pénalités. 2. Il réceptionne les bulletins des juges pour pouvoir désigner le vainqueur.	1	
Hommes de coin	1. Ils encouragent leur boxeur respectif. 2. Ils donnent des conseils aux boxeurs.	2	- 2 chaises

### Remarques :

1. Les différents rôles sociaux assumés par les élèves doivent leur permettre d'appréhender l'activité dans son ensemble : sa spécificité , son cadre réglementaire mais aussi son organisation.

2. L'enseignant, responsable, devra veiller à ce que chacun des élèves soit en mesure d'assurer ces différents rôles. Ce qui implique qu'il en connaisse la définition et les contraintes.

# **RÔLES DES INTERVENANTS ET DE L'ENSEIGNANT**

## REPARTITION DES RÔLES

L'intervenant est un **spécialiste de la discipline** et à ce titre il est à même d'animer en grande partie l'activité dans ses différentes phases : échauffement, travail en atelier, situations d'assaut thématique ou de référence.

Il sera cependant solliciter tout spécialement pour sa connaissance précise de l'APS (en cela il est le garant d'un certain esprit véhiculé par la discipline):

- terminologie et vocabulaire ;
- organisation de combat avec mise en place de rôles sociaux tels que les juges et l'arbitre central ;
- mise en place des échauffements et retour au calme ;
- l'organisation de rencontres ;
- apport technique/guidage quand aux gestes effectués par les élèves.

Le **maître**, lui est un **professionnel de l'enseignement**. Il assure donc toute la gestion des apprentissages par la mise en place d'une pédagogie active. Il met en œuvre tous les outils nécessaires à ces apprentissages au travers d'affichages et de traces écrites, avant, pendant, et après la séance. Il assure la lisibilité des différents temps de la séance et par ce biais celle du processus d'apprentissage.

Par sa connaissance des élèves il est le mieux placé pour constituer les groupes et si besoin gérer les problèmes de comportement.

Il aide l'intervenant dans son animation en veillant au chronométrage des différents temps de la séance.

Au niveau des ateliers : l'enseignant s'assure que les consignes sont bien respectées, et peut prendre en charge un groupe d'élève.

Au niveau du ring et du travail en assaut : L'enseignant aide au travail d'observation et aux rôles sociaux (arbitrage et juge)

D'une façon générale, l'enseignant organise et gère l'évaluation des élèves, tant au niveau du travail en atelier qu'au niveau des assauts sur le ring. Il propose des grilles de suivi de l'activité et évalue l'activité des élèves.