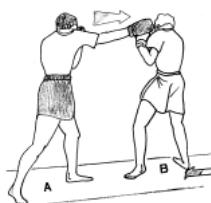




DÉFENSE ACTIVE EN BOXE

La meilleure défense est celle qui contraint l'attaque adverse et exploite cette dernière.



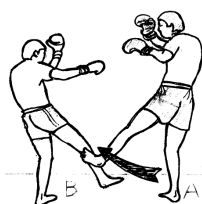
Coup de poing d'arrêt sur avancée adverse

« Toute défense doit être mise en œuvre avec l'intention de porter soi-même un coup » A.D

La **défense active** est un concept utilisé dans le domaine de l'architecture militaire qui s'oppose à *défense passive*. Cette première consiste à l'aménagement de lieux permettant de retarder toute intrusion. Des dispositifs favorisent la prise rapide de l'information sur l'offensive adverse (notion de « détection avancée »).

En sports de combat, l'expression « défendre active » est utilisée par certains experts pour désigner une catégorie de défense ayant pour effet, la **mise en difficulté de l'attaque adverse** et son **exploitation**. Cette catégorie s'oppose donc à celle dite de défense « classique » qui consiste le plus souvent à réaliser une activité contrainte (défense neutre sans autre intention), comme par exemple un blocage* ou une esquive* de coup.

La *défense active* appartient au domaine stratégique, car elle relève de l'intention de mettre en place des actions visant à contrôler l'offensive adverse au lieu de se contenter tout bonnement de défendre. Voyons ci-dessous ce qui la différencie donc d'une *défense classique*.



Déviation sur balayage adverse

Comme son qualificatif l'indique, elle se manifeste par une « activité » déployée avant, voire pendant, l'offensive adverse. Comme nous l'avons dit précédemment, son premier objectif est la **mise en difficulté l'attaque adverse**. Les moyens disponibles pour réaliser cet objectif, très souvent manière anticipée, sont les suivants :

- une activité de **détection** des intentions adverses : repérage... la future attaque adverse (relever les indices ... offensives probables pour les anéantir, les réduire ou les exploiter). Ce qui demande une forte capacité d'observation et de lucidité.
- une activité de **dissuasion** de (ex. : guerre froide) Elle a pour but de gêner l'attaque adverse afin....
- une activité de **neutralisation** et cela»
- le débiaison d'une activité offensive pendant la manœuvre offensive adverse. Elle répond à un principe ... « la meilleure défense est l'attaque ».

Mettre en difficulté l'offensive adverse. Pour cela il existe différents moyens :

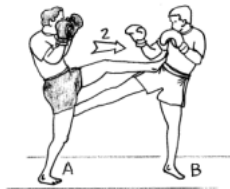
- la détection du comportement offensif adverse permettant de se prémunir et de l'utiliser à son propre avantage
la dissuasion (décourager l'attaque adverse, par l'intimidation,
... se définissant par le déploiement

Le second objectif de la défense active est de mettre à ... « **utiliser l'attaque adverse à son avantage** ». D'abord, il s'agit de faire en sorte que l'offensive adverse fasse le moins de dégâts possible et, d'autre part, utiliser l'activité adverse afin placer une contre-offensive efficace.

La première intention est de subir le moins de dégâts possibles en défendant. Ainsi les modes employés sont peu coûteux en traumatismes : blocage absorbant et déviation de l'arme d'attaque.

La seconde intention est de tirer parti de l'attaque adverse. On distingue ainsi deux modes :

- La défense doit permettre de placer une contre-attaque (Ex. : absorber le choc et riposter* dans le même temps ou dévier l'arme en déséquilibrant l'opposant afin de contre-attaquer* avantageusement),
- La défense consisterait à attaquer, c'est-à-dire passer à l'offensive dans l'initiative adverse, soit dans l'avancée de l'opposant soit dans son attaque proprement dite (Ex. : empêcher l'adversaire de s'approcher ou de développer son attaque, à l'aide d'un coup dans l'axe direct).



Coup de pied d'arrêt sur développement de l'action adverse

Pour ce qui concerne la *défense active*, nous repérons plusieurs façons de faire :

1/ Absorber* le choc en amoindrissant son effet, ce qui permet une riposte plus aisée

2/ Dévier l'arme adverse, mode pouvant occasionner un déséquilibre de l'opposant et avantage une riposte,

3/ Traumatiser l'arme adverse lors de son utilisation,

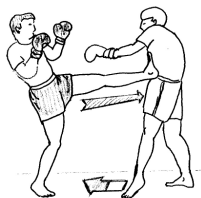
4/ Empêcher le déclenchement d'une éventuelle attaque adverse (notion de **verrouillage**). Certains auteurs parlent de *clinch* ou d'obstruction,

5/ Arrêter net la progression adverse (notion de **coup d'arrêt**),

6/ Intercepter l'arme adverse dès son déclenchement (notion de **coup d'arrêt**),

7/ Attaquer les cibles adverses dans l'attaque adverse (notion de **coup de contre**).

Comme dit la maxime, « la meilleure défense c'est l'attaque ! », le *coup d'arrêt* et le *contre* en sont de bons exemples. Bien évidemment, ces différents modes d'action peuvent être combinés entre eux.



Coup de pied d'arrêt sur avancée adverse

De quelle nature sont ces actions défensives ? Nous trouverons ci-dessous quelques illustrations :

1/ Le « tac au tac » : c'est prévoir le type de coup à venir en l'*appâtant* par exemple (ou en allant le chercher), puis *absorber* le choc et ainsi placer une riposte calculée (fig.1)

2/ Le « détournement » : il consiste à prévoir le coup adverse, en allant le demander (ou en l'appâtant), puis à dévier le coup afin de surprendre voire déséquilibrer l'opposant. Cette stratégie

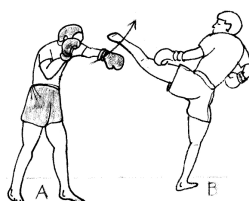
requiert une prédiction sur le travail adverse, une bonne prise d'information et une excellente anticipation (fig.2)

3/ Le « rush défensif » : il consiste à neutraliser l'offensive au départ du coup, en coupant la distance. Cette stratégie requiert, comme pour le cas précédent, une prédiction sur le travail adverse, une bonne prise d'information et une excellente anticipation (fig.3)

4/ Le *stoppage* (ou arrêt) : c'est une attaque dans l'avancée adverse (ou au départ du coup) le plus souvent exécutée à l'aide d'une technique à trajectoire directe, ce qui a pour effet de laisser l'opposant sur place (fig.4)

5/ Le *contre* (ou contre-coup) : c'est aussi une attaque dans l'offensive adverse, nécessitant une anticipation et un désaxage du corps pour éviter la trajectoire opposée (fig.5).

Les termes en gras sont définis dans cette rubrique ou feront l'objet de prochaines fiches, notamment pour : **absorber**, **(s')adapter à l'activité adverse**, **anticiper**, **à-propos**, **arrêter**, **bloquer (parer)**, **contrer**, **déborder**, **décaler**, **défendre activement**, **désaxer**, **dévier**, **esquiver**, **habiletés**, **lire le comportement adverse**, **mouvement de buste**, **manœuvrer**, **neutraliser l'action adverse**, **pas de côté**, **périmètre de sécurité**, **préparation d'attaque**, **riposter**, **saper**, **stopper**, **utiliser l'action adverse**, **verrouiller l'action adverse**.



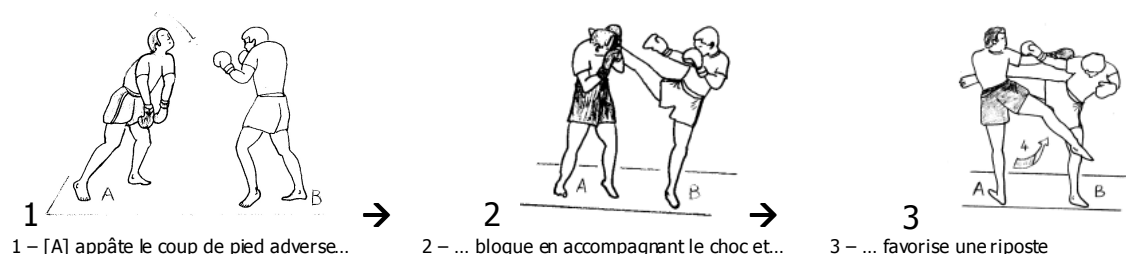
Déviation du coup de pied adverse pour déséquilibrer

Illustrations

Ci-dessous, quelques exemples d'**habiletés à défendre activement**.

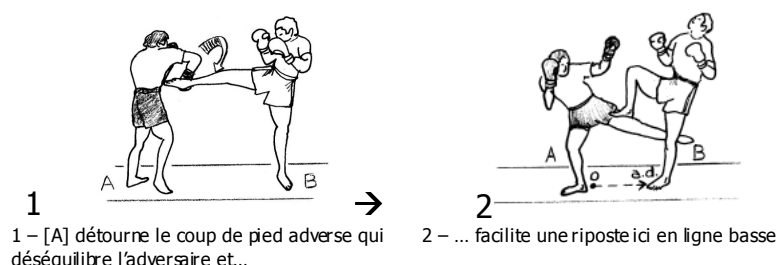
Forme 1 : « Absorber le choc adverse et riposter »

Utilisation de l'attaque adverse pour favoriser une contre-attaque



Forme 2 : « Dévier l'arme adverse et riposter »

Utilisation de l'attaque adverse pour favoriser une contre-attaque



Forme 3 : « Percuter l'arme adverse et riposter »

Neutraliser l'arme adverse pour favoriser une contre-attaque



1

1 – [A] « casse » brusquement la distance sur une attaque en crochet large et percute le bras adverse et...

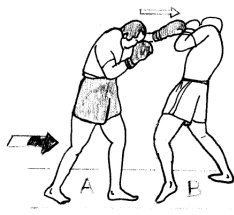


2

2 – ... riposte en coup de genou

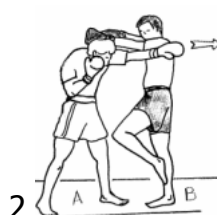
Forme 4 : « Empêcher le déclenchement d'une offensive adverse »

Neutraliser l'arme adverse pour favoriser une contre-attaque



1

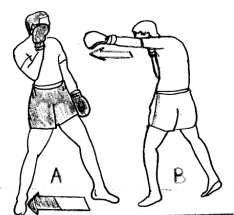
1 – [A] est très dangereux sur la grande distance...



2

2 – ... [B] « casse » brusquement la distance riposte en coup de genou.

Forme 5 : « Arrêter net la progression adverse »



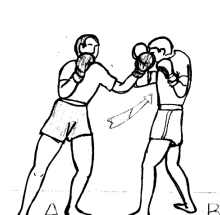
1

1 – [A] ...



2

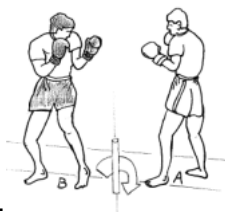
2 – « stoppe » en coup de pied et ...



3

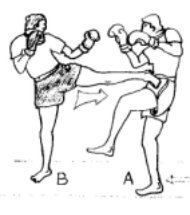
3 – ... contre-attaque en coup de poing

Forme 6 : « Interceptor l'arme adverse dès son déclenchement »



1

1 – Couverture latérale à l'aide d'un gant



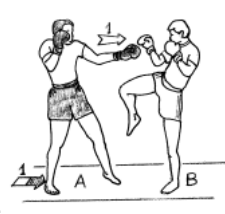
2

2 – Couverture latérale à l'aide d'un gant

3

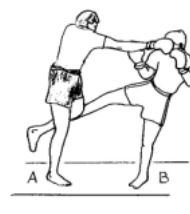
3 – Couverture sur la tête avec l'avant-bras

Forme 7 : « Attaquer les cibles adverses dans l'attaque adverse »



1

1 – Couverture latérale à l'aide d'un gant



2

2 – Couverture latérale à l'aide d'un gant

Définitions

Coup d'arrêt ou « 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 dirigées à l'encontre de l'attaque adverse (défense, coup d'arrêt, contre, dégagement, neutralisation, etc.)

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

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 (clinch), 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 (obstruction)

Offensive : ensemble d'actions destinées à attaquer les cibles adverses ou à déséquilibrer l'opposant

Piège : mode stratégique consistant à demander une forme déterminée d'action à l'adversaire afin de le tromper. Ex. : inviter l'opposant à attaquer une cible volontairement découverte pour pouvoir placer un coup de « contre »

Riposte ou « 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

Saper : mode offensif consistant à percuter les armes adverses pour réduire leur capacité d'action. Ex. : percussion des cuisses adverses pour anéantir leur pouvoir à frapper ou à se déplacer. Percussion sur le bras pour amoindrir sa puissance de frappe et sa capacité à défendre

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, Editions Laffont, Paris, 1978
Clairy, R., L'escrime, Editions PUF, Paris, 1973
F.F.E., Les cahiers de la commission pédagogique nationale d'escrime, INSEP, 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 Éditions, Paris, 1998
F.F.B., La boxe, guide de techniques. Éditions Vigot, Paris, 1980
F.F.B., La boxe, préparation physique, secourisme, hygiène sportive, rôle de l'homme de coin. Éditions Vigot, Paris, 1978
Imbasse, Chapelier, Langage de l'escrime, 1908
Lerda, L., Casteyre, J.C., Sachons boxer, Editions Vigot, Paris, 1944
Petit, M., Boxe, Paris, Editions Amphora, Paris, 1972
Plasait, B., Défense et illustration de la Boxe Française, Editions Sedirep, 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), fiche n°2 (s'adapter), 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 (l'attaque), fiche n°12 (attitude de combat ou garde), fiche n°13 (axes de combat), fiche n°14 (battre), fiche n°15 (battement), (fiche n°16 (bilan de match), fiche n°17 (bloquer), fiche n°18 (boxer à reculons), fiche n°19 (cadrer), fiche n°20 (caractéristiques de l'adversaire), fiche n°21 (compétences), fiche n°22 (complexité de l'acte d'opposition), fiche n°23 (construire le jeu), fiche n°24 (contrer), fiche n°25 (défendre).**



N.B. : L'auteur ne peut être tenu responsable des erreurs techniques ou des blessures engendrées par une mauvaise interprétation des propos de cet article