

Les Gants d'Argent Technique

ARTICLE I

Les grades techniques supérieurs de Boxe Française Savate et D. A.

§ 1 - Préambule

1.1 - Afin d'authentifier les progrès techniques réalisés par les pratiquants de Boxe Française Savate après qu'ils aient atteint le niveau du Gant Jaune, ont été créé des grades supérieurs : les Gants d'Argent Technique.

Ils comprennent trois degrés.

1.2 - Le GANT D'ARGENT TECHNIQUE 1° (G.A.T.1)

• Pour les «moins de 16 ans» : ce grade technique s'appelle «GANT VIOLET».

Il aura le même programme que le «G.A.T.1°» et se déroulera lors de sessions d'examens particulières mais la moyenne aux différentes épreuves suffira pour son obtention (au lieu de 12/20 pour le G.A.T.). Les titulaires de ce grade n'obtiennent pas automatiquement le G.A.T. 1° au moment de leur seizième année. Ils doivent se présenter à une session normale de ce grade.

1.3 - Le GANT D'ARGENT TECHNIQUE 2° (G.A.T.2)

1.4 - Le GANT D'ARGENT TECHNIQUE 3° (G.A.T.3)

§ 2 - DÉLIVRANCE DES GRADES TECHNIQUES

2.1 - Les degrés du gant d'argent technique

Les degrés du GANT D'ARGENT TECHNIQUE sont délivrés par un jury fédéral sous la responsabilité du Délégué Technique Fédéral habilité.

2.2 - L'obtention du 1° DEGRE du GANT D'ARGENT TECHNIQUE ouvre la possibilité de se présenter à l'examen du BREVET D'ETAT D'EDUCATEUR SPOR-

TIF 1° DEGRE ainsi qu'à l'examen du PROFESSORAT FEDERAL, à la condition que l'élève ait obtenu préalablement le diplôme de Moniteur (intervalle de cinq ans entre l'obtention du diplôme de moniteur et la session du professorat).

§ 3 - Le port du grade

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

§ 4 - GANT D'ARGENT TECHNIQUE 1° DEGRE

Préambule : conditions de déroulement de l'examen :

Le candidat optera 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, 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 :

4.1 - TECHNIQUE IMPOSEE (étude de forme) 4 ateliers

- 1 - Enchaînements de coups de pied
- 2 - Enchaînements de coups de poing
- 3 - Enchaînements «Pieds-poings» et «Poings-pieds»
- 4 - Esquives - Parades - Ripostes .

- 5 séries sont proposées par atelier.

- Le candidat tire 2 séries au sort dans chaque atelier.

- Chaque série est notée sur 5 points, soit un total de 40 points.

- Les parades et esquives ne font pas l'objet d'une évaluation durant l'épreuve des ateliers 1, 2 et 3.

4.2 - ASSAUT DEMONSTRATION

Un assaut de deux reprises de 2 mn avec un partenaire de son choix. Note sur 20 points.

4.3 - ASSAULTS A THEMES

Deux assauts de deux reprises de 1mn 30 sec. . Pour chaque assaut les tireurs seront pour la première reprise, l'un en situation d'attaque, l'autre en situation de défense et les rôles seront inversés pour la 2° reprise.

- Chacun sera noté sur 5 points par reprise, soit un total de 20 points.

• Pour obtenir le G.A.T.1 : la moyenne de 24/40 en Technique et 24/40 en Assaut est exigée, cette moyenne sera ramenée à 20/40 en Technique et 20/40 en Assaut pour les vétérans (35 ans et plus).

4.4 - TECHNIQUES IMPOSEES

A - ENCHAINEMENTS DE COUPS DE PIED

1°)

Coup de pied bas

- *Esquive en haut*

Fouetté médian même jambe

- *Parade bloquée*

Revers tournant figure de l'autre jambe

- *Esquive par retrait du buste*

Sans reposer : chassé médian même jambe

- *Parade protection*

2°)

Revers figure jambe arrière

- *Esquive du buste*

Sans reposer : chassé 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 bas même jambe

- *Esquive*

4°)

Revers 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 tournant médian de l'autre jambe

- *Parade protection*

5°)

Revers tournant bas

- *Esquive partielle*

Décalage: chassé médian de l'autre jambe

- *Parade protection*

Revers figure de l'autre jambe

- *Esquive par retrait du buste*

Chassé médian même jambe

- *Parade chassée*

B - ENCHAINEMENTS 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 - ENCHAINEMENTS «PIEDS-POINGS» et «POINGS-PIEDS»

1°)

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 bas 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*

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 bas même jambe

- *Esquive*

5°)

Direct du bras avant figure

- *Parade bloquée*

Uppercut du bras arrière au corps

- *Parade protection*

Chassé bas jambe arrière

- *Esquive*

Fouetté figure de l'autre jambe

- *Parade opposition*

D - PARADES - ESQUIVES - RIPOSTES

Chaque candidat tirera au sort 2 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» rentrera en ligne de compte pour la notation.

4.5 - ASSAULTS A THEMES

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 et Ripostes par deux coups enchaînés.*

4°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements «pieds-poings»

DEFENSEUR - *Esquives et Ripostes par deux coups enchaînés.*

5°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements «poings-pieds»

DEFENSEUR - *Parades et Ripostes par deux coups enchaînés.*

6°)

ATTAQUANT - Attaque en enchaînements «poings-pieds»

DEFENSEUR - *Esquives et Ripostes par deux coups enchaînés.*

§ 5 - GANT D'ARGENT TECHNIQUE 2° DEGRE

Préambule : conditions de déroulement de l'examen :

Le candidat optera 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, qui pourra être différent selon qu'il s'agira des techniques imposées ou des assauts à thèmes.

L'épreuve d'assaut à thèmes sera organisée de manière à ne permettre l'évaluation que d'un seul candidat par assaut.

Son programme d'examen se compose de :

5.1 - TECHNIQUES IMPOSEES

(étude de forme en 4 ateliers)

- 1 - Enchaînements de coups de pied.
- 2 - Enchaînements de coups de poing.
- 3 - Enchaînements «Pieds-Poings-Pieds».
- 4 - Enchaînements «Poings-Pieds-Poings».

- 5 séries sont proposées par atelier suivant les mêmes principes que pour le 1° degré (2x4x5pts=40 points).

- Les parades et esquives sont laissées à l'initiative des candidats. Leur niveau de maîtrise ne fait pas l'objet d'une évaluation durant cette épreuve.

5.2 - ASSAULTS A THEMES

Deux assauts de deux reprises de 1mn 30 sec.. Chaque candidat se présentera avec un partenaire de son choix.

• Pour le premier assaut : deux thèmes (un par reprise) seront tirés au sort parmi les thèmes donnés en situation d'attaque (1° thème : le 1 ou le 2 - 2° thème : le 3 ou le 4).

• Pour le deuxième assaut : deux thèmes seront tirés au sort parmi les thèmes donnés en situation de défense. (1° thème : le 1 ou le 2 - 2° thème : le 3 ou le 4).

• Chaque assaut sera noté sur 2x10=20 pts soit un total de 40 points.

• Pour obtenir le G.A.T. 2 : la moyenne de 24/40 en Technique et de 24/40 en Assaut sera exigée.

5.3 - TECHNIQUE IMPOSEE

A - ENCHAINEMENTS DE COUPS DE PIED

1°)

Fouetté figure sauté-croisé jambe avant

- Parade

Chassé bas sauté jambe arrière

- Esquive

Revers tournant frontal figure

- Esquive

Chassé frontal médian jambe arrière

- Parade

2°)

Revers tournant figure

- Parade

Sans reposer : Fouetté figure même jambe

- Parade

Sans reposer : Chassé bas même jambe

- Esquive

Sans reposer : Revers figure même jambe

- Esquive

Sans reposer : Fouetté médian même jambe

- Parade

3°)

Chassé bas sauté jambe avant

- Esquive

Chassé tournant figure jambe arrière

- Parade

Fouetté médian jambe avant

- Parade

Fouetté bas en sautant jambe arrière

- Esquive

Sans reposer : Fouetté figure même jambe

- Parade

4°)

Chassé bas sauté-croisé

- Esquive

Revers médian groupé jambe arrière en sautant

- Esquive

Sans reposer : Fouetté bas même jambe

- Esquive

Sans reposer : Fouetté figure même jambe

- Parade

Coup de pied bas jambe avant

- Esquive

5°)

Chassé frontal médian jambe arrière

- Parade

Sans reposer : Revers figure sauté

- Esquive

Sans reposer : Fouetté médian

- Parade

Fouetté figure jambe avant en sautant

- Parade

B - ENCHAINEMENTS DE COUPS DE POING

1°)

Direct du bras avant figure

- Esquive

Uppercut du bras arrière au corps

- Parade

Crochet du bras avant figure

- Esquive

Direct du bras avant figure

- Parade

Direct du bras arrière au corps

- Parade

Direct du bras avant figure

- Esquive

2°)

Direct du bras arrière figure et crochet du bras avant figure

- Parade

Crochet du bras arrière figure

- Esquive

Uppercut du bras avant au corps

- Parade

Uppercut du bras arrière figure

- Parade

Crochet du bras avant figure

- Parade

3°)

Direct du bras avant figure

- Esquive

Pas de côté direct bras avant figure

- Parade

Crochet du bras arrière figure

- Parade

Crochet du bras avant figure

- Parade

Uppercut du bras arrière au corps

- Parade

Crochet du bras arrière figure

- Parade

Direct du bras avant figure

- Esquive

4°)

Direct du bras avant figure

- Esquive

Direct du bras arrière figure

- Parade

Pas de côté, direct bras arrière figure

- Parade

Crochet du bras avant figure

- Parade

Crochet du bras arrière figure

- Parade

Uppercut du bras avant au corps

- Parade

Crochet du bras avant figure

- Parade

5°)

Direct du bras avant au corps

- Parade

Direct du bras arrière au corps

- Parade

Crochet du bras arrière figure

- Parade

Uppercut du bras avant au corps

- Parade

Pas de côté, uppercut bras arrière au corps

- Parade

Crochet du bras avant figure

- Parade

C - ENCHAINEMENTS «PIEDS-POINGS-PIEDS»

1°)

Fouetté bas jambe arrière

- Esquive

Fouetté figure jambe avant

- Parade

Direct du bras avant figure

- Parade

Direct du bras arrière figure

- Parade

Chassé médian jambe avant

- Parade

2°)

Fouetté figure jambe avant

- Parade

Chassé bas jambe avant

- Esquive

Direct du bras arrière figure

- Parade

Crochet du bras avant figure

- Parade

Fouetté médian jambe arrière

- Parade

3°)

Chassé bas jambe arrière

- Esquive

Revers figure même jambe

- Parade

Direct du bras avant figure

- Esquive

Direct du bras arrière figure

- Parade

Chassé frontal jambe avant

- Esquive

4°)

Chassé bas jambe avant

- Esquive

Direct du bras arrière figure

- Parade

Uppercut du bras avant au corps

- Parade

Chassé figure jambe avant

- Parade

Fouetté médian jambe arrière

- Parade

5°)

Revers figure jambe avant

- Esquive

Coup de pied bas jambe arrière

- *Esquive*
Direct du bras avant figure
- *Parade*
Direct du bras arrière au corps
- *Parade*
Chassé médian jambe avant
- *Esquive*

D - ENCHAINEMENTS «POINGS-PIEDS-POINGS»

1°)
Direct du bras avant figure
- *Esquive*
Direct du bras arrière figure
- *Parade*
Crochet du bras avant figure
- *Esquive*
Fouetté médian jambe arrière
- *Parade*
Chassé bas jambe avant
- *Esquive*
Direct du bras avant figure
- *Parade*

2°)
Direct du bras avant figure doublé
- *Parades*
Revers figure jambe avant
- *Parade*
Fouetté bas jambe avant
- *Esquive*
Direct du bras arrière figure
- *Parade*
Crochet du bras avant figure
- *Esquive*

3°)
Direct du bras avant figure
- *Parade*
Direct du bras arrière figure
- *Parade*
Coup de pied bas de déséquilibre
- *Esquive*
Fouetté médian jambe avant
- *Parade*
Crochet du bras avant figure
- *Parade*
Crochet du bras arrière figure
- *Esquive*

4°)
Direct du bras avant figure et crochet du bras avant figure
- *Parades*
Uppercut du bras arrière figure
- *Parade*
Chassé bas jambe arrière
- *Esquive*
Fouetté figure jambe avant
- *Parade*

Direct du bras arrière au corps
- *Parade*
Direct du bras avant au corps
- *Parade*

5°)
Direct du bras avant figure et crochet du bras arrière figure
- *Parades*
Uppercut du bras avant au corps
- *Parade*
Direct du bras avant figure
- *Esquive*
Coup de pied bas
- *Esquive*
Revers groupé figure jambe avant
- *Esquive*
Direct du bras arrière figure
- *Parade*

5.4 - ASSAULTS A THEMES

A - EN SITUATION D'ATTAQUE

1°) Attaque en enchaînements de coups de pied (4 coups au minimum)
2°) Attaque en enchaînements de coups de poing (5 coups au minimum)
3°) Attaque en enchaînements «pieds-poings-pieds»
4°) Attaque en enchaînements «poings-pieds-poings»

B - EN SITUATION DE DEFENSE

1°) Sur des attaques aux pieds / Parades ou Esquives et Ripostes en enchaînements «poings-pieds-poings».
2°) Sur des attaques aux pieds / Coups d'arrêt ou contres aux poings, enchaîner aux pieds.
3°) Sur des attaques aux poings / Parades ou Esquives et Ripostes en enchaînements «pieds-poings-pieds».
4°) Sur des attaques aux poings / Coups d'arrêt ou contres aux pieds, enchaîner aux poings.

§ 6 - GANT D'ARGENT TECHNIQUE 3° DEGRE

6.1 - ETUDE DE FORMES

Le candidat présentera, avec le partenaire de son choix, une étude de forme qu'il aura construite lui-même en respectant les critères suivant :

A- Enchaîner au moins une vingtaine de coups (pieds et poings) s'inscrivant logiquement dans le contexte d'un assaut de Boxe Française Savate et présentant, par conséquent, des liaisons avec ses propres coups et avec ceux du partenaire dans des situations alternées d'attaque et de défense.

B- Présenter des techniques de coups et d'enchaînements de haute difficulté.

Cette étude sera notée sur 40 points.

6.2 - ASSAUT A THEMES

Le candidat présentera, avec le partenaire de son choix un assaut de deux reprises de 2 mn (ou 1mn30 pour les vétérans) avec, pour la première reprise, un thème de son choix en situation d'attaque et pour la deuxième reprise, un thème de son choix en situation de défense.

Ces thèmes devront présenter une grande difficulté de réalisation.

- Exemples : en situation d'attaque : enchaînements de coups de pied et de poing comprenant un coup tournant sauté, en situation de défense : sur des attaques en pied ou poing : coup d'arrêt avec un coup tournant et enchaînements en «poings-pieds» ou «pieds-poings».

Chacune de ces deux reprises sera notée sur 20 points.

- Pour obtenir le G.A.T.3, la note globale de 60/80 sera exigée.