

FULL BOXING

Examen Technique Sportif

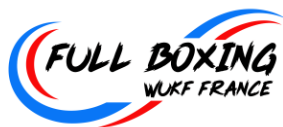


Ceinture Noire 5^e degré

MODULE 1 : **Technico-Tactique Analyse et solutions** **/ 80**
Etre capable d'analyser une situation d'opposition proposée par le jury et présenter des solutions technico-tactiques.

MODULE 2 : **Règlementation Sportive** **/ 20**
Faire preuve de maîtrise de la réglementation sportive de l'activité

MODULE 3 : **Hygiène et soins du Sportif** **/ 20**
Diététique, Hydratation, blessures... Règles et soins du sportif



MODULE 1 : Technico-Tactique Analyse et solutions

/ 80

Etre capable d'analyser une situation d'opposition proposée par le jury et présenter des solutions technico-tactiques.

(exemple de situation : morphologies différentes, droitier-gaucher, avantage au score, blessure handicapante etc.)

Le candidat disposera de 15' pour préparer sa prestation.

- présenter des solutions verbalement au jury : /20
- les démontrer sur cibles /20
- les mettre en application sur partenaire /20
- débriefing avec le jury /20

MODULE 2 : Règlementation

/ 20

Faire preuve de maîtrise de la règlementation sportive de l'activité.

- Le jury interroge le candidat (3 à 5 questions) sur les différents points régissant l'arbitrage et la règlementation sportive de l'activité présentée.

MODULE 3 : Hygiène et soins du Sportif

/ 20

Etre capable de conseiller, guider, orienter le pratiquant sur des aspects autres que technico-tactiques.

- Le jury interroge le candidat (3 à 5 questions) sur les différentes notions de diététique, d'hydratation, de soins, et de prévention concernant l'activité pratiquée.

Obtention de la ceinture noire 5^e degré si égal ou supérieur à

60 / 120