

Faire comme si pour de vrai !

*Les élèves de **Tahar Boucef** en lycée professionnel acquièrent de vraies compétences avec près de 40 heures de pratique. Leurs premiers émois des assauts laissent place aux émotions de l'enchaînement des attaques et des défenses, esquives et contre-attaques, contres et ripostes, au plaisir de maîtriser des armes variées comme les « vrais boxeurs » ou plutôt « tireurs » en savate boxe française qu'ils sont devenus. L'auteur détaille comment une arme, le chassé, peut être efficace à la fois pour défendre et attaquer, outil redoutable pour toucher sans être touché ou toucher avant d'être touché !*

L'art d'enseigner la savate boxe française exige d'apprendre aux élèves à se contrôler sur le plan moteur comme sur le plan affectif. En effet, l'émotionnel ne doit pas avoir prise sur le « moteur » : ne pas amplifier l'effectuation motrice en risquant de porter des coups, mais au contraire la freiner pour réaliser des touches et à l'inverse ne pas s'en tenir uniquement à défendre. Les élèves de sections professionnelles ne sont pas tous volontaires, leurs comportements ne sont pas identiques, leurs motivations sont très différentes, je dois conduire certains à s'engager dans la confrontation et à freiner les autres : « *attention, vous pouvez faire mal, on n'est pas là pour ça* ».

L'angle d'attaque avec eux est clair : accepter la confrontation dans une logique d'assaut (le contrôle de la puissance) et ses règles (principe de sécurité et de culture). Or, ce compromis nécessite un processus d'apprentissage dans la durée. C'est pourquoi, dans un premier cycle, le visage n'est pas encore une cible, mais il en reste d'autres ! La savate ne se réduit pas à la cible visage ! Et la charge affective est un peu réduite. D'ailleurs, quand on regarde bien lors des compétitions en assaut ou en combat, le visage n'est pas si souvent touché, ce n'est pas une cible forcément privilégiée en savate.

Progressivement, au fur et à mesure de la construction du contrôle dans les assauts, j'élargis les cibles au visage. On est dans la « vraie » boxe, en tout cas, celle qui correspond aux représentations de certains élèves car tous ne sont pas focalisés sur cette cible. D'ailleurs un paradoxe existe car beaucoup d'élèves ne cherchent pas à faire mal au fond, c'est surtout une image qu'ils construisent, celle d'un « homme fort », l'émotion est là, mais le contrôle permet de la dépasser et de s'engager.

Mes élèves de 1^e pro ELEC ont déjà suivi un cycle de SBF de neuf séances d'une heure trente. Ce problème est à peu près réglé et l'émotion viendra surtout avec l'enchaînement des touches dont l'incertitude augmente avec la variété des armes et des cibles.

Poser le problème et ses éventuelles solutions

Ce que font les élèves

Ils sont encore proches l'un de l'autre : ils se rapprochent de leur adversaire pour le toucher mais faisant cela, ils s'exposent et deviennent des cibles quand ils attaquent.

Certains élèves utilisent d'avantage les poings car la technique est moins exigeante. Au fur et à mesure des progrès, tous utilisent de plus en plus les pieds prouvant qu'ils pratiquent enfin la savate boxe française : c'est sécurisant car l'attaque est possible en étant loin de l'adversaire, la prise de risque est moins grande et c'est plus beau ! Parmi les armes de pied, ils utilisent beaucoup les fouettés, armes classiques, plus faciles et donc assez prévisibles. A condition d'en respecter les principes techniques.

Ils cherchent à toucher à tout va sans se préparer à l'attaque. Par exemple, ils ne feignent pas (comportement qui consiste à faire croire qu'on attaque avec une arme alors qu'on va attaquer avec une autre, ou qu'on vise une cible alors qu'on va attaquer une autre) et ne perturbent pas non plus l'adversaire (comportement qui consiste à donner des fausses informations. Par exemple : avancer une épaule pour faire croire que je vais porter un coup).

Le problème : préparer l'attaque en se donnant du temps

À l'issue de leur premier cycle, ils sont donc capables de toucher leur adversaire mais ne sont pas encore capables de toucher sans se faire toucher.

Ils sont capables de se rapprocher de leur adversaire et le toucher mais deviennent des cibles en attaquant car ils s'exposent.

En savate, il ne suffit pas de défendre, il faut prendre l'initiative de l'attaque, pour toucher sans se faire toucher. Il n'y a donc pas d'attaque sans préparation, les attaques se construisent comme les actions de défense.

Pourquoi apprendre à utiliser le chassé

Les élèves ont déjà appris le chassé bien que cette arme est difficile car cette technique n'est pas du tout naturelle : il faut se positionner plus de profil qu'en garde, décharger le poids du corps vers l'appui arrière pour une arme avant, l'inverse pour une arme arrière et c'est un coup fatigant. Il faut donc la revoir dans des situations où ils devront l'utiliser comme une arme tactique qui permet de préparer l'attaque en se donnant du temps.

Les chassés sont redoutables en défense et en attaque car ils permettent

- d'attaquer (chassé d'attaque) en percutant l'adversaire

«Au fur et à mesure de la construction du contrôle dans les assauts, j'élargis les cibles au visage.»

avec un coup de pied rectiligne.

- de défendre (chassé d'arrêt) : c'est un coup de pied qui permet de contrôler l'action de l'adversaire ou de neutraliser son action avant même qu'il l'ait commencée. Ce coup bloque l'adversaire qui avance.

- de se donner du temps : la neutralisation de l'attaque adverse permet d'enchaîner autre chose ou de se déplacer pour ne pas être touché.

Ils en ont besoin pour sécuriser leur pratique : le chassé permet de tenir à distance leur adversaire, « tu ne m'atteints pas » et « cela me donne du temps pour renverser la tendance ».

« Je m'ouvre une fenêtre pour déborder mon adversaire de coups ».

Le chassé est une arme au service d'autres techniques et son utilisation leur permet de dépasser l'usage trop fréquent des fouettés, de varier les armes pour créer de l'incertitude.

Assauts avec rôles différenciés

Pour toutes les situations qui suivent, les assauts se mènent avec des rôles différenciés.

Il y a dissymétrie des rôles.

A touche avec une arme et/ou une cible imposée.

B doit détecter le départ de la touche imposée et doit déclencher opportunément le chassé.

Elles sont conçues pour transformer B (par convention).

Les deux situations augmentent progressivement la difficulté pour B en jouant sur les armes d'attaque de A.

Des assauts où le chassé permet de défendre et se donner du temps

Attaque avec une arme de poing, défense avec arme de pied

A doit toucher B en direct bras arrière (le trajet moteur est

plus long donc donne plus de temps à A pour réagir), la cible : le visage ou le corps (ventre).

B doit arrêter A avec un chassé AV, donc réaliser un chassé dès le début de l'action de A pour le neutraliser.

Variables 1 et 2 : A touche avec bras avant puis au choix avant ou arrière.

Ces règles favorisent dans un premier temps l'action de B pour deux raisons :

- l'arme de l'attaque est le poing. A est obligé de se rapprocher de B, donc s'expose. Or la jambe de B est plus longue que le bras de A. B a plus de chance de toucher.

- B réalise le chassé avec la jambe avant, donc avec la jambe la plus proche de A, ce qui permet à B de neutraliser plus tôt.

Critère de réussite : A doit toucher beaucoup moins souvent que B.

Les assauts durent de 1mn à 1mn30, puis changement de rôle. Cela permet un grand nombre de répétitions.

Ce qu'ils font

B est souvent en retard et est donc touché ou n'a pas « verrouillé » le chassé ce qui n'est pas efficace.

Ce que doit apprendre B

Il doit identifier le moment de déclenchement de l'attaque. A se déplace sur des appuis dynamiques, et pour réaliser un direct, il va charger ses appuis avec l'intention d'avancer, ce qui emmène ses épaules un peu vers l'avant : c'est le signal que le coup part.

Le plus simple au début est de réaliser un chassé avant dans le ventre ou la cuisse.

Mais la difficulté est de réaliser le chassé alors que la jambe doit être tendue au moment de la touche avec un adversaire qui s'avance. La question du timing est décisive.

Attaque avec une arme de pied, défense avec une arme de pied

A doit toucher B avec un coup de pied, par exemple un fouetté, la cible : corps ou visage.

B doit neutraliser A avec un chassé : soit il arrête le

mouvement de A, soit il le touche avant d'être touché.
Ce qu'ils font
 Ils sont retard dans la prise d'information.

Ce que doit apprendre B

A attaque avec une jambe. C'est bien pour B car cela lui donne du temps puisque A est plus loin, mais c'est aussi moins bon pour lui car il faut une réelle concentration pour déceler le déclenchement, et lui même dispose d'une arme de grande distance, qui nécessite donc plus de temps. Si c'est trop tard, si le fouetté de A est parti, B peut utiliser le chassé comme contre.

B doit donc apprendre à repérer le départ du fouetté de A et comment se synchronisent le fouetté de A et son chassé dans le détail. En effet, la principale information du départ du fouetté provient de la préparation : genou en avant (cible) et de la trajectoire

A va aussi apprendre à décoder le départ du chassé de B : lors de la préparation, le talon est vers l'avant (cible) et la trajectoire rectiligne.

Le décodage de ces deux armes, préparation et trajectoire, est un des enjeux de l'apprentissage !

Des assauts où le chassé est une arme d'attaque

A doit toucher avec un chassé sur la cuisse de B.
 Au début, A va réaliser le chassé avec sa jambe droite, donc arrière pour donner du temps à B.
 B doit esquiver et riposter avec un coup de pied.

Les problèmes à résoudre

Pour esquiver, B réalise une sorte de pas chassé vers l'arrière, il pousse sur son pied gauche pour reculer. C'est une esquive en retrait.

Le premier problème est de riposter alors qu'il vient de reculer.

Puis les problèmes s'enchainent :

- avec quel pied ? avant ou arrière ? Il ne peut de toute façon pas riposter avec un poing puisqu'il est loin.
- avec quelle arme ? (chassé, fouetté, revers)
- sur quelle cible ?

C'est le rôle de l'enseignant de les aider à se poser toutes ces questions.

Critères de réussite

CR pour A :

- touche mais se fait toucher (« est chocolat ! » car égalité).
- touche sans se faire toucher.

CR pour B :

- esquive en reculant suffisamment pour ne pas se faire toucher (est « chocolat ! »)
- se fait toucher et retouche (est « chocolat ! »)
- esquive et touche

Ce qu'ils font

Au début, A gagne souvent. Car il décide du moment de déclenchement.

Progressivement B devient plus malin : il se déplace et les meilleurs anticipent.

Ce que doit apprendre A

- A doit se positionner correctement sur ses appuis. Les talons légèrement relevés comme un coureur dans les starting-blocks.
- Bien réaliser le chassé : toucher avec le talon,

le bassin de profil, jambe tendue à la fin de la réalisation, sinon il se fera toucher par B car trop près et trop exposé. La longueur de sa jambe et le recul de l'esquive le protègent : touchant l'adversaire, il ne peut se faire toucher.

- Au début d'ailleurs, il favorisera le chassé avec la jambe arrière car dans sa réalisation, le buste va se pencher davantage en arrière pour garder l'équilibre, ce qui éloigne encore plus les cibles du visage et du corps.

- Garder l'équilibre et revenir très vite en garde.

Ce que doit apprendre B

- Discerner quand l'attaque va partir.

Au début, il subit et dépend de l'attaquant. Il doit apprendre à discerner quand A déclenche son chassé et avec quelle jambe.

Si A réalise un chassé AR, il charge l'appui sur la jambe AV et faisant cela ses épaules avancent légèrement puis reculent. C'est le moment d'esquiver. Et si A réalise un chassé AV, il charge le poids du corps vers l'arrière.

- Esquiver

Détecter le moment de déclenchement et riposter.

- Choisir ses armes et ses cibles

L'enseignant l'aide à faire ces choix.

Par exemple, riposter comme l'attaquant, avec un chassé : un prêt pour un rendu !

Même arme, même cible, cela est redoutable car saugrenu. Car l'attaquant n'a pas eu le temps de se réorganiser, il reste souvent sur ce qu'il vient de faire. Ou riposter avec fouetté au visage : arme circulaire, cible différente, cela surprend : « je vais là où tu ne m'attends pas ! »

Mais attention, on se focalise d'abord sur les apprentissages de A, car l'objet de l'assaut est d'utiliser le chassé comme une arme d'attaque !

Conclusion

C'est dans les situations d'assauts réels que les élèves révèlent ou non leur compétence. Grâce à l'aide d'un observateur ou d'un coach, de l'enseignant ou de l'autoscopie, les élèves peuvent modifier, réguler leurs actions pour être plus efficaces.

L'art d'enseigner la savate est de proposer

- des situations où la complexité s'accroît en jouant sur différents types d'incertitude (spatiale, événementielle, temporelle et liée à la réponse).

- Mais également des situations plus « fermées » dites de renforcement technique.

L'élève est ainsi de plus en plus confronté à la logique de l'assaut ou « ce que l'un perd l'autre le gagne »

et en utilisant des techniques codifiées conformes aux spécificités culturelles de la savate. Les assauts à thème avec des rôles différenciés d'attaquant et de défenseur comme présentés ci-dessus, favorisent les acquisitions car focalisent sur un problème !

Selon le thème, l'attaque est libre (pas de contraintes techniques, spatiales, temporelles ou matérielles) ou semi libre (une ou 2 contraintes) ou imposée (fortes contraintes, ex : imposer l'arme, la cible et le coté de la jambe. Idem en défense. ♦ **Tahar Boucefar**

DES PRATIQUES



« C'est dans les situations d'assauts réels que les élèves révèlent ou non leur compétence. »

DAMIEN LECATELIER

