



Box'éduc est le seul programme de boxe au Québec conçu selon les exigences du ministère de l'Éducation. Il s'adresse aux enseignantes et enseignants en éducation physique, au primaire et au secondaire, qui désirent faire découvrir la boxe à leurs élèves lors des cours de façon sécuritaire.

L'interaction entre les jeunes n'implique aucun combat. Ceux-ci frappent les gants de leur partenaire, les mitaines d'entraîneur et les stations de frappe.

Un programme clés en main

Il comprend :

- Une SAÉ de 9 séances
- Des tutoriels vidéo expliquant la technique et les exercices
- L'équipement de boxe nécessaire
- Un cahier de l'élève
- Une grille d'évaluation (C1 et C3)
- L'accompagnement du début à la fin
- Selon les possibilités du milieu, une activité récompense dans un club de boxe à proximité de l'école



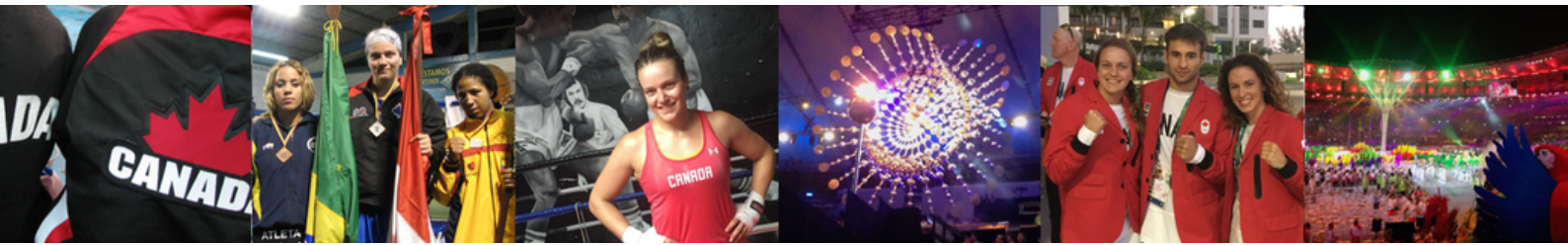
STRUCTURE ET DÉROULEMENT

La structure du projet permet de donner une image positive et sécuritaire de la boxe.

Conférence

Il débute par la conférence d'Ariane Fortin (ou d'un autre athlète en boxe olympique) dans le cadre du programme gouvernemental *Jouez gagnant!*, gratuite pour l'école.

Cette conférence permet aux élèves d'avoir une vision réaliste du monde de la boxe olympique, entre autres en ce qui concerne la discipline, la persévérance, la concentration et les bonnes habitudes de vie des athlètes. La conférence leur permet aussi de mieux comprendre le fonctionnement du sport et dissipe les préjugés.



9 séances d'éducation physique

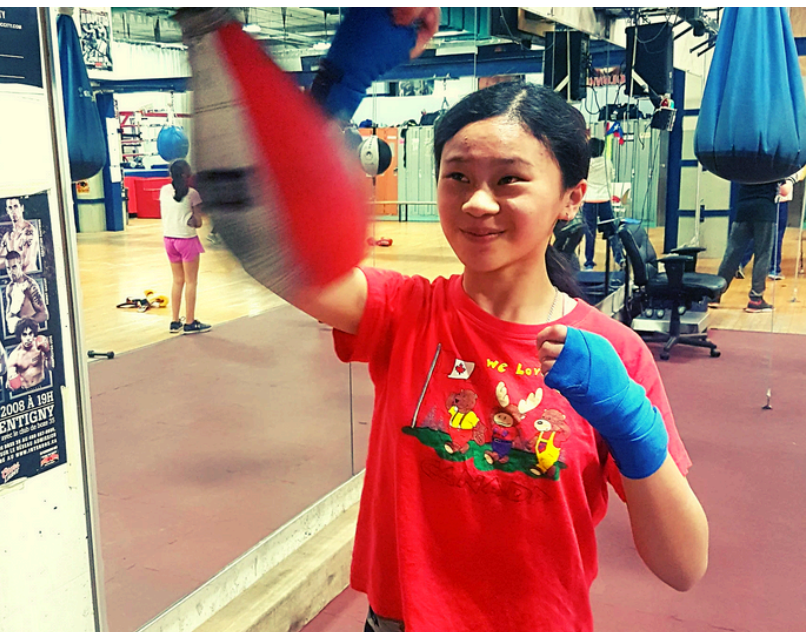
À la suite de la formation d'un jour et à l'aide des tutoriels vidéo et du matériel pédagogique en ligne, les enseignants de la province sont en mesure de piloter 9 séances d'éducation physique qui rencontrent les exigences du Ministère.



Entraînement dans un club de boxe local

Après les 9 séances, les élèves pourront transférer leurs compétences dans une situation réelle : ils vivront un « vrai » entraînement de boxe dans un club local, situé à proximité de l'école.

Le lien instauré entre l'école et le club de boxe permet de faire perdurer l'intérêt développé par l'élève. Grâce à la structure en place, il ou elle pourra continuer à faire de la boxe de façon récréative ou s'initier à la compétition.



OBJECTIFS

Contrener l'intimidation

par le développement de la confiance en soi

Grâce à la boxe, les élèves développent leur **combativité** et distinguent le **courage** de l'agressivité.

La confiance en eux qu'ils développent en boxant les amène à être plus tolérants face aux autres et à reconnaître leurs propres qualités.

Favoriser l'adoption de saines habitudes de vie



Grâce aux capsules vidéo informatives sur les saines habitudes alimentaires, réalisées avec Eve Crépeau, nutritionniste de haute performance avec les équipes nationales, les élèves en apprennent sur les saines habitudes des athlètes et sont amenés à réfléchir sur leurs propres habitudes alimentaires.

Motiver les filles à faire du sport

Le grand enthousiasme et la motivation des filles qui participent à Box'éduc a démontré l'importance de leur proposer des activités variées qui permettent à chacune de trouver sa voie sportive.

De plus, l'implication d'Ariane dans le projet permet aux filles de s'identifier à une athlète qui a réussi dans un sport typiquement masculin.





Box'éduc, c'est d'abord une formation complète qui permet d'être entièrement outillé lors de l'enseignement en gymnase. C'est voir ses élèves se surpasser tout en ayant du plaisir. C'est voir nos jeunes prendre confiance en eux et découvrir que la boxe est accessible à tous.



Ils nous demandent sans cesse quand la boxe recommencera! Nous aurons même un club de boxe à l'école avec un entraîneur cette année! Merci, Ariane, de nous avoir transmis ta passion!

Marilyne Chrétien, enseignante en éd. phys.
École Cardinal-Léger, CSS de la Pointe-de-l'Île



J'ai essayé Box'éduc avec mes élèves de la 3^e à la 6^e année. C'est une réussite sur toute la ligne! Le programme est facile à utiliser, facile à adapter et facile à comprendre (grâce entre autres aux vidéos), ce qui pousse les élèves à se dépasser. Nous venons de recommencer l'année et, déjà, les élèves me demandent quand ils pourront en refaire!



Le programme rejoint tous les types d'élèves : plus ou moins sportifs ou sportives, gars ou filles, petits ou grands... même les profs! Tout le monde y trouve son compte!

Richard Bernier, enseignant en éduc. phys.
École Saint-Joseph, CSS de la Côte-du-Sud

