



S'ADAPTER À L'OPPOSANT

L'adaptation est la qualité première du bon combattant. Sans elle, et quel que soit le niveau de difficulté, le match est perdu d'avance.



[B] effectue un pas de côté sur l'attaque directe adverse afin de placer une contre-attaque latérale

S'adapter en sports de combat est la capacité à autoréguler son propre comportement sous l'effet des contraintes de son adversaire. C'est surtout la capacité à s'accorder à tous les **styles de combattant**. Il s'agit plus précisément *d'organiser son jeu personnel au regard du profil adverse* et de *résoudre les problèmes posés par le jeu adverse*.

Nous avons deux catégories d'**adaptation** :

- 1/ Les comportements à mettre en place au regard des **caractéristiques adverses**
- 2/ Les réponses à donner aux sollicitations adverses.



[B] sort du couloir direct pour placer un « contre » sur la jambe d'appui adverse

Ces *habiletés* dites *d'adaptation* ont pour objet d'une part, de *réduire le champ d'action adverse* et d'autre part, d'*exploiter au mieux l'activité adverse*. A chaque étape de l'apprentissage du pratiquant correspond l'acquisition de nouvelles adaptations. Elles sont facilement repérables d'une « classe sportive » à une autre et doivent faire l'objet, à la salle, d'un travail spécifique. Mais quelles sont concrètement ces **habiletés** ?

Nous trouvons deux catégories d'habiletés :

1/ Les *adaptations prenant en compte les données adverses* : ce sont les actions à mener au regard du **profil personnel** (c'est-à-dire, en relation avec les comportements présumés de l'adversaire, propre à sa morphologie, à son tempérament et à ses aptitudes) puis à la connaissance de sa **manière habituelle de combattre** (plus précisément, son style de boxe, ses points forts et ses points faibles). Exemple :

- L'opposant est très puissant du tronc, en plus il n'a pas une grande allonge et habituellement c'est un « fonceur* ». Réponse proposée : éviter le corps à corps en adoptant une stratégie de mise à distance. Offrir une grande mobilité et utiliser des coups d'arrêt* pour maintenir l'adversaire à distance longue. Ce type de solution devrait engendrer chez l'opposant une grande fatigue (laisser passer « l'orage ») et ainsi permettre une prise en main plus aisées d'initiatives.

2/ Les *adaptations en relation avec le comportement adverse* : ce sont les réponses contre-offensives et offensives au regard de l'*activité adverse*. Ci-dessous deux exemples :

- Ex.1 : L'opposant est un « kicteur », c'est-à-dire un combattant utilisant fortement les techniques de pied. Réponse proposée : Raccourcir la distance de combat pour l'empêcher de mettre à profit son travail de jambes (notion de neutralisation*).

- Ex.2 : l'opposant est un « attentiste* ». Il cherche à me toucher avec des coups de pied de forme « pistonnée ». Réponse proposée : Inviter l'adversaire à déclencher ses attaques afin de les exploiter immédiatement (Ex. : dévier ses attaques et riposter voire porter des « contres* » sur ses offensives).



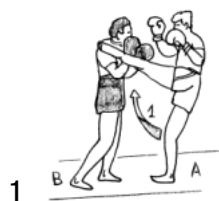
[B] sort du couloir direct d'attaquer adverse pour placer un « contre » sur la jambe d'appui

Les termes en gras sont définis dans cette rubrique ou feront l'objet de prochaines fiches, notamment pour : **adaptation, agencer ses actions, caractéristiques adverses (profil adverse), compétences, comportements significatifs, construction du jeu, habiletés, manière de combattre, organisation du jeu, réponses comportementales, ressources, savoirs, style de combat.**

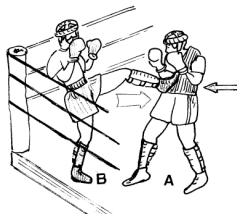
Illustrations

Ci-dessous, quelques exemples d'**habiletés** d'adaptation.

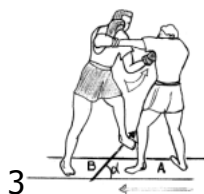
Figure 1 : «Prendre en compte les caractéristiques adverses »



1 - [A] est un « kicqueur ». [B] raccourcit la distance pour annihiler l'effet des coups de pieds adverses (action de neutralisation*)

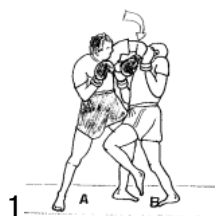


2 - [B] fait le « pressing » pour coincer son adversaire. [A] conserve la grande distance par des déplacements latéraux (dégageant*) et des coups d'arrêt (action de stoppage*)

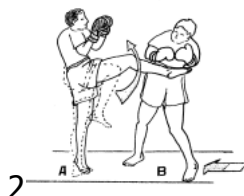


3 - [A] est un fonceur en « jab » du bras avant. [B] effectue des pas de côté pour sortir de l'axe dangereux (action de décalage*)

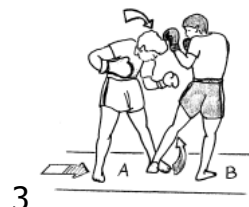
Figure 2 : «Adapter son activité offensive » (ici « se servir du comportement adverse »)



1 - [B] avance constamment, [A] le « télescope » en coup de coude lors de son avancée



2 - [B] tourne autour de [A], [A] le « presse » sur les cordes et le « télescope » en coup de pied semi-circulaire lors d'un dégagement latéral



3 - [A] avance constamment en direct du bras avant, [B] le balaye lors d'une avancée du pied avant, puis enchaîne...

Figure 3 : « Utiliser une activité de défense active »



1 - [A] est entrain de déclencher un coup de pied. [B] neutralise l'action par un coup de pied de côté de type « piston » sur l'abdomen



2 - [A] avance. [B] stoppe la progression adverse en coup de pied de face de type « piston » sur la hanche

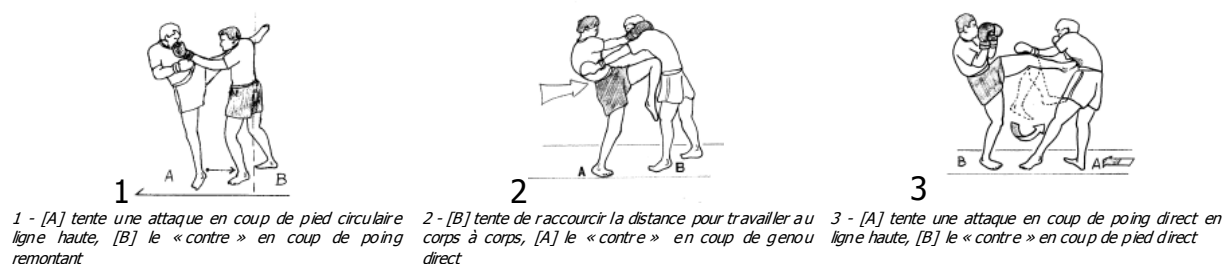


3 - [B] se prépare à bondir pour attaquer en direct du bras avant. [A] arrête sa progression en coup de poing de type « piston » à la face

Figure 4 : « Adapter son activité de défense puis de riposte »



Figure 5 : « Adapter son activité de contre* »



Définitions

Attentiste : manière de combattre consistant à laisser l'initiative d'action à l'adversaire pour se servir de son comportement

Arrêt (Coup d...) : aussi « stoppage ». Coup destiné à arrêter la progression adverse ou à neutraliser le coup adverse dans sa phase de lancement. Ex. : porter un coup de pied direct de forme pistonnée pour empêcher l'opposant de venir au corps à corps

Contre (Coup de...) : offensive dans l'offensive adverse. Ex. : porter une attaque en ligne basse lors d'une offensive en ligne haute

Contre-offensive : ensemble d'actions offensives dirigées à l'encontre de l'attaque adverse (coup d'arrêt, contre, neutralisation, etc.)

Défense active : mode défensif ayant pour but d'utiliser l'attaque adverse à son propre avantage et non de la subir. Ex. : absorber un coup prévisible et placer un coup de contre dans le même temps

Dégagement : action de défense ayant pour but de s'échapper d'une emprise adverse

Fonceur : manière de combattre en avançant constamment le plus souvent d'une façon agressive

Neutraliser : activité destinée à empêcher la réalisation d'actions offensives adverses. Ex. : 1/ verrouiller les armes adverses en saisissant l'adversaire ou en se collant, ou en interposant l'avant-bras sur l'arme adverse, 2/ raccourcir la distance de frappe adverse pour empêcher l'adversaire de déployer des coups longs

Piège : aussi « invite ». Manoeuvre consistant à demander une action précise à l'adversaire afin d'utiliser sa réponse. Ex. : inviter l'opposant à attaquer une cible volontairement découverte afin de placer un coup de « contre »

Profil : ensemble de caractéristiques* majeures et données* personnelles concernant un adversaire

Riposte : aussi « contre-attaque ». Offensive effectuée immédiatement après une défense personnelle. Ex. : bloquer un coup de poing direct à la face et contre-attaquer avec un coup de pied en ligne basse

Verrouiller : activité de neutralisation destinée à empêcher la réalisation d'actions offensives adverses par le contrôle du corps adverse notamment des armes. Ex. : se coller contre l'adversaire

Bibliographie

- Blanchet, G., Boxe et sports de combat en éducation physique, Editions Chiron, Paris, 1947
 Bouttier, J.C., Letessier, J., Boxe : la technique, l'entraînement, la tactique, Editions Laffont, Paris, 1978
 Bouttier, J.C., Lustyk, J.P., La boxe : connaissance et technique, Editions Daniel, Paris, 1990
 Clery, R., L'escrime, Collection « Que-sais-je ? », Editions PUF, Paris, 1973
 F.F.E., Les cahiers de la commission pédagogique nationale d'escrime, IN SEP, Paris, 1981
 Delmas, A., L'acte d'opposition, Documents de formation de la Ligue de Picardie, 1981
 Devost, Manuel de Boxe Française et Anglaise, Paris, 1885
 Deyrieux, A., La boxe anglaise, Ulisse Editions, Paris, 1998
 F.F.B., La boxe, guide de techniques, Editions Vigot, Paris, 1980
 F.F.B., La boxe, préparation physique, secourisme, hygiène sportive, rôle de l'homme de coin, Editions Vigot, Paris, 1978
 Imhauss, M., Chapelot, R., Langage de l'escrime, Ministère de la Guerre, 1908
 Lerda, L., Casteyre, J.C., Sachons boxer, Editions Vigot, Paris, 1944
 Petit, M., Boxe, Editions Amphora, Paris, 1972
 Plasait, B., Défense et illustration de la Boxe Française, Editions Seditrep, Paris, 1971
 Rudetski, La boxe, Collection « Que-sais-je ? », Editions P.U.F., Paris, 1974

Texte et dessins : Alain DELMAS, juin 1981 modifié en décembre 2005
 Extrait du *Dictionnaire encyclopédique de la boxe et des autres boxes sportives*

Articles déjà parus : Fiche n° 1 (absorber).

Prochaines fiches : fiche n°3 (analyser l'acte d'opposition), fiche n°4 (analyser l'adversaire), fiche n°5 (anticiper), fiche n°6 (appâter), fiche n°7 (appuis), fiche n°8 (aptitudes), fiche n°9 (arrêter), fiche n°10 (s'assouplir), fiche n°11 (attaquer), fiche n°12 (attitude de combat ou garde), fiche n°13 (axes de combat).



ERROR: stackunderflow
OFFENDING COMMAND: ~

STACK: