

Classe :		Période :		Durée du cycle :	
<p align="center"><b>Activité support : Boxe Française</b></p> <p><b><u>Définition et logique interne :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La boxe française est une activité d'opposition inter-individuelle : c'est un « sport de combat utilisant des mouvements de percussion appelés coups qui permettent de frapper (en combat) ou de toucher (en assaut) avec les différentes surfaces des pieds et le devant des poings suivant des règles techniques précises ».</li> <li>• Il s'agit d'un affrontement de deux adversaires aux intérêts diamétralement opposés. Ce que l'un gagne l'autre le perd.</li> <li>• Tout mouvement doit être conçu pour être à la fois éducatif, esthétique et efficace.</li> </ul> <p><b><u>Enjeux de formation et ressources sollicitées :</u></b></p> <p><b>Intérêt moteur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contrôle de l'investissement énergétique</li> <li>• Amélioration des qualités de souplesse, d'équilibre et de coordination (coordonner et être coordonné)</li> <li>• Toucher au poing et au pied, éviter d'être touché (esquives, déplacement, parades), enchaîner.</li> </ul> <p><b>Intérêt cognitif et informationnel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier et reconnaître tous les coups.</li> <li>• Apprécier les distances</li> <li>• Agir au bon moment (gérer l'incertitude temporelle, événementielle et spatiale)</li> <li>• Développement des capacités d'anticipation et d'enchaînement</li> <li>• Développement des projets tactiques et maîtrise des situations duels</li> <li>• Connaissances culturelles de la SBF en tant que pratique, sport et activité de combat.</li> </ul> <p><b>Intérêt socio affectif</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contrôle de ses actions et de ses émotions : Accepter de toucher et d'être touché</li> <li>• Amélioration des conduites de coopération</li> <li>• Respecter autrui</li> <li>• Arbitrer et juger</li> </ul>				<p align="center"><b>Conditions matérielles et pédagogiques</b></p> <p align="center">Salle combat type Dojo ou Gymnase Gants, Pao, Foulards, Chronomètres...</p>	
<p align="center"><b>Textes officiels</b></p> <p>- Collège BOEN n°6 du 28/08/08. - Lycée général et techno BO spécial n°4 du 29/04/2010. - Lycée pro BO spécial n°2 du 19/02/2009.</p>		<p align="center"><b>Projet EPS</b></p>		<p align="center"><b>Projet AS</b></p>	
<p align="center"><b>Caractéristiques classe</b></p>			<p align="center"><b>Projet de classe</b></p> <p><u>Exemples :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mettre en place des habitudes de travail, règles de fonctionnement, respects des consignes (écoute et concentration).</li> <li>- Accéder à une autonomie construite.</li> <li>- Accepter l'autre, le respecter et s'aider les uns les autres dans une optique de progrès.</li> <li>- Mise en place d'une différenciation pédagogique visant à l'accompagnement de chacun vers son plus haut niveau de réussite.</li> </ul>		
<b>Niveaux de pratique</b>					
<p align="center"><b>N1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- l'élève rencontre des problématiques de distance, de puissance et équilibre dans les coups de pied.</li> <li>- L'élève attaque de façon tout azimut pour ne pas se faire toucher.</li> <li>- Les déplacements sont inexistantes ou en tiroir.</li> <li>- Utilisation de la parade en protection uniquement.</li> <li>- Début de riposte mais à contre temps.</li> </ul>			<p align="center"><b>N2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'élève déclenche des coups plus précis qui touchent.</li> <li>- Il a encore tendance à attaquer en permanence pour éviter de se faire toucher.</li> <li>- Les déplacements sont plus périphériques pour chercher à tourner autour de l'adversaire.</li> <li>- Les notions d'équilibre et de distance dans les coups sont plus précises.</li> <li>- Il enchaîne des coups sur différentes lignes et varie.</li> <li>- Utilisation de parades et esquives pour se protéger et des ripostes.</li> </ul>		

### Objectifs de transformations

**N1** Passer d'un coup de pied balancé à un coup de pied armé et réarmé.

**N1** Passer d'une attitude passive à une boxe d'action.

**N2** Passer d'une boxe explosive et dangereuse à une utilisation efficace des notions d'équilibre, de distance et de puissance.

**N2** Passer d'un élève qui fuit pour ne pas se faire toucher à un élève qui esquive et exécute des parades.

<b>Compétences méthodologiques et sociales</b>			<b>Compétences propres à l'EPS</b>			<b>Compétence(s) attendue(s)</b>		
<b>Collège</b> : - Agir dans le respect de soi, des autres, et de l'environnement par l'appropriation de règles. - Organiser et assumer des rôles sociaux et des responsabilités. - Se connaître, se préparer, se préserver.			Conduire et maîtriser un affrontement individuel.			<b>Niveau 1</b> : 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. <b>Niveau 2</b> : 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.		
<b>Connaissances</b>		<b>Capacités</b>				<b>Attitudes</b>		
		<b><u>Sélectionner les connaissances, capacités et attitudes à travailler pendant le cycle dans la fiche ressource.</u></b>						
<b>Evaluation</b>								
- Performance /6 : Poule de niveau /4 et résultats des combats /2 - Connaissances, capacités et attitudes /14 : Attribuer 1 ou 2 par compétence sélectionnée. (Voir fiche d'évaluation)								