



PROGRESIÓN TÉCNICA

Del

SAVATE BOXEO FRANCÉS

SEPTIEMBRE 2013



PROGRESIÓN TÉCNICA PARA LA SAVATE BOXEO FRANCÉS

La progresión técnica se concibió para organizar de manera metódica y coherente la enseñanza del Savate Boxeo Francés.

La elección de las técnicas busca privilegiar la progresión del practicante en situación de oposición en el respeto de las formas técnicas autorizadas y codificadas. La progresión se escalona desde los grados Kanguro (infantiles que son objeto de otro manual) hasta el guante de plata técnico 3º grado. La progresión es la siguiente:

- **Descubrimiento:** Kanguro 1º, 2º y 3º grado.
- **Iniciación:** Guante Azul y Guante Verde
- **Perfeccionamiento:** Guante Rojo y Guante Blanco
- **Maestría:** Guante Amarillo
- **Experto:** Guante de Plata Técnico 1º, 2º y 3º grado.

Los grados de Kanguro los otorga el propio profesor en el club.

Los grados de color (azul, verde, rojo y blanco) los otorga un jurado compuesto por lo menos dos instructores. Si el club solo tiene un instructor puede pedir a un instructor a la CESBF para el examen.

Los guantes Amarillo y de Plata los otorga la Comisión de Grados de la CESBF que se compromete en realizar varios exámenes por año en diferentes lugares.

ORGANIZACIÓN DEL EXAMEN:

Para los grados Kanguro ver el reglamento específico. Para los guantes de Plata ver reglamento al final de este manual.

GUANTES DE COLOR

Los guantes de color (Azul, verde, rojo y blanco) están divididos en tres niveles de competencia llamados grados. El instructor apuntará al alumno o bien en un nivel particular o bien a todo el grado según lo considere preparado.

En los dos casos la organización del examen será la misma. Se utilizarán las hojas de evaluación incluidas en este manual a ese efecto.

Parte técnica

Se evaluará al candidato sobre tres apartados de la hoja de examen correspondiente al grado al cual se presenta.

- Si se presenta a la totalidad del grado se elegirán en la totalidad de los apartados.
- Si se presenta a un grado en concreto se elegirán en los apartados correspondientes al grado.

El candidato dispondrá de un minuto por técnica para demostrar su nivel de competencia.

La elección de las técnicas es a criterio del jurado que podrá sortear o elegir por consenso las técnicas.

Asalto a tema

El candidato realiza dos asaltos de un minuto y treinta segundos con un minuto de descanso, respetando el tema que le impone el jurado. El tema es de libre elección del jurado teniendo en



PROGRESIÓN TÉCNICA PARA LA SAVATE BOXEO FRANCÉS

cuenta las competencias en acorde al grado presentado. Deberá realizar por lo mínimo 5 veces el tema propuesto.

Asalto libre

El candidato realiza tres asaltos libres de un minuto y treinta segundos con un minuto de descanso, contra el mismo o diferentes adversarios a criterio del jurado.

GUANTES AMARILLO

Técnica

El candidato dispone de un minuto y medio por tema para realizar seis demostraciones de su elección para cada uno de los temas de examen.

Asalto a tema

El candidato realizará dos asaltos de un minuto y treinta segundo respetando el tema que se le ha impuesto. A mayores deberá realizar como mínimo cinco fintas efectivas por asalto.

Asalto libre

El candidato realiza tres asaltos libres de un minuto y treinta segundos con un minuto de descanso, contra el mismo o diferentes adversarios a criterio del jurado.

CRITERIOS DE VALORACIÓN

En las hojas de examen aparecen los criterios siguientes:

La validez:

El candidato respeta las instrucciones y logra realizar lo que le piden

La ejecución

- La técnica es correctamente ejecutada.
- La organización general del candidato es correcta (guardia, equilibrio...)
- Los golpes son controlados (toques)

La variedad

En las situaciones en las cuales tiene varias opciones demuestra varias de ellas y no realiza siempre la misma técnica.



PROGRESIÓN TÉCNICA PARA LA SAVATE BOXEO FRANCÉS

GUANTE AZUL - "TOCO Y NO ME TOCAN"

TÉCNICA			
	<i>Ataque Simple</i>	<i>Contraataque</i>	<i>Incertidumbre</i>
1º GRADO	Fouetté medio	Directo cuerpo o cara	segmento
	Chassé medio	Directo cuerpo o cara	segmento
	Directo cuerpo o cara	Fouetté bajo o medio	Segmento/altura
	Fouetté bajo o medio o directo cuerpo o cara	Fouetté bajo o medio o directo cuerpo o cara	Segmento/altura/técnica
2º GRADO	Chassé bajo o medio	Fouetté medio	Segmento/altura
	Fouetté bajo o medio o Chassé bajo o medio	Fouetté bajo o medio o Chassé bajo o medio	Segmento/altura/técnica
	Directo cuerpo o cara	Fouetté bajo o medio	Segmento/altura
	Fouetté bajo o medio o Chassé bajo o medio o Directo cuerpo o cara	Fouetté bajo o medio o Chassé bajo o medio o Directo cuerpo o cara	Segmento/altura/técnica
3º GRADO	Revers cara	Fouetté bajo o medio	Segmento
	Revers cara o Chassé bajo o medio	Fouetté bajo o medio o Chassé bajo o medio	Segmento/altura/técnica
	Fouetté bajo/medio/alto o Chassé bajo/medio/alto o Directo cuerpo o cara o Revers bajo/medio/cara	Fouetté bajo/medio/alto o Chassé bajo/medio/alto o Directo cuerpo o cara o Revers bajo/medio/cara	Segmento/altura/técnica

La incertidumbre es la del atacante al realizar su técnica.

ASALTO	
A TEMA	El alumno debe realizar dos asaltos de 1'30 respetando las instrucciones y realizar mínimo 5 veces el tema indicado.
LIBRE	El alumno debe realizar tres asaltos de 1'30



PROGRESIÓN TÉCNICA PARA LA SAVATE BOXEO FRANCÉS

FICHA DE EVALUACIÓN DEL GUANTE AZUL

Nombre:		Fecha:			
Nº de licencia:		Grado presentado: 1-2-3			
Grado actual		Fecha obtención:			
TÉCNICA					
	Técnica	Validez/5	Ejecución/5	Variedad/5	Total/15
1º GRADO	Fouetté medio				
	Chassé medio				
	Directo cuerpo o cara				
2º GRADO	Fouetté bajo o medio o directo cuerpo o cara				
	Chassé bajo o medio				
	Fouetté bajo o medio o Chassé bajo o medio				
	Fouetté bajo o medio o Chassé bajo o medio o Directo cuerpo o cara				
3º GRADO	Revers cara				
	Revers cara o Chassé bajo o medio				
	Fouetté bajo/medio/alto o Chassé bajo/medio/alto o Directo cuerpo o cara o Revers bajo/medio/cara				
TOTALES TÉCNICA					/45
ASALTOS A TEMAS					
Realizar una técnica simple evitando ser tocado por el contraataque	1º Asalto				
	2º Asalto				
TOTALES ASALTOS A TEMAS					/30
LIBRES					
Asaltos de 1'30	1º Asalto				
	2º Asalto				
	3º Asalto				
TOTALES ASALTOS LIBRES					/45
TOTAL GENERAL		El candidato debe obtener una nota mínimo de 70 para aprobar			/120

Miembros del Jurado:

Decisión: Aprobado – Suspenso

Firma:



PROGRESIÓN TÉCNICA PARA LA SAVATE BOXEO FRANCÉS

GUANTE VERDE - “NO ME TOCAN Y TOCO”

TÉCNICA				
	<i>Sobre Ataque</i>	<i>Me defiendo</i>	<i>Contraataco</i>	<i>Incertidumbre</i>
1º GRADO	Fouetté medio	Bloqueo	Coup de pied bas	segmento
	Directo cara	Bloqueo/desvío	Coup de pied bas	segmento
	Fouetté bajo o chassé bajo	Esquiva atrasando	Cualquier técnica	Segmento/ técnica
	Cualquier técnica media	Esquiva o parada	Cualquier técnica	Segmento/técnica
2º GRADO	Fouetté medio	Bloqueo	Revers giro cara	Segmento
	Revers Cara o Fouetté medio	Esquiva o parada	Chassé giro medio	Segmento/altura/técnica
	Cualquier técnica	Esquiva o parada	Cualquier técnica	Segmento/altura/técnica
3º GRADO	Revers cara o Fouetté medio	Esquiva o parada	Chassé giro	Segmento/altura/técnica
	Cualquier Patada	Esquiva o parada	Cualquier técnica	Segmento/altura/técnica
	Cualquier técnica de puño	Esquiva o parada	Cualquier técnica	Segmento/altura/técnica

La incertidumbre es la del defensor sobre el ataque.

ASALTO	
A TEMA	El alumno debe realizar dos asaltos de 1'30 respetando las instrucciones y realizar mínimo 5 veces el tema indicado.
LIBRE	El alumno debe realizar tres asaltos de 1'30



PROGRESIÓN TÉCNICA PARA LA SAVATE BOXEO FRANCÉS

FICHA DE EVALUACIÓN DEL GUANTE VERDE

Nombre:		Fecha:			
Nº de licencia:		Grado presentado: 1-2-3			
Grado actual		Fecha obtención:			
TÉCNICA					
	Ataque-defensa-contraataque	Validez/5	Ejecución/5	Variedad/5	Total/15
1º GRADO	Fouetté medio-bloqueo-coup de pied bas				
	Directo cara- Bloqueo/desvio- Coup de pied bas				
	Fouetté bajo o chassé bajo- Esquiva atrasando- Cualquier técnica				
	Cualquier técnica media- Esquiva o parada- Cualquier técnica				
2º GRADO	Fouetté medio- Bloqueo- Revers giro cara				
	Revers Cara o Fouetté medio- Esquiva o parada- Chassé giro medio				
	Cualquier técnica- Esquiva o parada- Cualquier técnica				
3º GRADO	Revers cara o Fouetté medio- Esquiva o parada- Chassé giro				
	Cualquier Patada- Esquiva o parada- Cualquier técnica				
	Cualquier técnica de puño- Esquiva o parada- Cualquier técnica				
TOTALES TÉCNICA					/45
ASALTOS					
A TEMAS					
Parar o esquivar un ataque simple y tocar en contra	1º Asalto				
	2º Asalto				
TOTALES ASALTOS A TEMAS					/30
LIBRES					
Asaltos de 1'30	1º Asalto				
	2º Asalto				
	3º Asalto				
TOTALES ASALTOS LIBRES					/45
TOTAL GENERAL		El candidato debe obtener una nota mínimo de 70 para aprobar			/120

Miembros del Jurado:

Decisión: Aprobado – Suspenso

Firma: