

DISPOSITIF DES LAMES

GRÂCE À CE DISPOSITIF, LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ESCRIME PROPOSE AUX CLUBS ET AUX ESCRIMEURS :

- Un projet éducatif qui s'appuie sur des valeurs, une éthique, un savoir-être.
- Un projet sportif complet : culture, connaissances, technique, stratégie, arbitrage.
- Une progression pour un apprentissage structuré, constituée d'étapes logiques et contrôlées.
- Un référentiel indispensable à l'harmonisation nationale des différents niveaux.

Les enseignants pourront former les différents pratiquants (enfants, adolescents et adultes), les évaluer et attribuer les écussons.

LAME BLANCHE

ACCUEIL DU DÉBUTANT

VOUS ÊTES INSCRIT DANS UN CLUB D'ESCRIME ET VOUS ASSIMILEZ LES MESURES DE SÉCURITÉ




LAME JAUNE

DÉCOUVERTE DE L'ESCRIME

VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Découvrir les valeurs de l'escrime (respect, équité, honnêteté, fair-play).
- Respecter les rites.
- Respecter les règles de sécurité.

CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Les trois armes de l'escrime sportive et leur particularité : fleuret, épée, sabre.
- La piste d'escrime.
- Les règles du jeu (conventions, et cibles à atteindre).

SAVOIR-FAIRE

- La garde, l'attaque en se fendant, le retour en garde, la défensive (la parade ou la retraite).
- Utiliser les déplacements (marche et retraite) pendant le combat.
- Être capable de toucher en attaque et après une défensive (riposte).




LAME ROUGE

COMPRENDRE ET AGIR

VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Respecter le règlement sportif.
- Maîtriser ses émotions durant les combats.
- Coopérer (toucher et accepter d'être touché).

CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Différencier une arme de droitier d'une arme de gaucher.
- La notion de phrase d'armes et d'attribution des points.

SAVOIR-FAIRE

- Tenir son arme correctement.
- Enchaîner une attaque après des déplacements.
- Toucher en utilisant le coup droit, le dégagement et/ou le coupé.
- Placer son arme dans les positions fondamentales pour engager le fer ou parer.
- Préparer ses attaques (déplacements et actions au fer) avec ses déplacements, avec l'arme, au cours des assauts.




LAME BLEUE

AGIR AVEC UNE INTENTION

VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Se montrer fair-play dans la vie sportive.
- Être persévérant et combatif pendant les matchs et rencontres.
- Coopérer et s'investir.
- Se préparer pour les rencontres compétitives ou amicales.

CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Les armes et leur fonctionnement.
- Les règles du jeu.
- Les différences entre les attaques, les contre-attaques, les parades, les ripostes et les remises et reprises.

SAVOIR-FAIRE

- S'échauffer, observer son adversaire.
- Préparer son action de touche pour se mettre à sa mesure, ouvrir les lignes ou faire réagir afin de toucher sur différentes cibles.
- Varier son jeu défensif avec la pointe (contre-attaque et déroboement), avec le fer (parades) et avec les déplacements.
- Réaliser une attaque composée.




LAME VERTE

ARBITRER




ARBITRER

- Les commandements de l'arbitre.
- Identifier l'attaquant et le défenseur et analyser des phrases d'armes simples.
- Identifier une touche portée en surface valable ou en surface non-valable.
- Faire appliquer les règles de courtoisie.

ARBITRER

- Savoir s'auto-arbitrer en assaut.
- Arbitrer seul ou avec l'aide de 2 assesseurs.
- Appliquer les règles de terrain.
- Analyser la phrase d'armes en utilisant les termes appropriés.
- Connaître les rôles des assesseurs qui participent à un jury arbitrant.

ARBITRER

- Diriger un jury, analyser et décider.
- Tenir une feuille de poule.
- Analyser la phrase d'armes et connaître les cas où l'attaquant est prioritaire dans les armes conventionnelles.

DISPOSITIF DES ARMES

GRÂCE À CE DISPOSITIF, LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ESCRIME PROPOSE AUX CLUBS ET AUX ESCRIMEURS :

- Un projet éducatif qui s'appuie sur des valeurs, une éthique, un savoir-être.
- Un projet sportif complet : culture, connaissances, technique, stratégie, arbitrage.
- Une progression pour un apprentissage structuré, constituée d'étapes logiques et contrôlées.
- Un référentiel indispensable à l'harmonisation nationale des différents niveaux.

Les enseignants pourront former les différents pratiquants (enfants, adolescents et adultes), les évaluer et attribuer les écussons.

ARME D'ACIER CONSTRUIRE SON JEU

VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

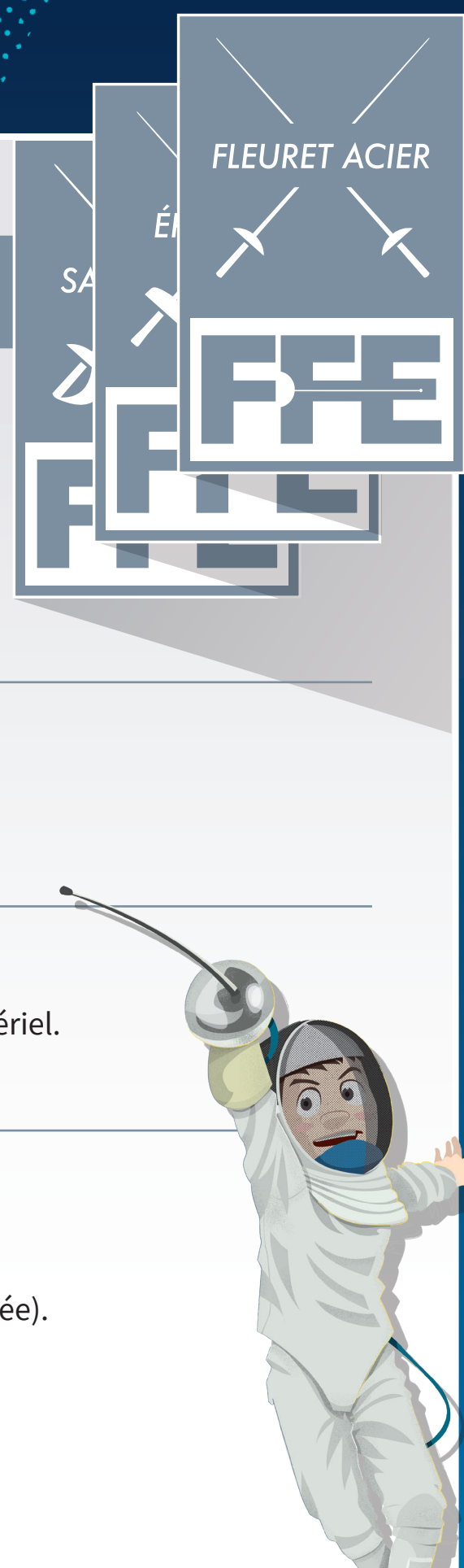
- S'initier à la vie du club.
- Respecter les arbitres, les adversaires, entraîneurs et spectateurs.

CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Les principes de l'échauffement et de la récupération.
- Vérifier le fonctionnement de son matériel.

TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE

- Utilisation des préparations.
- Attaques composées.
- Attaques sur le retour de garde.
- Attaques simples en flèche (fleuret, épée).
- Parades circulaires (fleuret, épée).
- Ripostes et contre-ripostes.
- Remises et reprises (épée).
- Contre-attaques aux avancées (sabre).



ARME BRONZE SE CONNAÎTRE ET IMPOSER SON JEU

VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Accompagner et encourager les débutants.
- Prendre du plaisir dans une pratique compétitive ou de loisir.

CONNAISSANCES ET SAVOIRS

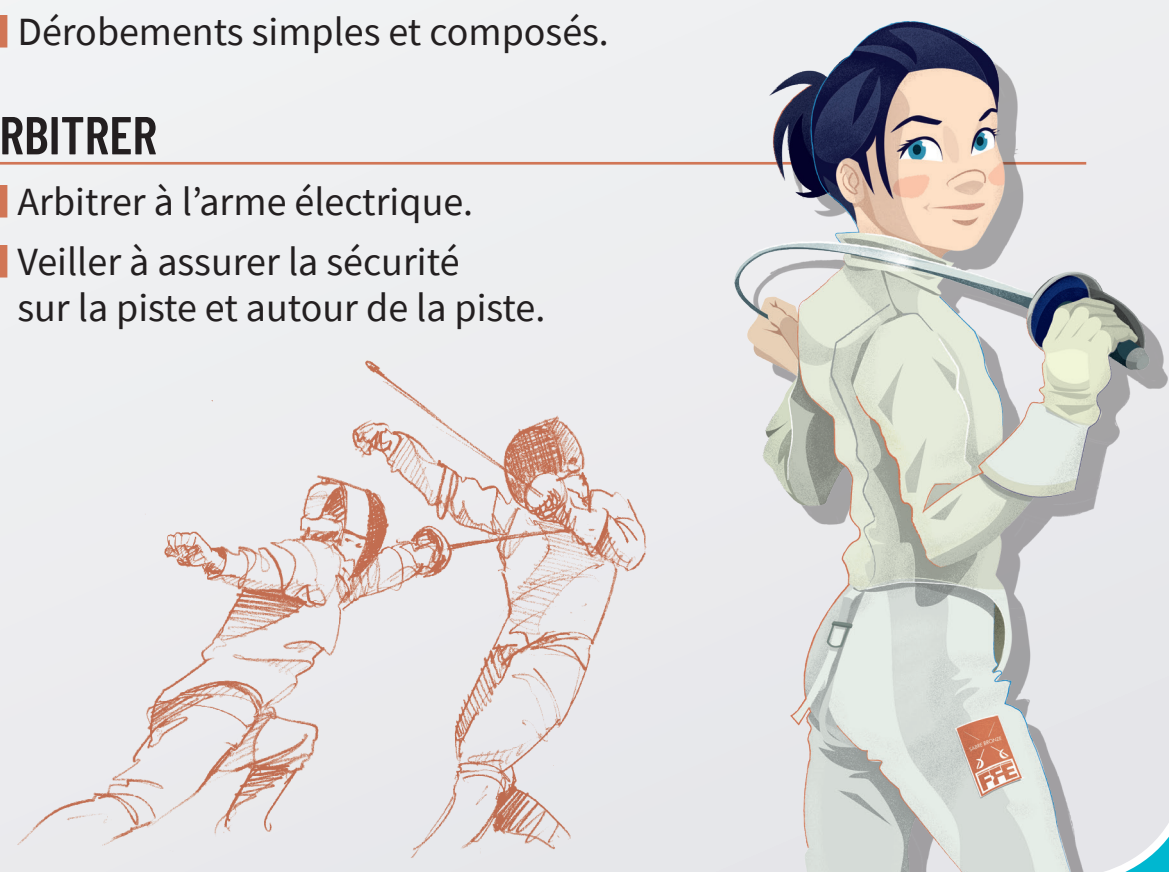
- Savoir entretenir son matériel et détecter les pannes.
- Maîtriser sa routine d'échauffement, gérer sa récupération, gérer sa respiration.

TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE

- Prendre des informations sur le comportement des adversaires.
- Effectuer des préparations pour perturber l'adversaire.
- Attaques simples ou composées sur la préparation.
- Combinaison de parades (fleuret, sabre).
- Prises de fer (fleuret, épée).
- Dérobements simples et composés.

ARBITRER

- Arbitrer à l'arme électrique.
- Veiller à assurer la sécurité sur la piste et autour de la piste.



ARME ARGENT IDENTIFIER LE JEU ADVERSE ET ADOPTER UNE TACTIQUE

VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Participer aux événements et à la vie collective du club.
- S'interdire toute forme d'incivilité, de violence, de tricherie et de discrimination.

CONNAISSANCES ET SAVOIRS

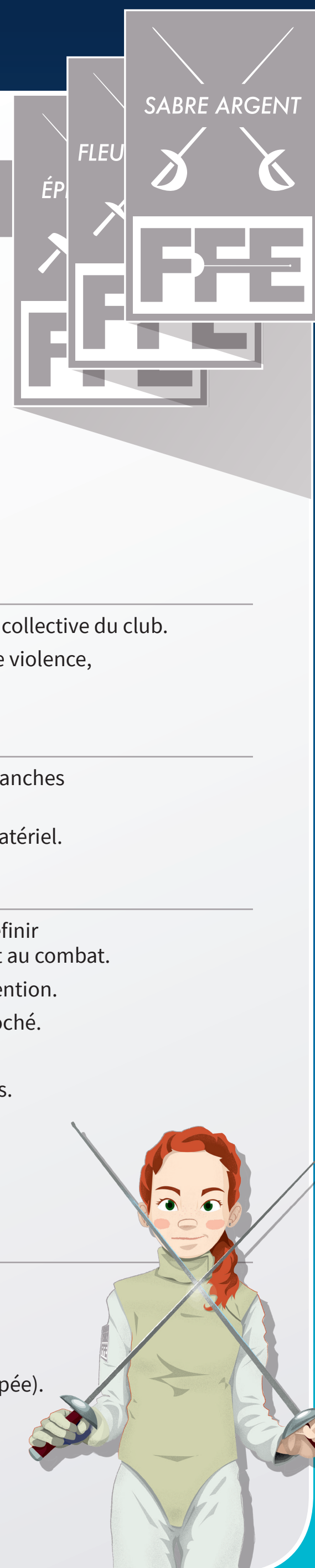
- Gérer les temps de pause entre les manches et mettre en place une routine.
- Entretien, préparer et réparer son matériel.

TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE

- Tirer partie des observations pour définir et adopter un type de comportement au combat.
- Effectuer des actions de seconde intention.
- Porter des touches en combat rapproché.
- Toucher en coups lancés.
- Réaliser des enchaînements d'actions.
- Alternier le jeu.
- Utiliser la ligne.
- Parer en cédant.

ARBITRER

- Contrôler le matériel des tireurs.
- Détecter les pannes de matériel.
- Maîtriser la gestuelle de l'arbitre.
- Arbitrer avec chronomètre (fleuret, épée).
- Gérer la feuille de poules et les feuilles de matchs en tableau.



ARME OR ÉLABORER UNE STRATÉGIE

VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Être acteur de la vie institutionnelle et associative du club.
- Transmettre ses compétences aux débutants.

CONNAISSANCES ET SAVOIRS

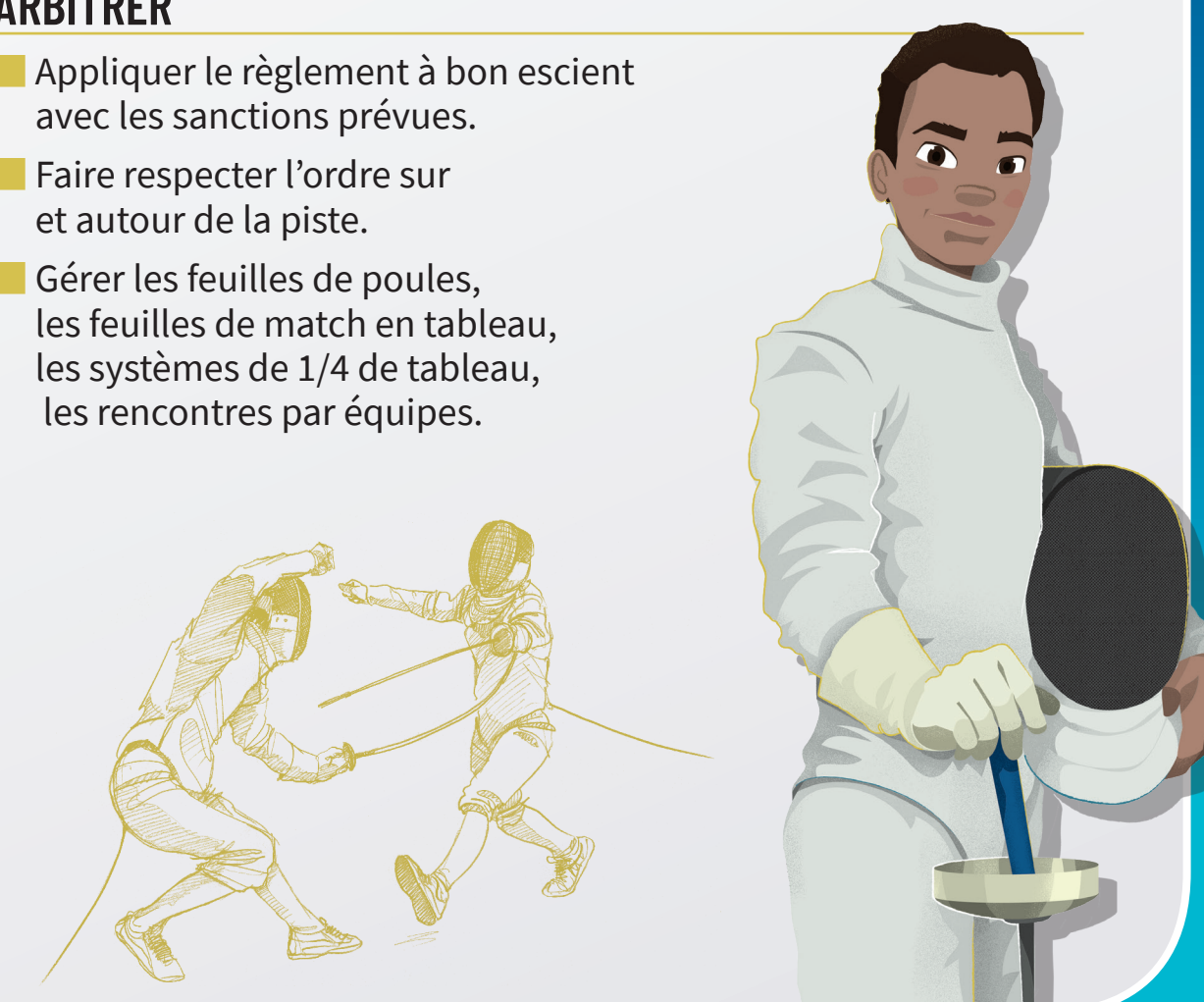
- Régler ses armes avec précision.
- Les principes de prévention du dopage.

TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE

- Adopter un comportement technico-tactique, et le faire évoluer au besoin.
- Utiliser une routine entre chaque touche.
- Réaliser les continuations offensives en seconde intention.
- Utiliser le contre-arrêt (épée).
- Effectuer des actions d'anticipation.

ARBITRER

- Appliquer le règlement à bon escient avec les sanctions prévues.
- Faire respecter l'ordre sur et autour de la piste.
- Gérer les feuilles de poules, les feuilles de match en tableau, les systèmes de 1/4 de tableau, les rencontres par équipes.



LAME VERTE

ARBITRER

- Diriger un jury, analyser une phrase d'armes, gérer le score, faire respecter le règlement international.
- Connaître les conventions au fleuret et au sabre.
- Vérifier le matériel des tireurs.
- Connaître et faire respecter les réglementations pour les jeunes.

