

La progression technique fédérale

PREAMBULE

La progression technique fédérale a été conçue dans le but d'organiser de manière cohérente et méthodique l'apprentissage de la Savate boxe française.

Les choix techniques retenus visent à privilégier la progression du tireur dans la situation d'opposition, tout en respectant les formes gestuelles autorisées. La progression technique des pratiquants est validée sur une échelle graduelle qui va du kangourou au gant d'argent technique 3°, selon l'ordre suivant, correspondant à cinq grandes périodes de pratique :

Découverte : Kangourou 1°, 2° 3° (pour les pré-poussins et poussins)

Initiation : Gant Bleu - Gant Vert

Perfectionnement : Gant Rouge - Gant Blanc

Maîtrise : Gant Jaune

Expertise : Gant d'Argent Technique 1°, 2°, 3°

Les **grades Kangourous** sont délivrés par un enseignant, titulaire au minimum du diplôme fédéral de moniteur de Savate qualification SBF, SBD ou SF.

Les **gants de couleur** (Bleu, Vert, Rouge, Blanc) sont délivrés par un jury composé d'au moins deux enseignants de SBF titulaire au minimum du diplôme fédéral de moniteur de Savate qualification boxe française. Exceptionnellement, ils pourront être délivrés par le moniteur responsable du club.

Le **Gant Jaune** est délivré par un jury placé sous l'autorité du Délégué Technique Fédéral (DTD) et à partir de session d'examen relevant d'un organe décentralisé de la FFSBF&DA (Comité Départemental).

Les **gants d'argent techniques** des 1^{er}, 2^{ème} et 3^{ème} degré sont délivrés lors de sessions d'examen organisées par les organes de la FFSBF&DA.

Modalités et règlements : voir règlements particuliers

ORGANISATION DES SESSIONS D'EXAMEN

Pour les grades Kangourous et les gants d'argent techniques : voir règlements particuliers.

Les gants de couleur :

Les gants de couleur (bleu, vert, rouge, blanc) sont subdivisés en trois degrés de compétences. Il appartient au moniteur du club de choisir le mode de passage du candidat : soit le candidat peut être présenté à la totalité du grade, soit seulement au degré du grade correspondant à son niveau de préparation.

Dans les deux cas, le protocole d'examen est identique : l'évaluation est réalisée à partir d'une grille fédérale type et spécifique à chaque grade, selon le déroulement suivant :

Première partie : Technique

Le candidat est évalué sur trois consignes techniques extraites

du catalogue du grade concerné, selon le dispositif suivant :

- Candidat engagé au passage d'un grade dans sa totalité : une consigne technique sera extraite dans le catalogue de chacun des trois degrés.

- Candidat engagé au passage d'un grade par degré : trois consignes techniques seront extraites dans le catalogue du degré concerné.

- Candidat dispose d'une durée de trente secondes par technique pour démontrer son niveau de compétences.

Le mode de sélection des techniques est laissé à l'initiative du jury.

Deuxième partie : Assaut à thème

Le candidat réalise un assaut de deux reprises de une minute trente dans le respect du thème imposé. Qu'il se présente à l'examen du grade par degré ou dans sa totalité, le candidat sera évalué sur la même durée d'assaut. Les modalités du choix du partenaire sont laissées à l'initiative du jury.

Troisième partie : Assaut libre

Le candidat réalise un assaut libre de trois reprises de une minute trente. Les modalités du choix du partenaire sont laissées à l'initiative du jury.

Le gant jaune :

Première partie : technique

Le candidat dispose d'une durée maximale d'une minute trente par thème pour proposer six démonstrations de son choix (par thème).

Deuxième partie : assaut à thème

Le candidat réalise un assaut de deux reprises de deux minutes dans le respect du thème imposé. Il démontre cinq à huit feintes effectives par reprise.

Troisième partie : assaut libre

Le candidat réalise un assaut libre de deux reprises de deux minutes. Les modalités du choix du partenaire sont laissées à l'initiative du jury.

Utilisation des grilles fédérales d'évaluation : elles ont été conçues pour simplifier et harmoniser les différentes sessions d'examens. Le jury veillera à respecter leur protocole.

Afin d'évaluer les candidats, les critères suivants servent de base :

La validité :

- Le tireur respecte les consignes liées à l'exercice et l'objectif est atteint.

L'exécution :

- La gestuelle technique respecte les descriptifs réglementaires.
- L'organisation générale du tireur est « opérationnelle » (posture de garde, équilibre corporel, etc.).
- Les touches sont contrôlées (coups « touchés » et non « portés »).

La variété :

- Pour les situations ou plusieurs choix ou solutions sont possibles, le tireur est en mesure de démontrer plusieurs propositions ou réponses.

Les Gants d'Argent Technique

PRÉAMBULE

Afin d'authentifier les progrès techniques réalisés par les pratiquants de Savate boxe française après qu'ils aient atteint le niveau du Gant Jaune, ont été créés des grades supérieurs : les Gants d'Argent Technique. Ils comprennent trois degrés.

Le Gant d'Argent Technique 1° (G.A.T.1).

Ce grade est réservé aux candidats minimum cadets 1^{ère} année. Il est délivré par un jury placé sous l'autorité du Délégué Technique Fédéral (DTL) et à partir de sessions d'examens relevant d'un organe décentralisé de la FFSBF&DA (Ligue).

Le Gant d'Argent Technique 2° (G.A.T.2).

Ce grade est délivré par un jury placé sous l'autorité d'un Président de jury missionné par la Direction Technique Nationale et à partir de sessions d'examens relevant directement de la FFSBF&DA.

Le Gant d'Argent Technique 3° (G.A.T.3).

Ce grade est délivré par un jury placé sous l'autorité d'un Président de jury missionné par la Direction Technique Nationale et à partir de sessions d'examens relevant directement de la FFSBF&DA.

LE PORT DU GRADE

D'une manière obligatoire, surtout s'il participe à une compétition Jeunes, à un stage, à une session d'examen, tout pratiquant doit porter sur la poitrine, du côté gauche, l'écusson correspondant à son grade.

GANT D'ARGENT TECHNIQUE 1° DEGRÉ

Le candidat opéra pour une même garde lors de la présentation des techniques imposées.

Le candidat pourra disposer de quatre essais maximum lors de l'épreuve des techniques imposées. Il sera évalué sur sa meilleure prestation.

Le candidat pourra choisir son partenaire, titulaire au minimum du Gant Jaune, qui pourra être différent selon qu'il s'agira des techniques imposées, de l'assaut à thème ou de l'assaut libre.

Son programme d'examen se compose de :

Technique imposée (étude de forme) 4 ateliers :

- A - Enchaînements de coups de pieds
- B - Enchaînements de coups de poings
- C - Enchaînements « Pieds-poings » et « Poings-pieds »
- D - Esquives - Parades - Ripostes.

Cinq séries sont proposées par atelier.

- Chaque candidat tire deux séries au sort dans chaque atelier.
- Deux minutes maximum séparent le tirage au sort de l'évaluation du candidat.
- Chaque série est notée sur 15 points, soit un total de 120 points.
- Les parades et esquives ne font pas l'objet d'une évaluation durant l'épreuve des ateliers A, B et C.

Assaut libre

Un assaut de deux reprises de 2 mn séparées d'une minute de pause avec un partenaire de son choix. Note sur 60 points.

Assauts à thèmes

Deux assauts de deux reprises de 1mn30 sec. Les assauts sont séparés de 2 mn de pause.

Le candidat applique un thème dans le cadre d'un assaut libre. Ce thème apparait entre cinq et huit fois.

- Chacun sera noté sur 15 points par reprise, soit un total de 60 points.

Obtention du GAT 1

La moyenne de 60/120 en technique et de 60/120 en assaut est exigée. Cette moyenne sera ramenée à 52/120 en technique et 52/120 en assaut pour les candidats âgés de 35 ans et plus.

Utilisation des grilles d'évaluation (voir page 35).

Elles ont été conçues pour simplifier, objectiver et harmoniser les différentes sessions d'examens. Le jury veillera à respecter leur protocole.

Pour les techniques imposées, s'ajoutera aux critères définis pour les gants de couleur :

Le rythme

- L'enchaînement imposé est réalisé à une vitesse proche de la vitesse d'exécution réelle observable en situation d'opposition.
- Le candidat est capable de faire varier (de manière opportune) sa vitesse gestuelle et/ou sa vitesse de déplacement (changement de rythme).

Techniques imposées /120

A - Enchaînement de coups de pied

1°)

- Coup de pied bas
- Esquive en haut
- Fouetté médian même jambe
- Parade bloquée
- Revers latéral tournant figure de l'autre jambe

- Esquive par retrait du buste
- Sans reposer : chassé médian même jambe
- Parade protection

2°)

- Revers latéral figure jambe arrière
- Esquive du buste
- Sans reposer : chassé latéral bas même jambe
- Esquive
- Fouetté médian de l'autre jambe
- Parade en opposition
- Coup de pied bas de déséquilibre de l'autre jambe
- Débordement

3°)

- Chassé bas jambe avant sauté
- Esquive par changement de garde
- Sans reposer : fouetté figure même jambe
- Parade bloquée sur place
- Sans reposer : revers frontal figure même jambe
- Esquive par retrait du buste
- Fouetté médian de l'autre jambe
- Parade opposition
- Sans reposer : chassé latéral bas même jambe
- Esquive

4°)

- Revers latéral figure sauté croisé
- Esquive totale
- Chassé bas de l'autre jambe
- Esquive par changement de garde
- Sans reposer : fouetté figure même jambe
- Parade en opposition
- Chassé latéral tournant médian de l'autre jambe
- Parade protection

5°)

- Revers tournant bas
- Esquive partielle
- Décalage: chassé médian de l'autre jambe
- Parade protection
- Revers latéral figure de l'autre jambe
- Esquive par retrait du buste
- Chassé latéral médian même jambe
- Parade chassée

B - Enchaînements de coups de poing

1°)

- Direct du bras avant figure
- Parade chassée
- Direct du bras arrière figure
- Parade bloquée
- Crochet du bras avant corps
- Parade protection
- Crochet du bras arrière figure
- Parade bloquée

2°)

- Direct du bras avant figure
- Parade bloquée

- Direct du bras arrière figure
- Parade chassée
- Uppercut du bras avant corps
- Parade protection
- Crochet du même bras figure
- Parade protection

3°)

- Direct bras avant figure et Crochet du bras arrière figure
- Parade et esquive rotative
- Crochet du bras avant figure
- Parade bloquée
- Direct du bras arrière corps
- Parade protection des bras
- Crochet du bras avant figure
- Esquive rotative

4°)

- Direct du bras avant figure doublé
- Parades bloquées
- Direct du bras arrière corps
- Parade protection
- Direct du bras avant corps
- Parade protection
- Direct du bras avant figure
- Esquive par retrait du buste

5°)

- Direct du bras arrière corps
- Parade protection
- Direct du bras avant figure
- Esquive latérale du buste
- Uppercut du bras arrière figure
- Parade bloquée
- Crochet du bras avant figure
- Parade bloquée

C - Enchaînements «Pieds/Poings» et «Poings/Pieds»

1°)

- Chassé frontal jambe avant bas, même jambe (sans reposer)
- Revers figure frontal jambe avant
- Esquive par retrait du buste
- Direct du bras avant figure
- Parade chassée
- Direct du bras arrière figure
- Parade bloquée
- Crochet du bras avant figure
- Parade bloquée

2°)

- Chassé latéral as jambe avant
- Esquive partielle
- Revers figure groupé même jambe
- Parade bloquée
- Crochet du bras arrière figure
- Parade bloquée
- Crochet du bras avant figure
- Esquive rotative
- Direct du bras avant figure
- Parade bloquée

D

3°)

- Fouetté médian jambe arrière
- Parade opposition
- Fouetté bas jambe avant
- Esquive
- Crochet du bras arrière figure
- Parade bloquée
- Uppercut du bras avant corps
- Parade protection
- Uppercut du bras arrière figure
- Parade bloquée

4°)

- Direct du bras avant figure
- Esquive latérale
- Direct du bras arrière au corps
- Parade protection
- Fouetté médian jambe arrière
- Parade opposition
- Chassé latéral bas même jambe
- Esquive

5°)

- Direct du bras avant figure
- Parade bloquée
- Uppercut du bras arrière au corps
- Parade protection
- Chassé latéral bas jambe arrière
- Esquive
- Fouetté figure de l'autre jambe
- Parade opposition

D - Parades - Esquives - Ripostes

Chaque candidat tirera au sort deux séries. Pour chaque série, les ripostes devront comporter au moins trois coups dans un enchaînement « pieds-poings » ou « poings-pieds ».

PARADES-ESQUIVES-RIPOSTES sur ...

- 1)... Un coup de pied en ligne haute.
- 2)... Un coup de pied en ligne médiane.
- 3)... Un coup de pied en ligne basse.
- 4)... Un coup de poing en figure.
- 5)... Un coup de poing au corps.

Chaque série comportera 8 à 10 coups d'attaques variées. La diversité et l'opportunité des « Parades-Esquives-Ripostes » rentreront en ligne de compte pour la notation.

Assauts à thèmes /60

Deux thèmes seront tirés au sort : un pour chaque assaut de 2 x 1mn30

1°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements de coups de pied
DEFENSEUR - Parades-Esquives et Ripostes en enchaînements « poings-pieds ».

2°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements de coups de poing
DEFENSEUR - Parades-Esquives et Ripostes en enchaînements « pieds-poings ».

3°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements « pieds-poings »
DEFENSEUR - Parades sur les attaques en poings et Ripostes par deux coups enchaînés.

4°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements «pieds-poings»
DEFENSEUR - Esquives sur les attaques en poings et Ripostes par deux coups enchaînés.

5°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements « poings-pieds »
DEFENSEUR - Parades sur les attaques en pieds et riposte par deux coups enchaînés.

6°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements « poings-pieds »
DEFENSEUR - Esquives sur les attaques en pieds et Ripostes par deux coups enchaînés.

Assauts libre /60

2 reprises de 2 mn

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]