



Examen gant jaune

Dimanche 22 novembre 2026

Lieux : Mérignac à 14h

Protocole : (détail en PJ)

Responsable formation : Herbert Thevenon, C.T.D. 33

Contact : 06 76 71 58 79 / ctd33savate@gmail.com

Prérequis :

- être licencié FFSBF&DA,
- Attestation santé ou certificat médical de non contre-indication à la pratique de la savate & options en cours de validité

Cout de l'examen : 50 €

Date limite d'inscription : le 7/11/2026

Infos complémentaires :

- prévoir carte de grade ou passeport sportif
- prévoir tenue réglementaire de savate (tenue lycra, gants, chaussures de savate et protections).

Fiche d'inscription

Examen gant jaune

22/11/2026

Nom : Prénom : Tél. :

Date de naissance :/...../..... Code postal de naissance :

Courriel :

Adresse :

Code Postal / Ville :

N° licence : Grade : Discipline :

Nom du club : N° d'affiliation :

Nom du président : Tél :

Courriel :

Nom de l'entraîneur : Tél :

Courriel :

La fiche d'inscription doit être accompagné des documents suivants :

- Règlement de 50 € : ☐ chèque à l'ordre de « comité de gironde de savate et da »
Ou ☐ virement (IBAN/BIC : **FR7615589335770732992614075 / CMBRFR2BXXX**)
- Attestation santé ou Certificat Médical de non contre-indication à la pratique de la savate en cours de validité
- Copie carte national d'identité recto/verso
- Autorisation parentale pour les mineurs (PJ)

Le dossier complet doit être envoyé AVANT le 7/11/2026 à l'adresse suivante :
Chez Mr Herbert Thevenon, 5 rue Paul Wallerstein, L36 les platanes, 33740 Arès.

Tout dossier incomplet ou reçu après cette date sera refusé.

Une convocation vous sera envoyée par mail

Fait le à

Signature du stagiaire

Signature de l'entraîneur

***AUTORISATION PARENTALE POUR LES PARTICIPANTS MINEURS**

Je soussigné, (*nom et prénom*) :
autorise mon enfant (*nom et prénom*) :
à participer à l'examen :
organisé le...../...../.....à.....

J'autorise les organisateurs à hospitaliser mon enfant si la situation semble nécessaire.

N° de téléphone de la personne à prévenir en cas d'urgence:/...../...../...../.....

Fait à, le

*Signature du représentant légal précédée de la mention : "**lu et approuvé**"*

Procédure d'examen gant jaune

Le gant jaune correspond à la période de maîtrise.

Le candidat devra maîtriser tous les thèmes et la gestuelle de la progression technique (du gant bleu au blanc) et être capable de perturber pour toucher (feinte).

Première partie : technique Le candidat dispose d'une durée maximale d'une minute trente par thème pour proposer six démonstrations de son choix (par thème).

Deuxième partie : assaut à thème Le candidat réalise un assaut de deux reprises de deux minutes dans le respect du thème imposé. Il démontre cinq à huit feintes effectives par reprise.

Troisième partie : assaut libre Le candidat réalise un assaut libre de deux reprises de deux minutes. Les modalités du choix du partenaire sont laissées à l'initiative du jury.

Afin d'évaluer les candidats, les critères suivants servent de base :

La validité : Le tireur respecte les consignes liées à l'exercice et l'objectif est atteint.

L'exécution : La gestuelle technique respecte les descriptifs réglementaires. - L'organisation générale du tireur est « opérationnelle » (posture de garde, équilibre corporel, etc.). - Les touches sont contrôlées (coups « touchés » et non « portés »).

La variété : Pour les situations où plusieurs choix ou solutions sont possibles, le tireur est en mesure de démontrer plusieurs propositions ou réponses.

« Je perturbe pour toucher et je maîtrise tous les thèmes et la gestuelle de la progression technique (gants de couleur) ».

Le gant jaune correspond à la période de maîtrise.

Thèmes techniques :

Les catalogues techniques des 4 précédents grades des périodes d'initiation et de perfectionnement permettent une préparation des 3 premiers thèmes techniques de cette épreuve.

Les précisions qui suivent permettent la préparation du 4^{ème} thème technique de cette épreuve « Je perturbe pour toucher ».

La feinte est au cœur de ce thème, elle est définie comme une action qui vise à provoquer un acte réflexe (ou automatique) de l'adversaire pour découvrir une cible mais aussi perturber l'adversaire, se placer dans une position favorable ou exécuter un enchaînement programmé.

Parmi les feintes (ou gestuelles de feintes) les plus courantes, on repère (liste non exhaustive) :

- ▶ La feinte d'attitude (ex. : Je recule pour faire avancer mon adversaire).
- ▶ La feinte de cible (ex. : Simuler un fouetté en ligne basse pour toucher avec un fouetté en ligne haute).
- ▶ La feinte de trajectoire (ex. : Simuler un crochet pour toucher avec un direct).
- ▶ La feinte d'arme (ex. : Simuler une attaque d'un fouetté de la jambe avant pour toucher avec un fouetté de la jambe arrière).
- ▶ La feinte de technique (ex. : Simuler un coup de pied bas pour toucher avec un fouetté).

Par nature une feinte n'est pas systématique. Néanmoins dans le cadre de l'apprentissage, l'aspect systématique peut être un choix pédagogique ; on parlera alors de gestuelle de feinte. Cet apprentissage gestuel de la feinte devant naturellement être réinvesti dans des situations pédagogiques où la gestion de l'incertitude est prédominante.

Faire varier sa vitesse gestuelle et/ou sa vitesse de déplacement (changements de rythme) dans un temps donné (enchaînement, reprise) est également de nature à perturber l'adversaire en gênant sa prise d'information.

Le candidat dispose d'une durée maximale d'une minute trente par thème pour proposer 6 démonstrations de son choix (par thème).

ASSAUT À THÈME

Le candidat réalise un assaut de deux reprises de deux minutes dans le respect du thème imposé. Il démontre 5 à 8 feintes effectives par reprise.

ASSAUT LIBRE

Le candidat réalise un assaut libre de deux reprises de deux minutes.

Remarques :

- Les modalités du choix du partenaire sont laissées à l'initiative du jury.

- Pour les assauts à thème et libre deux tireurs peuvent être évalués simultanément dans la mesure où les jurys sont au minimum deux (un par tireur évalué).

- Les tireurs (évalué et partenaire) sont vêtus d'une tenue (intégrale) et équipés de matériel spécifique à la pratique de la Savate boxe française en adéquation avec sa réglementation technique.



Evaluation du Gant JAUNE

Nom du Candidat : Date de l'évaluation :
 N° de licence : Grade ou degré présenté :
 Grade ou degré actuel : Date d'obtention :

Les thèmes techniques		Validité /5	Exécution /5	Variété /5	Total /15
« Je touche et je ne suis pas touché »	Le tireur évalué fait un enchaînement de 3 coups de son choix. Le partenaire riposte avec un coup de son choix. Le tireur évalué pare ou esquivé la riposte.				
« Je ne suis pas touché et je touche »	Le partenaire attaque avec un coup de son choix. Le tireur évalué pare ou esquivé l'attaque et riposte avec un enchaînement de 3 coups de son choix comprenant un décalage et/ou un débordement.				
« Je touche avant d'être touché »	Le partenaire fait une attaque (prévisionnelle) de 3 coups. Le tireur évalué fait un contre ou une contre attaque ou un coup d'arrêt suivi de 2 coups de son choix.				
« Je perturbe pour toucher »	Le tireur évalué fait un enchaînement de 3 à 7 coups avec <u>une gestuelle</u> de feinte et ou un changement de rythme.				
Totaux Assaut libre					 /60

Assaut à thème		Validité /5	Exécution /5	Variété /5	Total /15
Utiliser des feintes pour perturber l'organisation et/ou provoquer la réaction de mon adversaire.	Reprise 1				
	Reprise 2				
Totaux Assaut à thème					 /30

Assaut libre	Validité /5	Exécution /5	Variété /5	Total /15
Reprise 1				
Reprise 2				
Totaux Assaut libre				 /30

TOTAL GENERAL	Le candidat doit obtenir un minimum de 70/120	 /120
----------------------	--	------------

Nom des membres du Jury Emargement :