



## LOGIQUE INTERNE ET RÈGLES FONDAMENTALES

---

**BP JEPS APT et AF**

# LOGIQUE INTERNE D'UNE ACTIVITÉ

La logique interne d'activité permet de décrire la discipline sportive dans son intégralité comportant les règles fondamentales pour exercer l'APS.

Comment construire une logique interne :

1. *Domaine de l'activité* : Sport collectif, individuel, d'opposition...
2. *Le jeu et son instrument* : "Qui se joue avec " ; ballon rond, ballon ovale, volant ...
3. *Le terrain / espace de jeu* : Terrain rectangulaire délimité, carré délimité, pleine nature...
4. *Le but et comment* : "Dont le but est de se faire des passes avec le pied pour marquer dans la zone d'en but adverse"

## *Exemple :*

La **boxe** est un sport d'opposition en un contre un où deux adversaires s'affrontent avec des gants de boxe, dans une zone délimitée (le ring), afin de toucher une cible déterminée sur l'adversaire (tête, corps).

Le **disc golf** est un sport de pleine nature, individuelle ou bien en équipe qui se joue avec un disc volant dont le but est de terminer le parcours en utilisant le moins de lancers possibles.



# RÈGLES FONDAMENTALES

Dans un sport il existe un nombre parfois incalculable de règles selon la discipline. Lorsqu'on parle de règle fondamentale, c'est la règle de 3.

C'est à dire **3 règles indispensables** pour jouer l'APS et en respectant la logique interne.

Les règles fondamentales sont souvent **les premières règles** enseignées aux débutants pour leur donner une compréhension de **base de l'activité ou du jeu**. Elles peuvent également être considérées comme les principes directeurs qui garantissent le bon déroulement et la sécurité de l'activité en question.

## *Boxe :*

- **Respect** des zones à toucher sur l'adversaire
- **Respect** de la zone de combat (ne pas sortir du ring)
- Pas de K.O en initiation / deux adversaires

## *Disc golf :*

- Lancer : *Le joueur doit **lancer le disque depuis l'endroit où il a atterri** lors du lancer précédent. Le joueur ne peut pas avancer en direction du panier avant d'avoir lancé le disque.*
- Terminer le trou
- Respect la zone délimité

