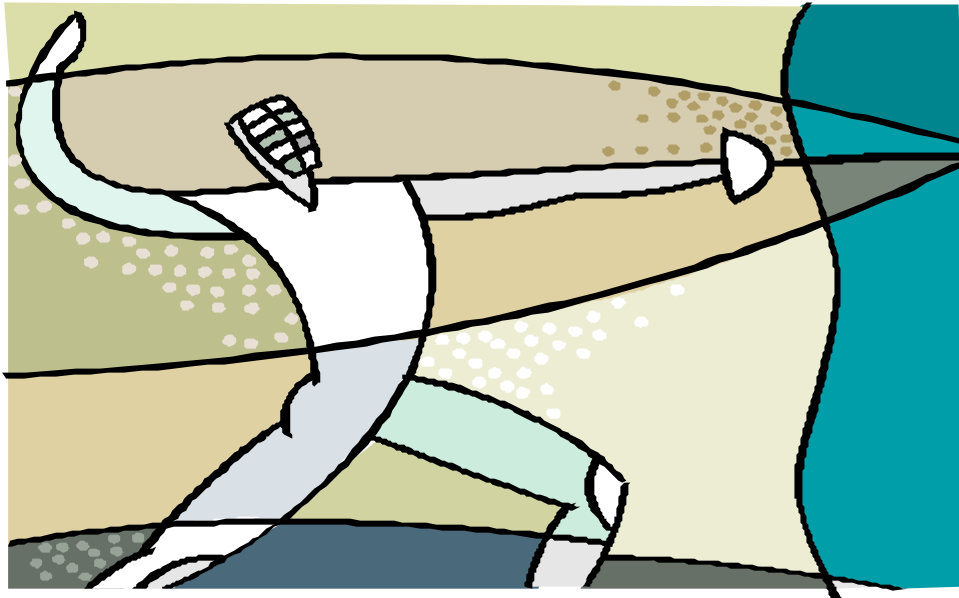


A la fin de l'envoi



Je touche !

**DOCUMENT PEDAGOGIQUE
POUR LA PRATIQUE
DE L'ESCRIME A L'ECOLE**

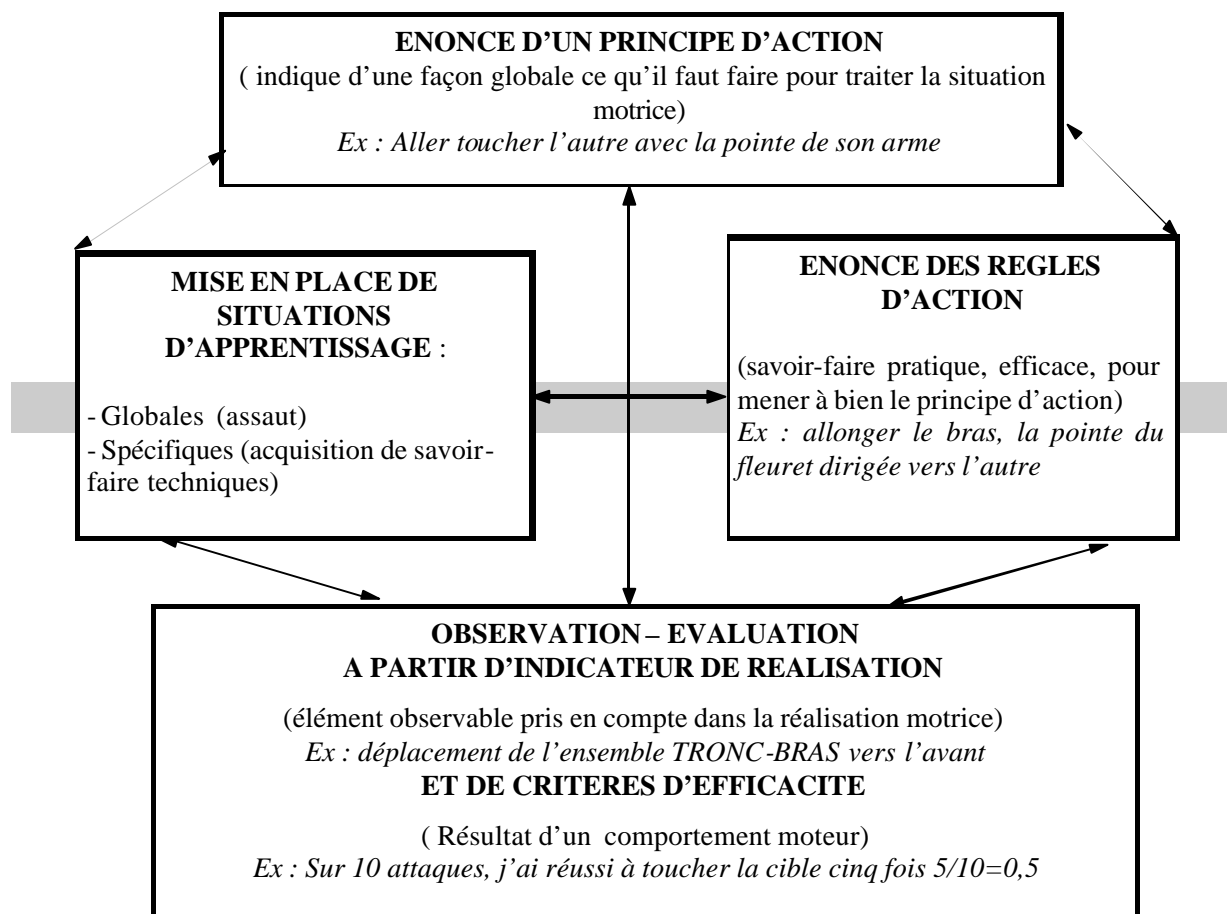
COMPÉTENCES et DÉMARCHE

Les compétences EPS auxquelles l'escrime fait appel sont:

Compétence spécifique :
S'opposer individuellement (ou collectivement)

Compétences générales :
Appliquer et construire des principes de vie collective.
S'engager lucidement dans l'action.
Mesurer et apprécier les effets de l'activité.

Une démarche



LES VALEURS DE L'ESCRIME



- Je suis poli
- J'ai l'esprit sportif
- Je respecte l'autre
- J'aide l'autre

- Je suis persévérant
- Je suis attentif
- Je me maîtrise
- J'ai le goût de l'effort

LES RÈGLES DE SÉCURITÉ

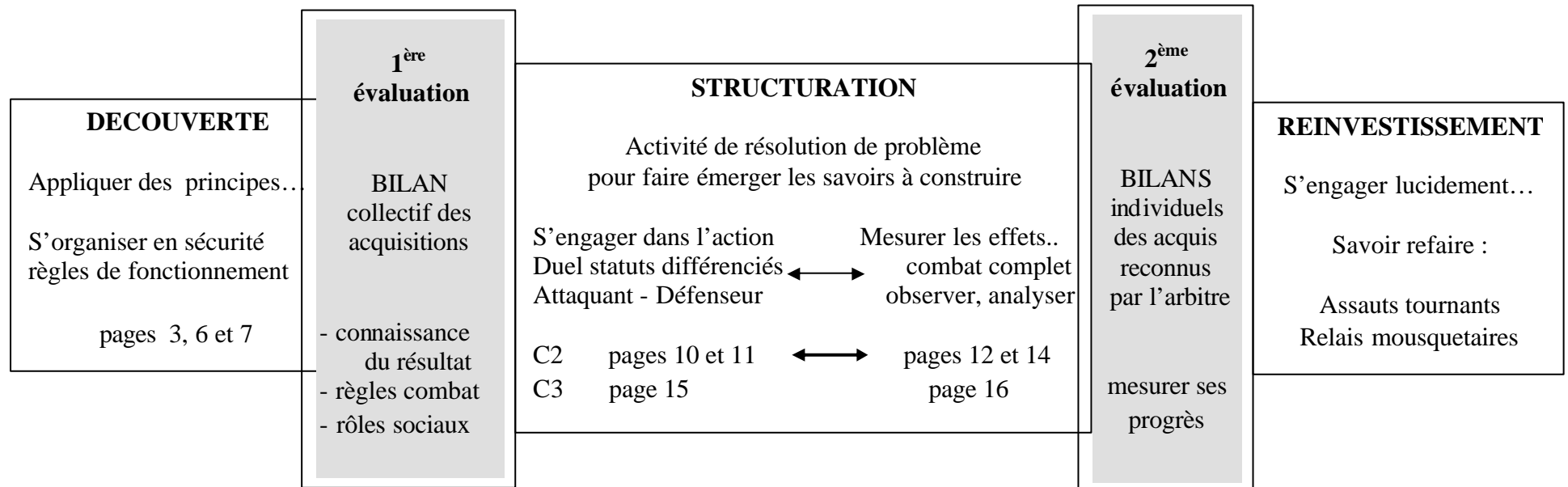
- . Je ne fais pas de combat sans masque**
- . Je ne me sers pas de mon fleuret si je n'ai pas de masque**
- . Je n'enlève pas mon masque sans permission**
- . Je me déplace sans courir et je tiens mon fleuret pointe en bas**
- . Je ne traverse pas entre des escrimeurs qui font un assaut**
- . En cas de problème, j'appelle l'enseignant en levant le bras**
- . Je ne suis pas violent, je ne donne pas de coups violents sur la lame**
- . Je vérifie si mon fleuret a une mouche**

RÔLE DE L'ENSEIGNANT

- **Il assure la discipline de la classe.**
- **Il fait respecter les règles :**
 - de sécurité
 - de citoyenneté
- **Il participe à l'enseignement :**
 - └ En faisant faire l'échauffement
 - └ En prenant un groupe en combat ou en faisant respecter les exercices.
 - └ Il s'occupe des enfants débutants ou des enfants en difficulté
 - └ Il organise le rangement du matériel

LE MODULE D'APPRENTISSAGE

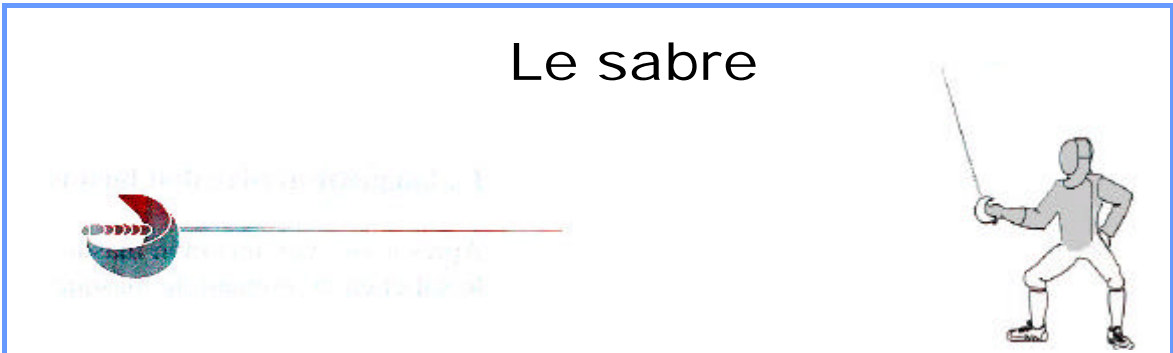
S'affronter individuellement (ou collectivement) :
affronter un adversaire dans des jeux d'opposition duelle



L'ÉQUIPEMENT ET LES ARMES

L'équipement :
L'escrimeur doit obligatoirement s'équiper d'une veste et d'un masque.

Les armes:
En escrime, il y a trois armes et des surfaces à toucher différentes pour les trois armes :



BIEN TENIR SON FLEURET

Pourquoi ?

Si on tient bien son arme, elle est dans le **prolongement de son bras**.

On peut donc diriger sa pointe avec précision pour toucher.

Comment ?

La **poignée** se tient dans le creux de la main.

Le pouce et l'index forment une « **pince** », les autres doigts se referment autour de la poignée.

Il faut tenir son arme fermement mais sans se crisper. Le Maître Lafaugère (grand maître d'armes lyonnais, visible sur le tableau de la salle d'escrime) dit:

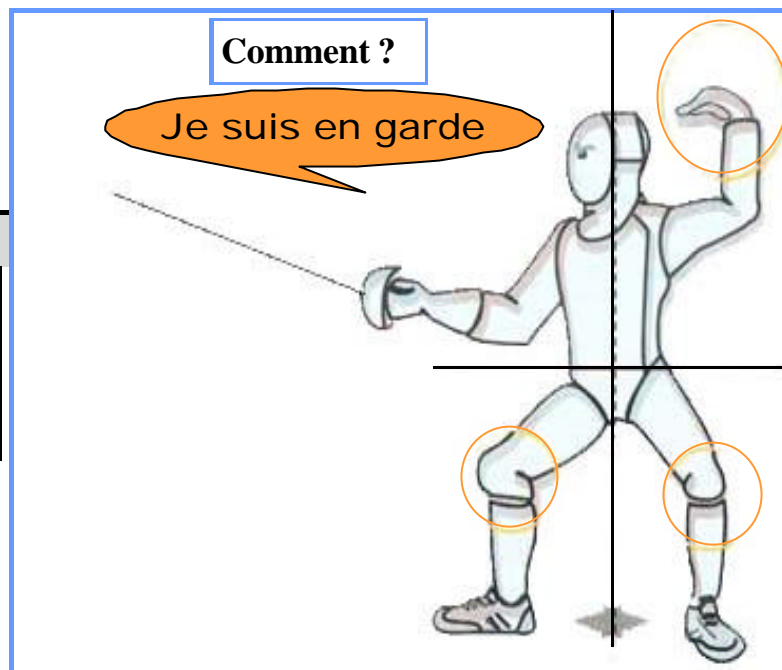
« Tenez votre fleuret comme vous tiendriez un oiseau ; pas trop fort pour ne pas l'étouffer ; assez fort tout de même pour ne pas le laisser s'échapper. »

APPRENTISSAGE DU FLEURET

La position de l'escrimeur :

Pourquoi ?

La position de garde est la seule position qui permet d'être prêt pour attaquer ou pour se défendre.



Le buste de profil

permet d'offrir le moins de surface valable possible à l'adversaire.

Le bras qui tient l'arme

est dirigé vers l'adversaire pour le menacer.

Le bras arrière relevé

aide à mieux se tenir de profil.

L'écart entre les talons et la flexion sur les jambes

permettent d'être toujours en équilibre et d'être prêt pour aller vite en avant ou en arrière

LES JEUX D'ÉCHAUFFEMENT

Jeux de déplacement

- « Jacques a dit »
- 1, 2, 3, escrime
- Le chef d'orchestre
- Relais en marche d'escrime
- Relais en retraite

Jeu d'évaluation de la distance

- En binôme avec un guide, au signal de celui-ci se fendre et toucher la main

Jeu d'équipe et de combativité

- Jeu du gant (béret)

Jeu de précision

- Jeu de la cible

LES DEPLACEMENTS (fondamentaux)

Pourquoi ?

La marche est le moyen de se rapprocher de l'adversaire pour l'attaquer.

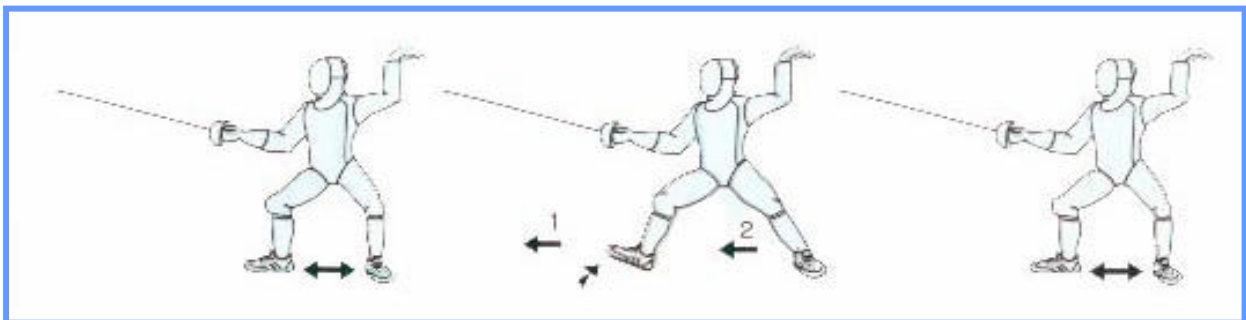
La fente permet après avoir allongé le bras de toucher l'adversaire.

La retraite est le moyen de se déplacer en arrière pour ne pas se faire toucher.

La technique : Quand je travaille la technique avec un autre enfant, nous sommes partenaires pour s'entraîner.

Comment ça marche ?

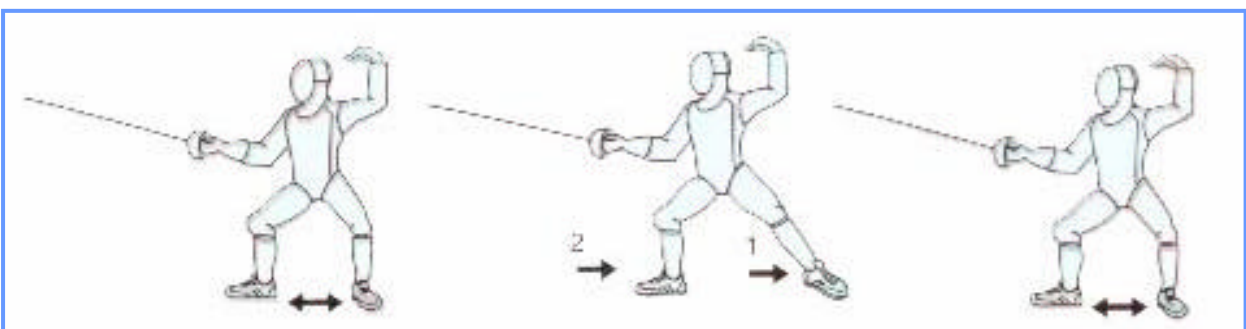
La marche (marchez !)

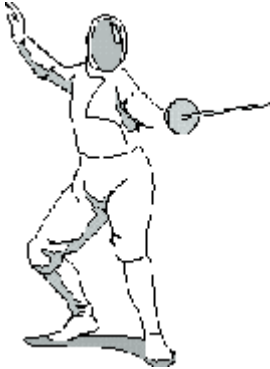
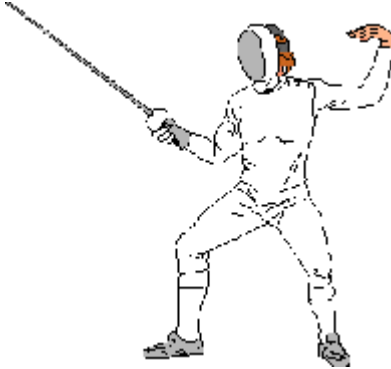


La fente



La retraite (rompez- rompre)



ATTAQUER - SE DEFENDRE	
But	Trouver des solutions en tant que... attaquant: pour réaliser une attaque défenseur: pour réaliser une parade
Dispositif	(statuts différenciés) 1 attaquant + 1 défenseur <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>
Critères de réussite	Réussir l'attaque sur la bonne surface, à la bonne distance Réussir la parade , rester sur la surface
Opérations	Opposition raisonnée et entraide. Bilan : Quelles sont les actions efficaces pour l'attaquant? pour le défenseur? → Constituer le Répertoire Moteur de l'Esgriméur

ATTAQUER

Actions offensives

Les attaques simples (*faciles*)

Coup droit

Description

Allonger le bras puis marcher ou se fendre et toucher (attaquer par coup droit)

Critères de réussite

Allongement effectif du bras avant la marche ou la fente sans rupture d'équilibre pendant le déplacement

Pointe de l'arme dirigée vers la cible

Dans quelles circonstances ?

Le coup droit s'exécute lorsque tout ou partie de la cible n'est pas protégée.

Dégagement

Description

Faire passer la pointe de son arme au-dessous de la lame adverse en allongeant le bras puis marcher ou se fendre...

(attaquer par dégagement)

Critères de réussite

Les mêmes que pour le coup droit.

Dans quelles circonstances ?

Le dégagement s'exécute lorsque le lame adverse vient protéger ou protège déjà la cible.

Coupé

Description

Faire passer la pointe de son arme par-dessus la lame adverse puis allonger le bras puis marcher ou se fendre...

(attaquer par coupé)

Critères de réussite

Les mêmes que pour le coup droit.

Dans quelles circonstances ?

Le coupé s'exécute lorsque le lame adverse vient protéger ou protège déjà la cible.

SE DÉFENDRE

Actions défensives La parade simple (*facile*)

Parades latérales directes

Écarter la lame adverse

Protéger sa cible du côté droit (sixte pour un droitier)

Protéger sa cible du côté gauche (quarte pour un droitier)

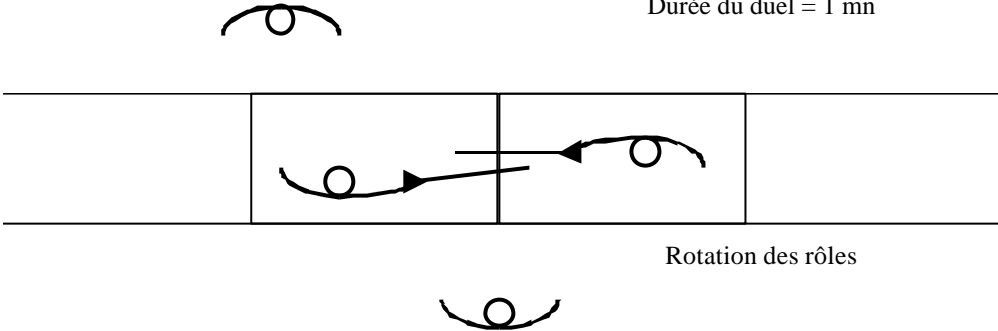
Dans les deux cas, la main et la lame se déplacent latéralement.

Ripostes et contre-ripostes

La **parade** doit être suivie de la riposte.

si l'adversaire pare la riposte, il faut faire une deuxième parade et une deuxième riposte qui s'appelle **contre-riposte**.

Remarque: Les ripostes, comme les attaques, peuvent être simples ou composées.

ASSAUT LIBRE ou COMBAT D'ECHAUFFEMENT	
But	<p>Escrimeur: toucher ou le faire sortir de la piste Arbitre: attribuer les points Secrétaire: annoncer le résultat final</p>
Dispositif	<p>Durée du duel = 1 mn</p>  <p>Rotation des rôles</p>
Critères de réussite	<p>Touche ou sortie de l'adversaire = 1 point Etre passé à tous les rôles et avoir les résultats du groupe</p>
Opérations	<p>Lister les règles à respecter Apprendre la convention</p>

LE COMBAT OU ASSAUT

La règle première c'est de toucher sans se faire toucher, sur une cible déterminée en restant dans les limites du terrain.

Au CE, il peut se faire sous deux formes:

Assaut libre ou combat d'échauffement

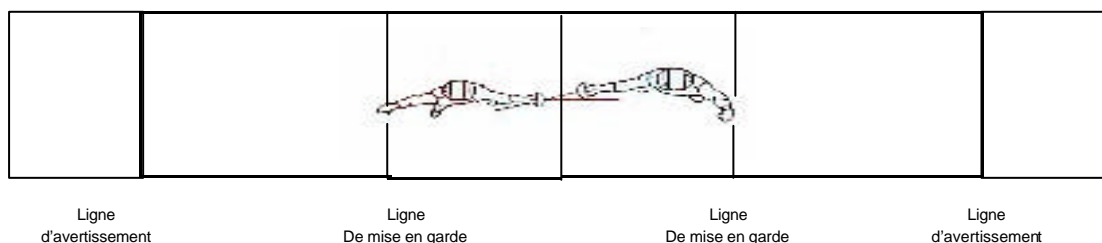
On ne compte pas les points, mais on tient compte des règles du terrain et de courtoisie.

Assaut organisé

Un arbitre organise le combat et fait appliquer les règles.

Le terrain

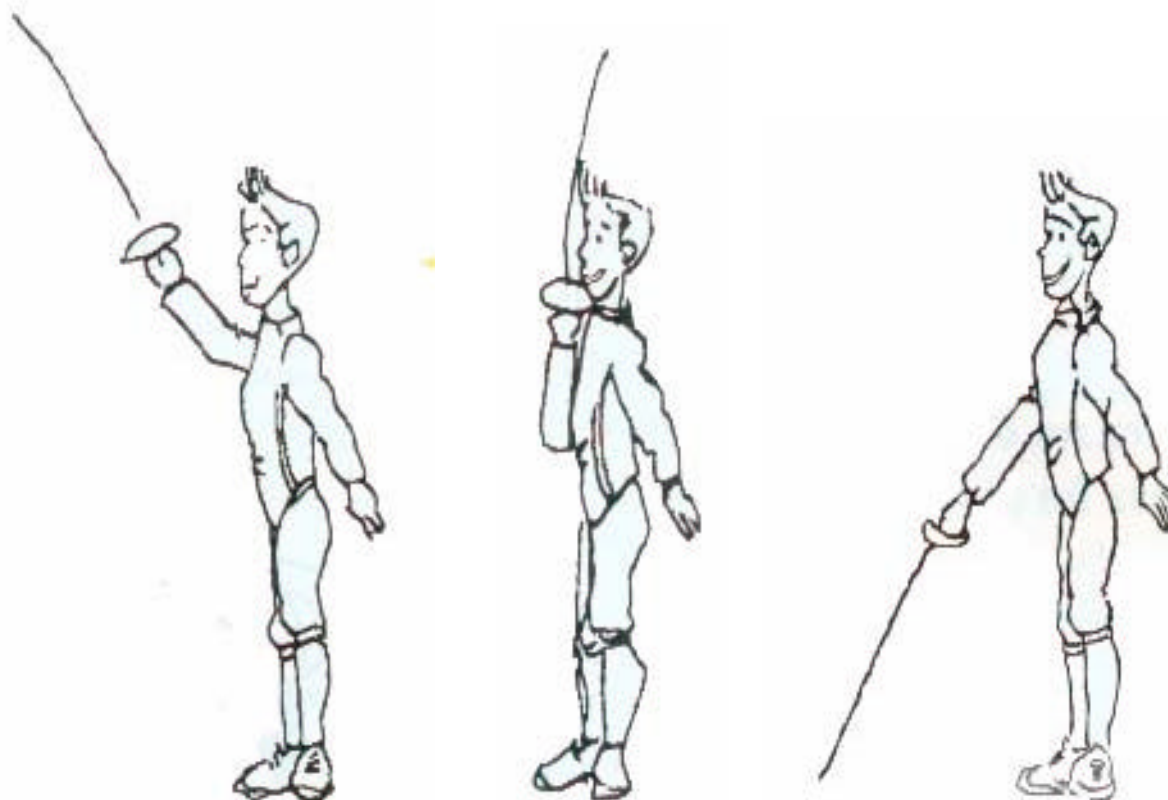
La piste d'escrime est un couloir limité sur les côtés et à l'arrière.



Au début de chaque match ou après chaque touche valable accordée, je me mets en garde derrière ma ligne de « Mise en garde ».

Le Salut

Avant le combat, le salut entre les deux adversaires est obligatoire. A défaut, l'assaut ne peut commencer. Après le match, le salut est nécessaire : le combat n'est pas terminé tant que ces indispensables marques de considération ne sont pas effectuées de part et d'autre.



Le Combat

Pendant le combat, on essaiera de toucher en portant les attaques qu'on connaît et on essaiera de ne pas se faire toucher par une parade ou par des déplacements arrières pour être hors de portée tout en restant dans les limites du terrain, en ne se servant que de son arme pour toucher ou se défendre.

L'arbitrage

le rôle de l'arbitre :

L'arbitre dirige le combat.

Il fait faire le salut

**Il connaît les commandements: « En garde,
Prêts ? Allez ! Halte ! »**

Il regarde les actions

Il décide qui a marqué le point

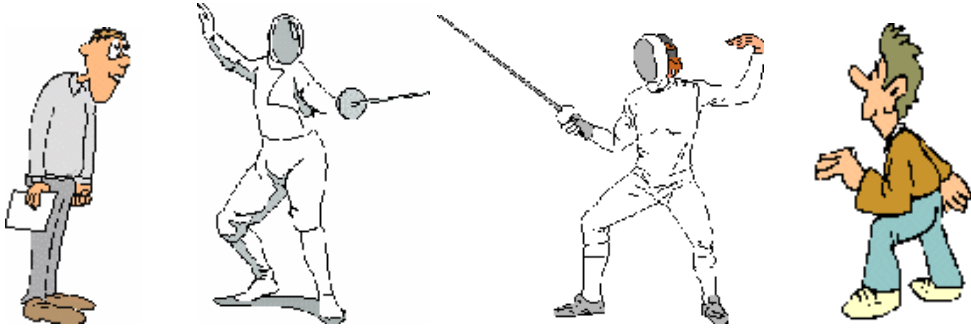
Il désigne le vainqueur

Il fait faire le salut à la fin de l'assaut

Autres formules de combat au CE

Les assauts tournants

Le relais Mousquetaires

LE COMBAT ou L' ASSAUT ORGANISE	
But	<p>Réinvestir les savoirs construits : c'est «savoir refaire et reconnaître les savoirs construits en situation duelle »</p> <p>Escrimeur : réutiliser et/ou combiner les actions d'attaque et de défense Arbitre : diriger le combat, attribuer le point Observateur : reconnaître et DIRE les savoirs utilisés dans l'assaut</p>
Dispositif	<p>(statuts indifférenciés)</p> <p style="text-align: center;">1 observateur + 2 escrimeurs + 1 arbitre</p> 
Critères de réussite	<p>Escrimeur : Réutiliser au moins 3 actions en attaque et/ou en défense Accord de l'Arbitre et de l'Observateur : Pouvoir justifier les points attribués, c'est reconnaître et DIRE les savoirs utilisés dans l'assaut. (connaître et appliquer la convention)</p>
Opérations	<p>Justifier les décisions, analyser les assauts, les décomposer en actions, expliquer, argumenter, régler les conflits ou demander l'aide de l'adulte. Rotation des rôles</p>

C3

LES ATTAQUES COMPOSÉES

OU ATTAQUES COMPLIQUÉES

C'est la combinaison successive de 2 actions simples.

Une attaque composée est composée de 2 éléments :

1 feinte

1 attaque finale

Pourquoi ?

L'attaque composée a pour but de tendre un piège à l'adversaire (le faire parer) et de tirer partie de cette situation.

Comment ?

Effectuer une feinte réaliste qui provoque une parade.

Éviter la parade adverse si l'adversaire réussit à toucher ma lame. (On considère alors que la parade est réussie et il a le droit de riposter).

Accélérer le passage de ma pointe lorsque je trompe la parade adverse pour aller toucher.

Exemples :

Feinte de dégagement
Dégagement

Le 1-2

Feinte de coup droit
Dégagement

ASSAULTS / ARBITRAGE

Combat avec organisation d'une poule.

Une poule est un groupe de tireurs dans lequel tous les participants se rencontrent en matches : Les tireurs sont repérés par un numéro lorsqu'ils sont inscrits successivement sur la feuille de poule.

Chaque ligne horizontale correspond à un tireur et à son numéro.

Constitution d'un tableau

		1	2	3	4	5	V	TD	TR	TD-TR	Clas
1	Paul		D2	D0	D2	D0	0	4	12	-8	5e
2	Jean	V3		D2	D1	V3	2	9	10	-1	4e
3	Anna	V3	V3		V3	V3	4	12	5	+7	1e
4	Marie	V3	V3	D2		D0	2	8	9	-1	3e
5	Pierre	V3	D2	D1	V3		2	9	6	+3	2e
	TR	12	10	5	9	6					

TD = Touches Données TR = Touches Reçues V = Victoires

Rencontre par équipe de 3

Le n°1 rencontre le n°1 de l'autre équipe.

Le n°2 rencontre le n°2 de l'autre équipe.

Le n°3 rencontre le n°3 de l'autre équipe.

L'équipe ayant au moins 2 victoires sur 3 est vainqueur.

Apprendre la convention

MOI	LUI	Que se passe-t-il ?	Qui marque la touche ?
<p>J'attaque : C'est à dire J'allonge le bras, pointe dirigée vers la surface valable adverse et je me fends.</p>	Il ne réagit pas	Je touche	MOI
	Il allonge le bras	On se touche	MOI
	Il recule	Il dépasse la limite arrière de la piste	MOI
	Il esquive	On se touche	MOI
	Il esquive	Il touche	LUI
	Il pare et riposte	Il touche	LUI
	Il pare et riposte	On se touche	LUI
	Il attaque en même temps	On se touche	PERSONNE
<p>J'ai le bras allongé (pointe menaçante)</p>	Il attaque	On se touche	MOI
	Il écarte mon arme par un battement	Il me touche	LUI
<p>Je marche sans menacer avec mon bras allongé</p>	Il attaque	On se touche	LUI

UN PEU D'HISTOIRE

De l'Antiquité au Moyen Âge.

Dès son apparition, l'homme a été amené à confectionner des armes pour se défendre ou attaquer des animaux ... ou ses semblables.

En Chine, des professeurs enseignaient les armes 20 siècles avant notre ère.

En Inde, un des livres sacrés indiquait les principes de l'exercice des armes, enseigné par les brahmanes.

En Égypte, des bas reliefs du temple de Médinet-Habou (construit par Ramsès III, en 1190 av. J.C.) retrace les détails d'un entraînement d'escrime.

En Grèce, Homère décrit un épée longue qui pointe et tranche, et à Athènes, de nombreux « Maîtres » professaient en se faisant payer. Ils organisaient des concours pour les hommes et les enfants.

A Rome, les « Doctores armorum » forment les gladiateurs et les soldats à la technique du glaive.

De la décadence romaine au Moyen-Âge, peu de renseignements nous sont parvenus, si ce n'est quelques indications fournies par les romans de la Table Ronde.

Au cours de cette longue période, la force est privilégiée dans le maniement des armes, comme le symbolise la très pesante épée à deux mains apparue au XIV^e siècle.

La naissance de l'escrime moderne.

Il semble que c'est en **Espagne que naît l'Escrime moderne**. En effet, au début du XVI^e siècle, des écoles spécialisées dans la science des armes sont créées.

Puis au XVI^e siècle, les **Italiens codifient et uniformisent l'enseignement**. Leur réputation passe les frontières puisque Jacnac, Charles IX, Henri III sont entraînés par des professeurs Italiens.

L'École française d'escrime naît officiellement en 1567 lorsque Charles IX autorise la création de l'Académie des « *Maistres en faits d'armes de l'Académie du Roy* ».

Pendant cette période, le matériel évolue rapidement. Les armes trop lourdes sont remplacées par **la rapière**, née en Espagne, qui privilégie le coup d'estoc (pointe), et le bouclier, par la dague ou le manteau.

Au XVII^e siècle, c'est en France qu'apparaît **le fleuret**, arme d'étude plus propice à l'apprentissage que l'épée. Cette arme d'étude permettait, dans les salles d'escrime, de répéter des coups à la leçon grâce à la flexibilité de la lame à section carrée et à une pointe mouchetée... L'invention du **masque** accroît les possibilités d'entraînement.

Ces évolutions amènent un profond essor de l'escrime.

Au XVIII^e siècle, un grand nombre **d'ouvrages théoriques** paraissent en France. Un travail important a été fait au sein de l'encyclopédie de D'Alembert et Diderot (1751-1766)

Cette époque se caractérise par une pratique très conventionnelle. **Élégance et courtoisie** étaient les qualités requises.

L'escrime et le sport.

A la fin du XIX^e siècle, l'escrime, d'art martial devient **sport**.

En 1882 la Fédération Française d'Escrime est créée. Des compétitions sportives sont organisées.

Lors des premiers **Jeux Olympiques modernes** en 1896, l'escrime est un des dix sports pratiqués.

A la fin du XX^e siècle, ce sport est pratiqué de façon quasi universelle. Des championnats mondiaux seniors, juniors et cadets se déroulent annuellement, indépendamment de nombreuses autres épreuves.

Le français demeure la langue officielle de l'escrime.

PROLONGEMENTS PÉDAGOGIQUES

Voici quelques pistes de connaissances transversales:

Histoire : (voir un peu d'histoire). Les Chevaliers, les Mousquetaires.

Français : Les romans de cape et d'épée. (*Les 3 Mousquetaires, Le Bossu, Cyrano de Bergerac, Pardaillan...*)
Les films de cape et d'épée. (*Le Masque de Fer, Zorro, la fille de D'Artagnan... + les adaptations des romans précédents*) ...

Vocabulaire :

reculer : rompre retraite

parer, parade, parader

se fendre, fendre

attaquer offensif , se défendre défensif

sixte quarte ...

Conjugaison:

verbes: rompre, se fendre...

Math:

Symétrie : les escrimeurs

Calcul : périmètre et superficie de la piste d'escrime

Calcul des indices au CM dans la grille de poule.

...

DES TERMES D'ESCRIME

Assaut	Combat d'escrimeurs
Attaque	Action pour toucher
Attaque composée	Attaque comportant une feinte + une attaque
Coup droit	Une attaque simple
Dégagement	Une attaque simple
En garde	Position de l'escrimeur
Épée	Arme en escrime
Feinte	Ruse pour faire parer l'adversaire
Fleuret	Arme mouchetée en escrime
Halte	Pour arrêter un combat
Masque	Protection du visage de l'escrimeur
Mouche	Petit bouton à l'extrémité du fleuret
Parade	Écarter la lame de l'adversaire pour se défendre
Parer	Faire une parade
Piste	Terrain de combat de l'escrimeur
Poule	Groupe de tireurs ou chacun rencontre l'autre
Prêts ? Allez !	Commandements de l'arbitre
Retraite	Action de rompre, de reculer
Riposte	Toucher après une parade
Rompre	Reculer pour des escrimeurs
Sabre	Arme en escrime
Salut	Marque de respect avant et à la fin du combat
Se fendre	Allonger le bras, puis avancer le pied avant
Surface valable	L'endroit du corps qu'on a le droit de toucher
Tirer	Faire un combat pour des escrimeurs

EVALUATION

Je m'évalue :

J'ai appris	Je sais faire	Ce qu'en pense le maître
Les postures		
A me déplacer		
A attaquer		
A me défendre		
A arbitrer		
A tenir une feuille de poule		
Le nom des trois armes		
Le nom des attaques		
Le nom des défenses		
Le nom des déplacements		
Les mots de l'arbitrage		
Le nom des postures		
La surface valable au fleuret		
Le rôle de l'arbitre		

Mots de l'arbitrage : Allez, Go, Partez, Stop, Halte, En garde, Commencez, Prêts.

Mots des postures : La fente, Assis, En garde, Repos, Debout, Allongez le bras.

Mots des déplacements : En avant, Marchez, Retraite, Reculez, Rompez, Fendez-vous.

Où peux-tu toucher au fleuret : le dos, les bras, les jambes, le tronc, la tête.

L'arbitre : Commande, Décide, Dirige le combat.