

# Boxe

## Infos pratiques

---

- > ECTS : 3,0
- > Nombre d'heures : 36.0
- > Langue(s) d'enseignement : Français
- > Niveau d'étude : BAC +3
- > Période de l'année : Enseignement sixième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Travaux dirigés
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 4S6LES15
- > En savoir plus : UFR STAPS <https://ufr-staps.parisnanterre.fr/>

## Présentation

---

Cet enseignement vise à perfectionner des compétences acquises en SBF en tant que tireur (se) et entraîneur.

## Objectifs

---

Maîtriser les déterminants scientifiques, réglementaires, techniques et tactiques de la SBF. Consolider ses ressources physiques, technicotactiques, informationnelles et émotionnelles en SBF.

## Évaluation

---

Session 1 : Contrôle continu : Evaluation en pratique (50% de la note finale) : réaliser 3 assauts d'une reprise avec 3 adversaires imposés.

Evaluation théorique (50% de la note finale) : Dossier présentant un microcycle d'entraînement.

Session 2 : Idem

## Pré-requis nécessaires

---

BAC+2 (ou équivalent)

## Compétences visées

---

Enchaîner plusieurs assauts avec des adversaires différents. Concevoir et encadrer une séquence d'entraînement.

## Bibliographie

---

Savate, boxe française : Entraînement nouvelle génération, J. HUON, Broché, 2016

La préparation physique en savate boxe française, V. Sebastiao, Broché, 2016..

## Ressources pédagogiques

---

cours en ligne

## Contact(s)

> Jean pierre Masdoua

Responsable pédagogique  
[jmasdoua@parisnanterre.fr](mailto:jmasdoua@parisnanterre.fr)