Boxe Assaut **Défiche 1**	
Top AS N° 24	
Composition d'équipe	Collèges, Lycées & LP : Équipe de 4. 2 F et 2G en Collèges, Lycées. Composition libre en LP. Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
Jeune Organisateur	Mise en place des équipes sur l'espace de pratique et gestion du matériel en s'attachant au protocole sanitaire.
Jeune Juge	Un juge regarde un boxeur et additionne les 4 défis.
Jeune Coach - Jeune Capitaine	Conseille le concurrent, le motive.
Jeune Reporter	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.
Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 24	Nombre d'équipes réussissant le challenge. Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».
Illustration	**Dispositif** Dans une salle, DOJO, sur un ring …. Nécessité de définir un espace délimité (entre 4 m x 4 m et 5 m x 5 m). Tapis DIMA contre un mur .

Vidéo Support qui explique le circuit.

En cliquant sur les gants de boxe

Règlement

À partir d'un circuit avec 4 défis.

30'' par défi puis 30'' de récupération.

À réaliser 3 fois avec 2' de récupérations entre chaque bloc.

- Maximum de touches valides (direct-crochet-uppercut).
- Maximum de tour de corde à sauter.
- Maximum d'enchainements de 3 coups dans deux espaces limitrophes.
- Maximum de Pompes (avec ou sans les genoux au sol).

Boxe Assaut **Défiche 2**	
Top AS N° 25	
Composition d'équipe	Collèges, Lycées & LP : Équipe de 4. 2F et 2G en Collèges, Lycées. Composition libre en LP. Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général. *Sport partagé* : composition libre de 2 Valides et 2 en situation de handicap.
Jeune Organisateur	Mise en place des équipes sur l'espace de pratique et gestion du matériel en s'attachant au protocole sanitaire.
Jeune Juge	4 JO veillent au bon déroulement de l'épreuve. - Reconnaitre les stratégies et tactiques des 4 boxeurs en action. - Vérifier le respect du temps imposé. - Un point par stratégie et tactique respectées et reconnues par les juges + pénalités de 1 point pour non-respect du temps imposé.
Jeune Coach - Jeune Capitaine	Conseille le concurrent, le motive.
Jeune Reporter	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.
Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 25	Nombre d'équipes réussissant le challenge. Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

Illustration

Les préparations d'attaques
https://drive.google.com/file/d/1AfgZuBbEZqzZM8r2jb9vxr2MkPeKn9sL/view?usp=sharinge

Les contre-attaques
https://drive.google.com/file/d/1P7Z7FDsJrlYE25woq0dcfuVwNjfZeGtg/view?usp=sharing

Boxe à distance

Dispositif

Dans une salle, DOJO, sur un ring ….

Nécessité de définir un espace délimité (Entre 4 m x 4 m et 5 m x 5 m).

Règlement

Assaut fictif à réaliser avec 3 rounds de **2'** entrecoupés d'1'.
Un round par thème avec des stratégies différentes.

- Contre – Attaque.
  3 Exigences tactiques : esquives-contre/attaques, parades- contre/attaques, contre puis enchaînement de deux ou trois touches.
- Préparation d'Attaque.
  3 Exigences tactiques : feintes (corps, cibles, trajectoires et armes), cadrages, provocations.
- Boxer à distance.
  3 Exigences tactiques : bras avant, déplacements, sortir du cadrage.

Une équipe de 4 : les 4 boxeurs qui effectuent le défi passent ensemble sur des espaces séparés et doivent respecter la thématique tirée au sort et l'exigence tactique proposée.

Les autres élèves juges doivent reconnaitre la stratégie et la tactique tirées au sort.